

Localités <b>(Contrôles en gras)</b>	D i s t.	C u m u l	Routes (pour s'y rendre)	Remarques	O u v.	F e r m é
<b>Castanet – Salle Fontanelles</b>	0	0			<b>05:00</b>	<b>06:00</b>
X Rue Jean Moulin – D57	0,7	0,7	Rue des Fontanelles, Jean-Moulin			
X D57 – D16	2,4	3,1	Rte de Labège (D57)	Prendre a droite la D16		
X D16 - D79 (La Cousquille)	2,7	5,8	D16	au feu a gauche (vers Escalquens Centre) puis 1ere a droite		
X D79-D2	5,3	11,1	D79	a droite prendre D2 vers Fourquevaux, Revel		
La Bastide Beauvoir	5,6	16,7	D2	Traverser le village		
Saint Felix Lauragais	19,2	35,9	D2, D622	Contourner le village		
<b>Revel</b>	10	45,9	D622		<b>06:21</b>	<b>08:18</b>
Soual	14,4	60,3	D622	via Lescout		
X D926-D14	1,7	62	N2126, D926	prendre a gauche vers Semalens		
Vielmur sur Agout (Gare)	7,9	69,9	D14	via Cambounet sur le Sor, Semalens – Traverser le village		
Lautrec	10,9	80,8	D92			
X D92-D612	7,7	88,5	D30, D92	Prendre a gauche D612 vers Réalmont		
Réalmont	2,6	91,1	D612			
Ronel (Proximité)	5,7	96,8	D74			
Villefranche d'albigeois	16,8	113,6	D74	Via Mouzies-Teulet. A Villefranche, prendre a droite D999 vers Millau		
X D999-D74	2,6	116,2	D999	prendre a gauche D74 vers Ambialet		
Ambialet	7,9	124,1	D74	prendre a droite D77		
X D77-D700	0,6	124,7	D77	prendre a gauche D700 vers Courris		
Trébas	9,8	134,5	D700	traverser le village		
<b>Requista</b>	15,2	149,7	D76, D344		<b>09:25</b>	<b>15:00</b>
X D902-D56	8,4	158,1	D902	prendre D56 a droite vers Durenque		
Arvieu	19,6	177,7	D56	via Durenque		
Pont de Salars (X D611-D523)	15,4	193,1	D56, D611 (G!)	traverser le village		
Laissac	18,1	211,2	D523	via Le Vibal, La Bouloire		
X D28-D206	13,7	224,9	D28	via Pont de Palmas, Gabriac		
<b>St Côte d'Olt (Vieux Pont)</b>	6,5	231,4	D206, D6, D986	!! via Coulée de lave de Roquelaura !!	<b>11:51</b>	<b>20:24</b>
Estaing	13,6	245	D987, D920a	via Espalion		
Entraigues sur Truyère	17,2	262,2	D920a	Traverser la ville, prendre sur la droite le pont sur La Truyère		
Vieillevie	16,9	279,1	D34, D904, D107, D141	Longer le Lot		
Saint Parthem	13,6	292,7	D141, D42			
Port d'Agrès	6,1	298,8	D42, D963(D!), D627(G!)			
Penchot	7,7	306,5	D627, D72, D627	via Livinhac le Haut		
<b>Capdenac Gare</b>	14,4	320,9	D627, D840	via Bouillac, traverser le Lot	<b>14:40</b>	<b>02:24</b>
Saint Julien d'Empare	2,1	323	D86			
X D86-D38	12,9	335,9	D86	Via Balaguier d'Olt, changer de rive (pont a droite)		
X D38-D662	0,8	336,7	D38	A gauche vers Laroque Toirac		
Cajarc	14	350,7	D662			
Vers	35,2	385,9	D662	via Tour de Faure, St Gery		
Cahors – Place des Carmes	15	400,9	D653	Longer le Lot		
Cahors – Pont Valentré	1,2	402,1	Quais le long du lot			
Luzech	18,2	420,3	D8	via Douelle		
<b>Puy L'évêque (X D811-D44)</b>	14,8	435,1	D9, D811	via Castelfranc, Prayssac	<b>18:18</b>	<b>10:00</b>
Saint Matré	15,4	450,5	D44, D4	via Floressas		
Montcuq	11,2	461,7	D4	via Belmontet		
<b>Valence d'Agen</b>	39,4	501,1	D953	Via Lauzerte (bas)	<b>20:30</b>	<b>14:24</b>
Auvilar	5,8	506,9	D11			
Castelferrus	18	524,9	D12, D26	Via Castelmayran, Saint Aignan		
Grenade	36	560,9	D26	Via Bourret, Mas-Grenier, Verdun sur Garonne		
X D29-D20	2,9	563,8	D29	prendre a droite		
St Jory (X D20-D820)	7,3	571,1	D20	Prendre en face sur le rond-point, puis 1ere a droite (Chemin de Ladoux)		
X Ch. Du Parc – D63g	3,1	574,2	Chemin de Ladoux, Chemin du Parc	Prendre sur la gauche D63g		
X D63g – D4	1,3	575,5	D63g	Prendre 1ere sortie sur le rond-point (Rte de Fronton vers Toulouse)		
Barriere de Paris	10,6	586,1	D4	Conservser la même direction		
X Ave H de Serres – Bld Arcole	1,9	588	Ave des Minimes, H. de Serres	Prendre a gauche sur le boulevard		
Station Métro F. Verdier	1,9	589,9	Boulevards	Prendre a gauche vers la Halle aux Grains		
Pont sur Canal	0,3	590,2	Rue du Pont de Montaudran	Conservser la direction (Ave J. Rieux)		
Place de l'Ormeau	3,3	593,5	Ave J. Rieux	A la fourche, prendre a gauche Rte de Revel		
X Route de Revel – D16	1,5	595	Route de Revel	Passer sous la rocade, au feu à droite vers Labège, Escalquens		
X D16 – D57 (Rte de Castanet)	4,5	599,5	D16	Prendre a droite D97 vers Castanet		
Rond-Point Intermarché	1,9	601,4	D57	Prendre 1ere Sortie, rond-point suivant 1ere sortie		
<b>Castanet – Salle Fontanelles</b>	1,2	602,6	D57, Ave J. Moulin	Parking des Fontanelles sur la gauche	<b>23:48</b>	<b>21:00</b>

*Nous recommandons aux participants de respecter le code de la route.*

Chaque participant doit se conformer au règlement: Règlement des Brevets Randonneurs Mondiaux de l'Audax Club Parisien. Si vous ne le connaissez pas, demandez nous en une copie. En cas d'urgence, selon l'endroit ou vous vous trouvez appeler les secours au **18 ou 112** ou le Centre Médical Louis DELHERM (Castanet) au **05 62 71 71 71**. Pour tout autre information appeler le **07 63 30 35 47**