



JANVIER

N° 1 Le 06 Janvier Départ 9 h00 Circuit de 40 km
Première sortie officielle

Rospez – Kermaria – Penvénan – Plougrescant – Plouguiel – D70 –100m. Après bro-Dréger à gauche direction Camlez –D75—Coatréven — Trézény— Kerinou – Rospez

Le 12 Janvier inscriptions pour les licences de 9h30 à 12 h
+ Commande de vêtements et essayage

N° 2 Le 13 Janvier Départ : 9h00 Circuit de 43 km

Rospez - Lannion - Ploubezre – Rue de lity avant Plouaret – D88 après Vieux Marché - Lannion – Rospez

Galette des Rois à l' issue de la sortie

Le 19 Janvier inscriptions pour les licences de 9h30 à 12 h
• Commande de vêtements

N° 3 Le 20 Janvier Départ : 9h00 Circuit de 44 km

Rospez - Tonquédec - Pluzunet - Botlézan – Bégard - Bardérou - Confort - Quemperven – Lanmérin – Rospez

N° 4 Le 27 Janvier Départ : 9h00 Circuit de 45 km

Rospez - Tréguier - Trédarzec - Pleumeur Gautier - Pleudaniel - Pouldouran - La Roche - Langoat – Rospez

FEVRIER

N° 5 Le 03 Février Départ : 9h00 Circuit de 51 km

Rospez - Kermaria - Louannec - Perros – La Clarté - Pleumeur Bodou -Trébeurden - Lannion (aéroport) – Rospez

N° 6 Le 10 Février Départ : 9h00 Circuit de 49 Km

Rospez - Tonquédec - Pluzunet - Bégard - Trézélan - Prat - Langoat – Rospez

N° 7 Le 17 Février Départ : 9h00 Circuit de 52 Km

Rospez - Kermaria - Trélévern - St Nicolas - Penvénan - Plougrescant - Plouguiel – Rte des légumiers – St Nicolas – Kermaria – Lannion(aéroport) – Rospez

N° 8 Le 24 Février Départ : 9h00 Circuit de 51 Km

Rospez - Lannion - Ploubezre - Kerauzern - Ploumilliau – Keraudy - Plouaret - Lannion – Rospez

MARS

N° 9 Le 03 Mars Départ : 8h30 Circuit de 58 km

Rospez - Langoat - La Roche Derrien (centre)- Pommerit Jaudy- Runan - Belle Eglise - Brévidy - St Laurent - Pédermec - St Conery - Botlézan – Pluzunet – Tonquédec - Rospez

N° 10 Le 10 Mars Départ : 8h30 Circuit de 61 Km

Rospez – Lannion (Côte de chez Nivet - Rue Martyrs de la résistance) - Trébeurden (rue de Bihit) – Trégastel - Perros - Louannec – Kermaria - Pont Losquet - Cozcaradec Langoat – Rospez

N° 11 Le 17 Mars Départ : 8h30 Circuit de 55 Km***
[Photos des groupes avant le départ](#)

Rospez – Tonquédec - Pluzunet - Bégard - Prat - Runan - Ploëzal – Pommerit Jaudy – Pont Losquet - Cozcaradec – Rospez

N° 12 Le 24 Mars Départ : 8h30 Circuit de 59 Km

Rospez – Langoat - Pont Losquet – rocade de Camlez - St Nicolas – Kermaria - Perros – la Clarté – Pleumeur Bodou – Trébeurden - Lannion(aéroport) – Rospez

N° 13 Le 31 Mars Départ : 8h30 Circuit de 58 Km

Rospez – Tonquédec - Pluzunet - Bégard – La Belle Eglise - Runan - Ploëzal – Hengoat - Pouldouran - La Roche Derrien – Rospez

AVRIL

N° 14 Le 07 Avril Départ : 8h30 Circuit de 55 Km

Rospez – St Julien - Pont Losquet - Pommerit Jaudy - La Belle Eglise -- Bégard - Botlézan - Pluzunet - Tonquédec – Rospez

N° 15 Le 14 Avril Départ : 8h30 Circuit de 52 Km

Rospez – Lannion - Ploubezre – Vieux Marché - Plouaret – Keraudy – Kervulu - Ploubezre – Lannion – Rospez

N° 16 Le 21 Avril Départ : 8h30 Circuit de 58 Km

Rospez – Langoat- Pouldouran - Pleudaniel - Pleumeur Gautier - Trédarzac - Tréguier - Plouguiel Plougrescant - Penvénan - Kermaria – Château d'eau – La Ville Blanche – Rospez

N° 17 Le 28 Avril Départ : 8h30 Circuit de 57 km

Rospez – Tonquédec – Pluzunet – Belle Isle Bégard - Pédermec – Saint Laurent - Guénézan - Prat – Quatre vents - Quemperven – Lanmérin – Rospez

MAI

Le 01 Mai La ROSPEZIENNE - Heure de départ selon circuit choisi

N° 18 Le 05 Mai Départ : 08 h 30 Circuit de 55 km

Rospez – Lanmérin –Cozcaradec/Pont Losquet - Tréguier- La Roche Derrien – Bardérou – Bégard – Botlézan – Pluzunet – Tonquédec - Rospez.

N° 19 Le 12 Mai Départ : 8h30 Circuit de 55 Km

Rospez – Lannion (rocade) – Le Rusquet - Mabiliès - Trélévern- St Nicolas - Penvénan - Plougrescant - Plouguiel- Tréguier DDE– Langoat -Rospez

N° 20 Le 19 Mai Départ : 8h30 Circuit de 55 Km

Rospez – Langoat - La Roche Derrien (centre) – Pommerit Jaudy - Ploëzal – La Roche Jagu - Pleumeur Gautier - Trédarzec– Tréguier - Plouguiel- Saint Nicolas – Kermaria Sulard (château d'eau) – Rospez

N° 21 Le 26 Mai Départ 8h30 Circuit de 57 km

Rospez – Tonquédec – Pluzunet – Belle Isle Bégard - Pédermec – Saint Laurent- Guénézan - Prat - Quemperven – Lanmérin – Rospez

Ou

Concentration à Cavan (fêtes des mères)

Le 30 Mai Tour du TREGOR

JUIN

N° 22 Le 02 Juin Départ 8h30 Circuit de km

Rospez – Caouënnec– Prat – Bégard – Le Vieux Marché– Plouaret– Ploubezre – Lannion – Rospez

N° 23 Le 09 Juin Départ : 8h30 Circuit de 56 Km

Rospez - Kermaria - St Nicolas –Trévou Tréguignec -Trélévern - Louannec - Perros – La Clarté Pleumeur Bodou - Trébeurden – Lannion aéroport – Rospez

N° 24 Le 16 Juin Départ : 8h30 Circuit de 57 km

Rospez – Tonquédec - Pluzunet – St Eloi - Belle Isle Bégard - Bégard - Trézélan – Prat- Quatre vents – La Roche Derrien – Langoat – Lanmérin - Rospez

N° 25 Le 23 Juin Départ : 8h30 Circuit de 63 Km

Rospez – Caouënnec - Cavan - Bégard - Prat - Runan - Ploëzal - La Roche Jagu - Pleudaniel - La Roche Derrien – Rospez

Samedi 29Juin – La Pierre LE BIGAUT

N° 26 Le 30 Juin Départ : 8h30 Circuit de 56 Km

Rospez – Lanmérin - Langoat – Rcade de Calmez - Trévou Tréguignec - Trélévern - - Mabiliès - Louannec - Guéradur - Pleumeur Bodou - Lannion(aéroport) – Rospez

JUILLET

-

N° 27 Le 07 Juillet Départ : 8h30 Circuit de 52 Km

Rospez – Lanmérin – Quatre vents - Berhet - Prat -Bégard – Louargat - Pluzunet – Tonquédec – Rospez

Pique-nique familial de l'ACR

N° 28 Le 14 Juillet Départ : 8h30 Circuit de 59 Km

Rospez – Kermaria - Lannion - Ploubezre - Kerauzern - Ploumillau - Plouaret - le Vieux Marché – Près de Pluzunet – Tonquédec -- Rospez

N° 29 Le 21 Juillet Départ : 8h30 Circuit de 55 Km

Rospez - La Roche Derrien (centre) - Pommerit Jaudy -- Runan - Coatascorn - Trézélan - Guénézan – Belle Isle Bégard - St Eloi - Pluzunet - Tonquédec – Rospez

N° 30 Le 28 Juillet Départ : 8h30 Circuit de 61 km

Rospez - Tonquédec - Pluzunet - Bégard - Trézélan - Prat - La Roche Derrien - Tréguier - Plouguiel - Plougrescant – penvénan – St Nicolas - Kermaria – Rospez

AOÛT

N° 31 Le 04 Août Départ : 8h30 Circuit de 54 Km

Rospez - Lannion - Plouaret – Saint Carré – Lanvellec -- Plouzélambre- Lannion (Rte de Kerverziu) – (Saint Nicolas) - (Boutil) – Buhulien – Rospez

N° 32 Le 11 Août Départ : 8h30 Circuit de 55 Km

Rospez - Langoat - La Roche Derrien (centre) - Pommerit Jaudy - Ploëzal – Runan – Prat -- Bégard - Pluzunet – Rospez

N° 33 Le 18 Août Départ : 8h30 Circuit de 52 Km

Rospez – Kermaria - Plouguiel - Plougrescant - Penvénan - St Nicolas - Trévou - Kermaria - Lannion - **St Julien**– Rospez

N° 34 Le 25 Août Départ : 8h30 Circuit de 54 Km

Rospez -- Le Rusquet (nouvelle côte) -- Mabiliès -- Trévou-Tréguignec – Carr D31 D70 --Penvénan- Plouguiel- Tréguier- Minihy-Tréguier- Pont Losquet – Kermaria Sulard -- Rospez.

SEPTEMBRE

Changement heure de départ

N° 35 Le 01 septembre Départ : 9 h Circuit de 59Km

Rospez – (Boutil) Lannion - Ploubezre - Kerauzern - Le Clandi Ploumilliau - Plouaret – Vieux Marché - Pluzunet - Tonquédec – Rospez

N° 36 Le 08 Septembre Départ : 9h Circuit de 50 Km

Rospez – Langoat - Pont Losquet - Perros – La Clarté - Guéradur – Pleumeur Bodou– Lannion aéroport - Le Rusquet – La Ville Blanche– Rospez

N° 37 Le 15 Septembre Départ : 9h Circuit de 52 Km

Rospez - Tonquédec - Pluzunet - Valorys - Bardérou - La Roche Derrien - Pont Losquet - Kermaria - Lannion – Rospez

N° 38 Le 22 Septembre Départ : 9 heures Circuit de 46 Km

Rospez - Langoat - La Roche Derrien (centre) - La Belle Eglise - Trézélan - Caouënnec – Rospez

N° 40 Le 29 Septembre Départ : 9h00 Circuit de 52 Km

Rospez - Lanmérin - Quemperven - Prat - Bégard - St Eloi - Botlézan - Pluzunet - Tonquédec - Rospez

OCTOBRE

N° 39 Le 06 Octobre : *COUPE du PRESIDENT*

N° 41 Le 13 Octobre Départ : 9h00 Circuit de 49 Km

Rospez - Kermaria - Trélévern - Mabiliès - Louannec - Perros - La clarté - Guéradur - Pleumeur Bodou - - Le Rusquet - St Marc - Rospez

N° 42 Le 20 Octobre Départ : 9h00 Circuit de 47 Km

Rospez - St Julien - Tréguier - Trédarzec - Pleumeur Gautier - Pleudaniel - Pouldouran - La Roche - Pont Losquet - Cozcaradec - Rospez

N° 43 Le 27 Octobre Départ : 9h00 Circuit de 48 km

Rospez - Lannion (Côte de chez Nivet - Bd de la Résistance-Rond-Point de Serval) - Pleumeur Bodou - La Clarté - Perros - Louannec - Pont Losquet - Cozcaradec - Rospez

NOVEMBRE

N° 44 Le 03 Novembre Départ : 9h00 Circuit de 47 km

Rospez - Kermaria - Trélévern - Trévoux Tréguignec - St Nicolas - Plouguiel - Plougrescant - Penvénan - St Nicolas - Kermaria - Rospez

N° 45 Le 10 Novembre Départ : 9h00 Circuit de 44 Km

Rospez - Kermaria - Perros Guirec - La clarté - Guéradur - Pleumeur Bodou - Lannion - Le Rusquet - Le Launay - Chateau d'eau Kerinou - Rospez

N° 46 Le 17 Novembre Départ : 9h00 Circuit de 49 Km

Rospez - Lannion - Ploubezre - Kérauzern - Le Clandy - Kéraudy - Plouaret - Kérauzern - Ploubezre - Lannion - Rospez

N° 47 Le 24 Novembre Départ : 9h00 Circuit de 44 km

Rospez - La ville Blanche - Rte de Kermaria - Kermaria - St Nicolas - Penvénan - Plougrescant - Plouguiel - Tréguier Minihiy Tréguier - Pont Losquet - Cozcaradec - Rospez

Assemblée Générale le 30 novembre à 18h00

DECEMBRE

N° 48 Le 01 Décembre Départ : 9h00 Circuit de 45 Km

Rospez - Lanmérin - Quemperven - La Roche Derrien - CIT - Pont Losquet - Mabiliès - Lannion - Rospez

N° 49 Le 08 Décembre Départ : 9h00 Circuit de 46 Km

Rospez – Lannion (côte de chez Nivet - Rue Martyrs de la Résistance) - Pleumeur Bodou – Guéradur
-Trégastel - Perros - Louannec - Kermaria – Rospez

N° 50 Le 15 Décembre Départ : 9h00 Circuit de 40 Km

Rospez - Kermaria - Penvénan- Plougrescant - Plouguiel –St Nicolas - Camlez–Pont Losquet– Coz
Caradec- Lanmérin – Rospez

N° 51 Le 22 Décembre Départ : 9h00 Circuit de 44 km

Rospez – Lannion- (Cote de Chez Nivet- Rue Martyrs de la Résistance) –Trébeurden – (Rue de Bihit)
- Trégastel - Guéradur – Lannion- Le Rusquet – Rospez

JOYEUX NOEL

N° 52 Le 29 Décembre Départ : 9h00 Circuit de 44 km

Rospez – Le Rusquet – Lannion – Guéradur – Trégastel – (rue de Bihit) – Trébeurden – Lannion -
St Marc – Rospez.

BONNE ANNEE 2020