

Le fichier du parcours est ([là](#)) et sur Openrunner c'est ([ici](#))

<u>Parcours 64 km</u>			
CROISSY			
CARRIERES SOUS BOIS ←	6	D159	
ST GERMAIN PISCINE →	9	D157	
LES LOGES ←	13		
POISSY	16	D308	
→ VILLENES	20	D153	
BURES ←	23		
MORAINVILLIERS ↔	26		
→ LES ALLUETS ←	28		
CRESPIERES ↔	33	D198	
THIVERVAL	38		
GRIGNON ←	40		
CHAVENAY	43	D74	
VILLEPREUX	47	D97	
RENNEMOULIN	49	D161	
NOISY LE ROI	51	D161	
L'ETANG LA VILLE	54	D161	
ST GERMAIN →	57	D284	
LE PECQ ST WANDRILLE	58		
CROISSY	64	D121	

Dénivelée

590 m

<u>Parcours 78 km</u>			
CROISSY			
CARRIERES SOUS BOIS ←	6	D159	
ST GERMAIN PISCINE →	9	D157	
LES LOGES ←	13		
POISSY	16	D308	
→ VILLENES	20	D153	
BURES ←	23		
MORAINVILLIERS ↔	26		
→ LES ALLUETS	28		
MAULE ↔	35	D45	
ANDELU ←	40	D45	
MARCQ ←	42		
BEYNES ↔	48	D119	
ST GERMAIN DE LA GRANGE ↔	51		
GRIGNON ←	55	D119	
CHAVENAY	58	D74	
VILLEPREUX	62	D97	
RENNEMOULIN	64	D161	
NOISY LE ROI	66	D161	
L'ETANG LA VILLE	69	D161	
ST GERMAIN →	72	D284	
LE PECQ ST WANDRILLE	73		
CROISSY	78	D121	

Dénivelée

730 m

<u>Parcours 82 km</u>			
CROISSY			
CARRIERES SOUS BOIS ←	6	D159	
ST GERMAIN PISCINE →	9	D157	
LES LOGES ←	13		
POISSY	16	D308	
→ VILLENES	20	D153	
BURES ←	23		
MORAINVILLIERS ↔	26		
→ LES ALLUETS ←	28		
MAULE ↔	35	D45	
ANDELU ←	40	D45	
MARCQ ←	42		
LA BARDELLE	43		
NEAUPHLE LE VIEUX	44		
LE PONTEL	45		
BEYNES ↔	48	D119	
ST GERMAIN DE LA GRANGE ↔	51		
GRIGNON ←	55	D119	
CHAVENAY	58	D74	
VILLEPREUX	62	D97	
RENNEMOULIN	64	D161	
NOISY LE ROI	66	D161	
L'ETANG LA VILLE	69	D161	
ST GERMAIN →	72	D284	
LE PECQ ST WANDRILLE	73		
CROISSY	78	D121	

Dénivelée



Mantois 14