

Parcours Femmes

PLOMODIERN

Plomodiern n° 1 : Openrunner 16919077 – 53 kms – 794 M de denivelé + ; 791 M dénivelé -

Camping – Pentrez – D 163 – Argol – D 60 – Les 4 chemins – D 60 – Landévennec (Abbaye)
– Direction Argol – Lescoat – D 60 – D 47 – Sainte Marie du Menez Hom – Plomodiern –
Saint Sébastien – Camping -

Plomodiern n° 2 : Openrunner 16919565 – 55 kms – 608 M de denivelé + ; 610 M dénivelé -

Camping – Ploéven – D 63 – Kergoat – Lezmel – Plogonnec – D 39 – D 7 – Kervel – Sainte
Anne la Palud – Ploéven - Camping

Plomodiern n° 3 : Openrunner 16919688 – 44 kms – 741 M de denivelé + ; 735 M dénivelé -

Camping – Ploéven – Cast – Saint Jérôme – Chapelle Notre Dame – Châteaulin – Dinéault –
D 47 – Saint Nic - Camping

Plomodiern Sud : Openrunner 16982555 – 67 kms – 968 M de denivelé + ; 965 M dénivelé -

Camping – Plomodiern – Kérinec – Plonévez-Porzay – D 63 – Locronan – D 7 - (avant
Kerlaz) – Rejoindre la D 39 - Le Juch – Guengat – D 56 – Plaisance – Le Croëzou –
Traverser la D 39 – Quéménéven – Cast – Lagadven – Plomodiern - Camping

Plomodiern **Sud Variante : Openrunner 17054838 – 45 kms – 735 M de denivelé + ; 711 M
dénivelé -**

Camping – Plomodiern – Kérinec – Plonévez-Porzay – D 63 – Locronan – **Plogonnec - D 39**
Quéménéven - Cast – Kerhoc – Lescobet - Plomodiern - Camping

Plomodiern Est : Openrunner N° 17088985 – 44 kms – 579 M de dénivelé + ; 578 M dénivelé -

Camping – Plomodiern – à droite Lagadven – Cast – Dir. Menez Kerque – à droite Kergaradec – D 61 Gare de Quéménéven – Quéménéven – Kergoat – Plonévez-Porzay – D 63 Ploéven – Plomodiern – Camping.

Plomodiern Est Variante : Openrunner N° 17089054 - 54,700 kms – 640 M de dénivelé + ; 639 dénivelé -

Camping – Plomodiern – à droite Lagadven – Cast – Dir. Menez Kerque – à droite Kergaradec – D 61 Gare de Quéménéven – Quéménéven – Kergoat - Plonévez-Porzay – **D 61 – à gauche Tréfeuntec - Pointe de Tréfeuntec – retour Plonévez-Porzay** – D 63 Ploéven –Plomodiern – Camping.

Plomodiern Parcours Nord Est : Openrunner N° 17320479 - 42 kms – 558 dénivelé + ; 560 dénivelé -

Camping – St Sébastien - traverser D 47 Plomodiern - à droite Pen-ar-Yeun - traverser D 887 Dinéault - D 60 Musée - toujours D 60 Argol - Prendre à gauche jusqu'à D 887 – prendre la D887 pendant 1,5 kms – D 63 St Nic – Pentrez Plage - Bord de mer jusqu'à camping
