



# PARCOURS

## JUILLET - AOÛT - SEPTEMBRE 2012

**SAMEDI Hommes**

Retrouvez tous les parcours sur : [www.velo-messia-39.com](http://www.velo-messia-39.com)

départ Samedi 14 heures

<p><b>7 Juillet</b> 115 km</p>	<p>Macornay- Geruge-Cressia- Saint Julien- Montagna le templier- Villeneuve les charnod - D56 ↗ D203 Mongefond- Ceffia - D200 - D59E - Marsonnas- Arnans ↘ après l'église - en bas de la descente ↗ D42 Chavanne sur Suran Monfleur - Saint Julien - Geruge- Messia</p> <p><b>105 km si</b> : Villeneuve les charnod – Charnod – D86 – Aromas – D88 – D3A – D3 – Chavanne sur suran .....</p>
<p><b>14 Juillet</b> 115 km</p>	<p>Chilly-Courlans- haut de courlans ↻ Bletterans ↗ Saint Didier- L'Etoile- Qintigny- Arlay- Voiteur- Baume les Messieurs- ↻ Crançot- Grange sur Baume- La Marre- Mirebel- Chatillon – ↻ Doucier après le pont ↗ Charcier- ↘ Denezières- Vertamboz- Pont de Poitte- Orgelet- Moutonne- Rheitouse- Bornay – Messia</p> <p><b>100 km si</b> : Pont de poitte- Nogna- Montaigu – Macornay - Messia</p>
<p><b>21 Juillet</b> 120 km</p>	<p>Messia-Savagna-L'etoile-Ruffey- Lombard- Vers sous Sellières- Le bouchaud – Bersaillin- D22 - D42- Aumont – D9 - Abergement le grand- Vadans- Saint Cyr- ↻ N83 - Les Arsures -D249 -Montigny les Arsures- Vauxelles- ↘ la table d'orientation ↻ andelot ↗ D107 Mesnay ↘ Les planches- D339 ↻ Monrond- Molain- Besain- &lt; Dos à l'ane- Bonnefontaine- La marre- Crançot- Messia</p> <p><b>103 km si</b> :Abergement le grd – Arbois – fer à cheval – direct. montrond....</p>
<p><b>28 Juillet</b> 116 km</p>	<p>Lons- Conliège- Briod- Vevy- ht de Chatillon- Mirebel- Bonnefontaine- Dos à l'ane- Crotenay- Ardon- Gratte roche- Vanoz- Equevillon- direct. Pontarlier à droite - Lent- Sirod- Bourg de Sirod- Syam- Cascade de la Billaude- à droite - N5- à gauche Le Vaudioux- Pillemoine- Loulle- Mont sur Monnet- Fontenu- Doucier- Chatillon- Vevy -Pannessières- Messia</p> <p><b>95 Kms</b> Ardon- Champagnole- Ney- Loulle- Mont sur Monnet-Fontenu- Doucier- Chatillon- Vevy –Pannessières- Messia</p>

<p><b>4 Aout</b> 105 km Dénivelé 1395</p>	<p>Messia-Geruge-Arthenas- Rothonay- Nancuisse- Marigna sur valouse-Chatonnay- Arinthod- prendre la D3 ↗- Viremont- Onoz- ↻ Orgelet- Plaisia-Merona- Marnézia- Nogna- Publy -Verges- Vevy- Crancot- ↻ la Marre-Baume les Messieurs- ↗ ↻ Rosnay- Grange Bedou- Pannessières- Messia</p>
<p><b>11 Aout</b> 120 km</p>	<p>Messia- Macornay- Saint Maur- Nogna- Pont de Poitte- Clairvaux- Crillat-Saint Maurice- Col de Tremontagne -Grande rivière - Saint Laurent- Lac des rouge truites- Foncine le bas- D127- ↗↗ dans Entre deux monts- route de Gyps- Chaux les Crotenay- Pont de la Chaux- Le Franois-chevrotaine - Doucier- Chatillon- Vevy- Pannessières- Messia</p> <p><b>100 km si</b> : Grande rivière-les chauvins- à gauche st pierre- chaux du dombief -ilay – menetruux – doucier....</p>
<p><b>15 Aout</b> 100 km <b>8h Matin</b></p>	<p>Messia – Trenal- Machurés- Saint Agnès- Rotalier- La combe- ↻ Orbagna- ↗ Crève Cœur- ↗ et ↗ le Grand Rambey- Lanezia ↗ la Biolée - Le Chanelet ↗ ↻r Rosay ↗ et ↗ Graveleuse- Champagne- Loisia- Cressia- La Perrière - Pimorin- ↗ D163 Montseria- Echailla- ↻ Nancuisse ↗ Chatagna- ↗ Chamberia- ↗ Orgelet- Dompierre- Poids de fiole- Saint Maur- Messia</p>
<p><b>18 Aout</b> 115 km</p>	<p>Messia –La Lième- Le Pin-Lavigny- Rosnay-Sermu- Crançot-Vevy Verges-Chatillon- Villars/ain- Marigny- Mont/monet- Loulle- D55- Pillemoine- D40-Chatelneuf- Pont de la chaux- ↗ Le Franois- Ilay- Menetruux- Songesson-Doucier- Bas de Chatillon- Blye- Publy- Revigny- Lons</p> <p><b>93km</b> Mont sur Monnet- Saffloz- Doucier- Bas de Chatillon- Blye- Publy- Revigny- Lons</p>
<p><b>25 Aout</b> 100 km</p>	<p>Messia- Trenal- Les machurés- Saint Agnes- Rotalier- Orbagna- Beaufort-Maynal- La biolée- Le chanelet- Chatel- Chevreux- La marre- Grange de nom- Veria- dans veria ↗ Andelot - Saint Julien D86 ↻ Montagna le Templier- Villeneuve les Charnod- D56- Valfin/valouse - Chisseria-Arinthod- D109 Chatonay- D72- Marigna ↗ Nancuisse- Chatagna- Chaveria-Moutonne- Reithouse- Bornay- Macornay</p>

<p><b>1 Septembre</b> 100 km</p>	<p>Messia- - Bornay --&gt; Essia- Arthenas- Varessia- Essia-↗ -Alièze- Dompierre-Marnezia-Nogna- Pont de poitte- Clairvaux- La frasnée- Crillat- Saint Maurice- Tretu- ↗ et ↗ Bouzailles- Saugeot - Denezières- Uxelles-Vertamboz- Pont de poitte- Mesnois- Blye - Verges- Vevy- Pannessières-Messia <b>80 km si</b> : Bornay Alièze direct</p>
--------------------------------------	---

<p><b>8 Septembre</b> 83 km</p>	<p>Messia- Trenal- Condamine- Savigny- Villevaudrey - Chante merle- Sagy- D135- Les bulets- ↩ puis à gauche avant le circuit - Meix Aviange-tout droit : les tupins -Fleria- Cousance- Gizia- route des vignes - Le Chanelet- Rosay- Cressia- Loisia- D51- Pimorin- D163- Montseria- Rothonay- arthenas - Essia- Bornay- Macornay- Messia</p>
<p><b>15 Septembre</b> 87 km <b>859 m de dénivelé</b></p>	<p>Lons- Pannessières- Vevy- Crançot- La Marre- Fay en Montagne- Picarreau- Pont du Navoy- Monnet la ville- Mont sur Monnet- Fontenu- Doucier- Chatillon- Verges- Publy- Nogna- Montaigu- Macornay- Messia</p>
<p><b>22 Septembre</b></p>	<p>Sortie libre lors du test des 2 Vallées.</p>
<p><b>29 Septembre</b> 82 km</p>	<p>Messia- Chilly- Trenal- Savigny- Maitre Camps- Sagy- Les bulets- Les galands- Frontenaux- D112- Dommartin les cuiseaux- D11 ↗ après Croubons- Champagnat- Veria par les 4 bornes- Loisia- Cressia- Augisey- Saint Laurent la Roche- Geruge- Macornay- Messia</p>