

1ère étape Ploëmeur - Lestrevet	Distance parcourue	Dénivelé cumulé	Distance à parcourir
Départ Ploëmeur	0,00	0	154,16
Guidel	11,27	165	142,89
Clohars Carnoët	20,27	285	133,89
Moelan sur Mer	24,59	302	129,57
Riec sur Belon	31,88	392	122,28
Pont Aven	36,88	434	117,28
Trégunc	45,31	513	108,85
Concarneau	51,47	554	102,89
La Forêt Fouesnant	60,50	704	93,66
Fouesnant	63,38	779	90,78
Bénodet	71,83	836	82,33
Pont Labbé	83,50	922	70,66
Ploenour Lanvern	89,98	1005	64,18
Pouldreuzic	98,68	1106	55,48
Plozevet	105,70	1198	48,46
Audierne	115,58	1276	38,58
Confort	126,15	1449	28,01
Douarnenez	134,89	1511	19,27
Plonévez	146,17	1758	7,99
Ploeven	149,19		4,97
Lestrevet	154,16		0,00

3ème étape Plouescat - St Brieuc	Distance parcourue	Dénivelé cumulé	Distance à parcourir
Plouescat	0,00	0	149,47
Cléder	5,22	44	144,25
St Pol de Léon	15,15	61	134,32
Pont de la Corde	20,31	212	129,16
Locquéolé	28,57	329	120,90
Moriaix	34,77	406	114,70
Lanmeur	46,34	649	103,13
Plestin les Grèves	53,86	710	95,61
St Michel en Grèves	60,70	779	88,77
Lannion	70,69	899	78,78
Tréguier	90,64	1138	58,83
Pont de Lézardieux	99,21	1233	50,26
Paimpol	103,12	1294	46,35
Plouha	121,08	1542	28,39
St Quay Portrieux	129,26	1590	20,21
Binic	135,15	1675	14,32
St Brieuc	149,47	1855	0,00

5ème étape Combours - Damgan	Distance parcourue	Dénivelé cumulé	Distance à parcourir
Combours	0,00	0	158,64
Tinténiac	11,74	85	146,90
Bécherel	20,96	232	137,68
Irodouer	26,65	282	131,99
Bédée	34,57	330	124,07
Montfort	39,93	360	118,71
St Péran	52,80	529	105,84
Plélan le Grand	59,71	596	98,93
Campel	72,50	677	86,14
Maure de Bretagne	78,04	729	80,60
Pipriac	88,88	844	69,76
Renac	99,63	993	59,01
Redon	111,68	1080	46,96
Béganne	127,40	1169	31,24
Péaule	138,40	1342	20,24
Muzillac	148,92	1367	9,72
Damgan	158,64		0,00

Distance totale : 884,080 km
Dénivelé cumulé : 9483 m

2ème étape Lestrevet - Plouescat	Distance parcourue	Dénivelé cumulé	Distance à parcourir
Lestrevet	0,00	0	165,32
Argol	9,00	84	156,32
Pont Térénez	16,73	145	148,59
Le Faou	27,07	287	138,25
L'Hopital Camfrout	34,44	397	130,88
Daoulas	38,88	466	126,44
Landerneau	50,43	632	114,89
Guipavas	62,25	832	103,07
Gouesnou	67,96	889	97,36
Saint Renan	80,34	956	84,98
Plouarzel	89,83	1104	75,49
Brelès	97,38	1170	67,94
Lanildut	99,59	1198	65,73
Porspoder	105,43	1273	59,89
Ploudalmézeau	116,38	1395	48,94
Lannilis	129,58	1564	35,74
Plouguerneau	134,00	1640	31,32
Guissény	152,13	1698	13,19
Kerlouan	147,11	1719	18,21
Goulven	152,05	1744	13,27
Plouescat	165,32	1816	0,00

4ème étape St Brieuc - Combours	Distance parcourue	Dénivelé cumulé	Distance à parcourir
St Brieuc	0,00	0	147,06
Yffiniac	9,75	103	137,31
Les Ponts Neufs	15,98	247	131,08
Le Val André	27,78	345	119,28
Erquy	39,47	513	107,59
Fréhel	47,71	608	99,35
Matignon	55,32	738	91,74
Le Guildo	62,67	776	84,39
Ploubalay	68,70	832	78,36
St Briac	73,73	866	73,33
Dinard	80,53	959	66,53
Pont de la Rance	87,37	1052	59,69
St Malo	94,37	1137	52,69
St Coulomb	102,27	1216	44,79
Cancale	106,84	1249	40,22
St Benoit	115,33	1322	31,73
Le Vivier sur Mer	123,27	1341	23,79
Dol de Bretagne	129,65	1344	17,41
La Croix de Bois	136,24	1443	10,82
Combours	147,06	1536	0,00

6ème étape Damgan - Ploëmeur	Distance parcourue	Dénivelé cumulé	Distance à parcourir
Damgan	0,00	0	109,43
Ambon	4,69	31	104,74
Surzur	10,85	60	98,58
Noyal	16,36	81	93,07
Vannes	26,52	164	82,91
Arradon	34,51	271	74,92
Baden	41,46	319	67,97
Auray	49,99	405	59,44
Crach	56,03	468	53,40
St Philibert	58,83	479	50,60
La Trinité	61,82	511	47,61
Carnac	65,79	546	43,64
Plouharnel	68,85	557	40,58
Erdeven	74,62	567	34,81
Pont Lorols	79,64	579	29,79
Kervignac	90,81	676	18,62
Pont du Bonhomme	96,51	717	12,92
Pont St Christophe	101,73	774	7,70
Ploëmeur	109,43	884	0,00