



PARCOURS

JUILLET-AOÛT- SEPTEMBRE 2016

**Samedi
DAMES**

Départ 8 H 15 (mercredi et samedi)

2 juillet 2016 74 kms 64 kms Openrunner N° 6174945 48 kms	Messia – Montmorot – L'Etoile – Ruffey – Desnes – Vincent – Froideville – La Chaux en Bresse – Francheville – Le Villey – Foulénay – Les 2 Fays – Sergenaux – Rye – La Chassagne – Chaumergy – Commenailles – Relans – Bletterans – Villevieux – Larnaud – Grange Bedey – Courlaoux – Messia
	Messia – Montmorot – L'Etoile – Ruffey – Desnes – Vincent – Froideville – La Chaux en Bresse - Dir. Bellevesvre – Commenailles - Relans – Bletterans – Villevieux – Larnaud – Grange Bedey – Courlaoux – Messia
	Messia – Montmorot – L'Etoile – Ruffey – Desnes – Commenailles - Relans - Bletterans – Villevieux – Larnaud – Grange Bedey – Courlaoux – Messia.
9 juillet 2016 80 kms Openrunner N° 6175029 64 kms 50 kms	Messia – Macornay – Vernantais – St-Maur – Nogna – Thuron – Mesnois – Blye – Verges – Vevy – Crançot – La Marre – Chaumoises Boivin – Blois sur Seille – Nevy – Voiteur – Domblans – La Muiyre – Plainoiseau – Montain – Le Pin – Lons – Messia,
	Messia - Macornay – Vernantais – St-Maur – Nogna – Thuron – Mesnois – Blye – Verges – Vevy – Crançot – Dir. Granges sur Baume – Baume les Messieurs – Nevy – Voiteur – La Lième – Lons – Messia.
	Messia – Macornay – Vernantais – St Maur – Nogna – Thuron – Mesnois – Blye – Verges – Vevy – Pannessières – Lons – Messia.
16 juillet 2016 78 kms 60 kms 53 kms	Messia – Lons – La lième – Lavigny – Rosnay – Sermu – Crançot – Vevy – Châtillon – Blye – Mesnois - Poids de Fiole – Dompierre sur Mont – Présilly (vers le monument) ↗ Chemin de Corbière – Alièze – Courbette – Bornay – Macornay – Messia.
	Messia – Lons – La lième – Lavigny – Rosnay – Sermu – Crançot – Vevy – Publy – Nogna – Poids de Fiole – Dompierre sur Mont – Présilly (vers le monument) ↗ Chemin de Corbière – Alièze – Courbette – Bornay – Macornay – Messia
	Messia – Lons – La lième – Lavigny – Rosnay – Sermu – Crançot – Vevy – Publy – Nogna – Revigny – Conliège – Perrigny – Lons – Messia.
23 juillet 2016 74 kms 56 kms	Messia – Courlaoux - centre d'enfouissement – Fontainebrux – Charnay – Frangy – Les 4 chemins – Bosjean – Les Dameys – Chapelle Voland – La Darge – Le Plasnois – Gérard – Bois de Long – L'Estalet – Laver – Conde – Le Tronchet – Saillenard – Beurepaire – Savigny – Condamine – Courlaoux – Frébuans – Messia
	Messia – Courlaoux - centre d'enfouissement – Fontainebrux – Charnay – Frangy – Les 4 chemins – Bosjean – Les Dameys – Chapelle Voland – Commenailles – Relans – Bletterans – Villevieux – Larnaud – Grange Bedey – Courlaoux – Frebuans – Messia

30 juillet 2016 82 kms 58 kms 52 kms	Messia - La Lième – Voiteur – Château-Châlon – Grange de la Doye – Plasne – Champvaux – RN 5 sur 5 kms – Besain - Picarreau – Fay en Montagne – La Marre – Crançot – Pannessières – Lons – Messia.
	Messia - La Lième – Voiteur – Château-Châlon – Grange de la Doye – Direction Picarreau – Fay en Montagne – La Marre – Crançot – Pannessières – Lons – Messia.
	Messia - La Lième – Voiteur – Château-Châlon – Granges de Ladoye - La Marre - Crançot - Vevy - Pannessières - Lons - Messia.-

6 août 2016	Parcours du 2 juillet à l'envers.
--------------------	-----------------------------------

13 août 2016	Parcours du 9 juillet à l'envers.
---------------------	-----------------------------------

20 août 2016	Parcours du 16 juillet à l'envers.
---------------------	------------------------------------

27 août 2016	Parcours du 23 juillet à l'envers.
---------------------	------------------------------------

Départ 14 heures

3 septembre 2016 70 kms Openrunner N° 6174902 52 kms	Messia – Trenal – Malleroy - Vincelles – Rotalier –Abergement de Rosay – Les Pourrets – Le Chanelet – Dir. Rosay – Lamarre – Granges de Nom – Véria – Graye et Charnay – Loisia – Cressia – Augisey – St Laurent la Roche – Geruge - Macornay - Messia.
	Si Rotalier → Augisey – Rippes de Cressia - D 44 – Dir. Orgelet – Beffia – Reithouse – Courbette – Bornay – Macornay – Messia.

10 septembre 2016 78 kms 60 kms 51 kms	Messia – Courlaoux – Grange Bedey – Larnaud – Fontainebrux – Frangy – Clémencey – Conde – direction St Germain du Bois D 13 – St Usage – Vincelles – Louhans – D 21 – direction Beaufort – Blaine – St Martin du Mont – Les Maitres Camps - Savigny – Messia
	Messia – Chilly – Courlaoux – Grange Bedey – Larnaud - Fontainebrux – Direction Saillenard – Charnay – Frangy – Montcony – Les Richards – La Ferrière – A gauche D 178 – Putacrot – N 78 – Maitres-camps – Savigny - Messia
	Messia – Chilly – Courlaoux – Grange Bedey – Larnaud - Fontainebrux – Direction Saillenard – Charnay – Frangy – Villeneuve – le Servin – Villemartin Saillenard – Beurepaire – Savigny – Messia.

17 septembre 2016 75 kms 60 kms 52 kms	Messia – Montmorot – L'Etoile – Quintigny – Plathenay – St Germain les Arlay – Domblans – Blandans – Frontenay – Passenans – St Lamain – Montchauvier □ Sellières – Mantry – Chavannes – Récanoz - Froideville – Commenailles – Chapelle- Volans – Les Rollins – Les Pioletats – Petit Nance – Fontainebrux – Larnaud – Courlaoux – Messia.
	Messia – Montmorot – L'Etoile – Quintigny – Plathenay – St Germain les Arlay – Domblans – Blandans – Frontenay – Passenans – St Lamain – Montchauvier – Dir. Sellières – Mantry – Chavannes – Récanoz – Lombard – Ruffey – le Gravier – Courlaoux – Messia.
	Si Frontenay – Menétrou – Voiteur – Domblans – La Muiyre – la Lième – Lons – Messia.

24 septembre 2016 73 kms 60 kms 51 kms	Messia – Trenal – Bonnaud – Vincelles – Grusse – St Laurent la Roiche – Augisey – Cressia – La Perrière – Dir. Orgelet – Moutonne – Senay – Pont de la Thoreigne – Poids de Fiole – Nogna – Publy – Vevy – Pannessières – Lons – Messia.
	Messia – Trenal – Bonnaud – Vincelles – Grusse – St Laurent la Roiche – Augisey – Cressia – Beffia – Reithouse – Bornay – Macornay – Messia.
	Messia – Trenal – Bonnaud – Vincelles – Grusse – St Laurent la Roiche – Augisey – D44 – D2 – Rippes d'Arthenas – Arthenas – Geruge – Macornay - Messia