



PARCOURS

MAI - JUIN 2014

**Samedi
DAMES**

Départ à 14 heures

3 mai 2014 65 kms	Messia - Lons - la Lième - Voiteur - Menetru – Frontenay - Passenans - Grange Ladoye – Plasne - le Fied - Fay en Montagne - la Marre - Crançot, Pannessières – Lons - Messia.
	52 kms Si Passenans – Montchauvier - Bréry – Domblans - St Germain les Arlay – Arlay – Juhans – Quintigny - l'Etoile – Montmorot - Messia.
10 mai 2014 58 kms	Messia - Courlaoux – Grange Bedey – Larnaud – Fontainebrux – Charnay – Frangy – Clémencey – Le Tronchet – Montcony – vers l'école ↯ Le Fay – Centre village ↗ Les Maîtres Camps – Savigny – Trenal – Messia.
	51 kms Messia – Chilly – Courlaoux – Grange Bedey – Larnaud - Fontainebrux – Direction Saillenard – Charnay – Frangy – Villeneuve – le Servin – Villemartin – Saillenard – Beaurepaire – Savigny – Messia.
17 mai 2014 73 kms	Messia – Lons - La Lième – Voiteur – Château-Châlon – Granges de Ladoye – Picarreau – Dos à l'Ane – Bonnefontaine – Mirebel – Haut de Chatillon – Vevy – Publy – Monts de Revigny – Conliège – Lons - Messia.
	60 kms Si Granges de Ladoye → Picarreau ↗ Fay en Montagne – La Marre – Crançot – Vevy – Pannessières – Lons – Messia.
	52 kms Si Granges de Ladoye - La Marre - Crançot - Vevy - Pannessières - Lons - Messia.-
24 mai 2014 75 kms	Messia – Macornay - Vernantois - St Maur - Nogna - Thuron - Mesnois - Blye - Verges - Vevy - Crançot - La Marre - Chaumoises boivin - Blois sur Seille - Nevy - Voiteur - Domblans - la Muyre - Plainoiseau - Montain - le Pin - Messia.
	50 kms Si Vevy - Pannessières - Lons – Messia.

<p>31 mai 2014</p> <p>70 kms</p>	<p>Messia – Trenal – Bonnaud – Flacey – Bois Laurent – Le Miroir ↗ Les Galants – Les Bulets – Sagy – Maître Camps ↖ Le Moulin Rouge ↖ Ratte ↗ Putacrot – Le Fay – Molambief – Le Fay – Saillenard – Beaurepaire -Savigny – Trenal – Messia.</p>
<p>54 kms</p>	<p>Si Messia - Trenal - Bonnaud - Flacey - Nécudois - Seillières - Bois Laurent - Meix Aviane - le Miroir - D972 - Les Galands - D135 - les Bulets - D135 - Sagy - D21 Chantemerle - Savigny - Courlaoux - Messia.</p>
<p>7 juin 2014</p> <p>71 kms</p>	<p>Sortie excentrée à Doucier : Doucier – D27 – Pont du Navoy – D 471 – Champagnole – Direction Sapois – D84 - Sirod – D 269 – Crans – Syam – Les Planches – Chaux des Crotenay – D16 – Pont de la Chaux – D75 - Le Frasnois – Ilay – Doucier.</p>
<p>60 kms</p>	<p>Doucier – D27 – Pont du Navoy – D 471 – Champagnole – D127 – Syam – Les Planches – Chaux des Crotenay – D16 – Pont de la Chaux – D75 – Le Frasnois – Ilay – Doucier.</p>
<p>45 kms</p>	<p>Doucier – D27 – Pont du Navoy – D40 – Monnet la Ville – Mont sur Monnet – D74 – Saffloz – Chevrotaine – D74 – Le Frasnois –D75 - Ilay – Menétrux en Joux - D39 – Songeson - Doucier.</p>
<p>14 juin 2014</p> <p>70 kms</p>	<p>Messia – Bornay – Essia – Arthenas – Les Rippes – D 2 – D 72 – Rothony – Echaillat – D 72 – D 191 – Monnetay – La Peyrouse – Croupet – D 117 – Gigny – Loisia – Cressia – Augisey – Rotalier – Ste Agnès – Gevingey - Messia</p>
<p>50kms</p>	<p>Si Les Rippes – D 2 – Cressia – Augisey – Rotalier</p>
<p>21 juin 2014</p> <p>70 kms</p>	<p>Messia – Montmorot - l'Etoile – Ruffey – Desnes – Commenailles - Chapelle Voland - la Darge - le Planois - Gérard - Bois de Long, St Germain du bois - direction Louhans - D13 - D84 - Clemency – Frangy - Charnay – Fontainebrux – Larnaud – Courlaoux - Messia.</p>
<p>50 kms</p>	<p>Si Chapelle Voland - les Piotelats - les Rollins - Petit Nance – Nance - Fontainebrux – Larnaud – Courlaoux – Messia.</p>
<p>28 juin 2014</p> <p>73 kms</p>	<p>Messia – Messia – Lons - Conliège – Revigny – Nogna - Pont de Poitte – Pietelle - D42 - Baresia – Thoiria - D149 - D27 - Messia – Coyron - Pont de la Pyle – Orgelet – Moutonne – Beffia – Reithouse – Courbette – Bornay - Macornay - Messia.</p>
<p>50 kms</p>	<p>Si Revigny - Poids de Fiole – Dompierre - Pont de la Thoreigne – Orgelet - ZI, Moutonne – Beffia – Reithouse – Courbette – Bornay – Macornay - Messia.</p>