



## DATES A RETENIR

<b>Vœux du Président :</b>	<b>le 06 janvier</b>
<b>Galette des rois :</b>	<b>le 22 janvier</b>
<b>PPVR :</b>	<b>le 21 mars</b>
<b>Brevet des 200 km :</b>	<b>le 30 mars</b>
<b>La Littorale 56 :</b>	<b>le 07 avril</b>
<b>La Warren Barguil :</b>	<b>le 05 mai</b>
<b>Journée des Familles :</b>	<b>le 12 mai</b>
<b>Fête du Vélo :</b>	<b>le 02 juin</b>
<b>Tour en Morbihan :</b>	<b>les 08, 09 et 10 juin</b>
<b>La Bernard Hinault :</b>	<b>le 15 juin</b>
<b>Sortie 3 jours :</b>	<b>les 18, 19 et 20 juin</b>
<b>La Pierre le Bigaut :</b>	<b>le 29 juin</b>
<b>La Semaine Fédérale :</b>	<b>du 04 au 11 août à Cognac</b>
<b>Cyclo de Plouay :</b>	<b>le 30 août</b>
<b>Fête du Sport :</b>	<b>le 07 septembre (date à confirmer)</b>
<b>PPVR :</b>	<b>le 17 octobre</b>
<b>Assemblée Générale :</b>	<b>le 08 décembre</b>



**JANVIER**

*06 janvier 2019 (pot)  
Épiphanie*

*13 janvier 2019*

*20 janvier 2019*

*27 janvier 2019*

<b>9h..... 62 km</b>	<b>9h..... 60 km</b>	<b>9h..... 60 km</b>	<b>9h..... 60 km</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Le Mourillon	Pont des Indes	Lomener	Lomener
Quimperlé	Lanester	Kerroch	Kerroch
Moëlan sur Mer	Kervignac	Fort Bloqué	Fort Bloqué
Clohars-Carnoët	Nostang	Guidel	Guidel
Kerbigot	Sainte Hélène	Clohars-Carnoët	Clohars-Carnoët
Route côtière	Plouhinec	Quimperlé	Gare la Forêt
Le Guermeur	Merlevenez	Pont-Scorff	Quimperlé
Ploemeur	Kervignac	Quéven	Pont-Scorff
	Ploemeur	Ploemeur	Quéven
			Le Mourillon
			Ploemeur

**Vœux  
du  
PRÉSIDENT  
A  
11H00  
A  
LA LONGÈRE**

**Réunion du CA le 10 janvier**

**Galette des Rois le 22 janvier**

**FÉVRIER / MARS**

*03 février 2019 (pot)*

*10 février 2019*

*17 février 2019*

*24 février 2019*

*03 mars 2019 (pot)*

<b>9h..... 60 km</b>	<b>9h..... 60 km</b>	<b>9h..... 64 km</b>	<b>9h..... 68 km</b>	<b>9h..... 65 km</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Quéven	Fort Bloqué	Quéven	Douar Gwenn	Quéven
Gestel	Le Maëva	Gestel	Saint Mathieu	Pont-Scorff
Pont-Scorff	Kerbigot	La Madeleine	Croix Notre Dame	Arzano
Arzano	Pont Saint Maurice	Les 3 Pierres (Emmaüs)	Ménéguen	Quimperlé
Quimperlé	Clohars-Carnoët	Lann-Gadoué	Gestel	Le Zouave
Toulfouën	Moëlan sur Mer	Rédéné	La Madeleine	Kerbigot
Guidel	Quimperlé	Arzano	Emmaüs	Fort Bloqué
Fort Bloqué	Les 5 Chemins	Pont-Scorff	Kerdudal	Kergalan
Ploemeur	Gestel	Quéven	Lann Gadoué	Ploemeur
	Quéven	Le Perroquet Vert	Rédéné	
	Ploemeur	Le Gaillec	Arzano	
		Ploemeur	Pont-Scorff - Quéven	
			Ploemeur	

**Réunion du CA le 14 février (St Valentin)**

**MARS (suite) / AVRIL**

*10 mars 2019*

*17 mars 2019*

*24 mars 2019*

*31 mars 2019*

*07 avril 2019 (pot)*

<b>9h..... 66 km</b>	<b>9h..... 66 km</b>	<b>8h30..... 75 km</b>	<b>8h30..... 73 km</b>	<b>8h30..... 65 km</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Lanester	Fort Bloqué	Quéven	Lomener - Kerroch	Quéven
Kernours	Kerbigot	Pont-Scorff	Fort Bloqué - Maëva	Pont-Scorff
Kervignac	Clohars-Carnoët	Pont-Person	Kerbigot - Le Zouave	Hennebont
Brandérion	Moëlan sur Mer	Cléguer	Le Pouldu - Doëlan sur Mer	Kervignac
Hennebont	Quimperlé	Saint Etienne	Moëlan sur Mer	Merlevenez
Pont-Scorff	Les 5 Chemins	Poulibet - Kerhouat	Quimperlé	Plouhinec
Gestel	Guidel	Marta - Kerihuel	Les 5 Chemins	Beg Er Lann
Guidel	Route côtière	Plouay	Guidel	Kernours
La Vieille Saudraye	Le Guermeur	Arzano	Fort Bloqué	Pont des Indes
Lannec	Ploemeur	Quéven	Ploemeur	Ploemeur
Ploemeur		Le Mourillon		
		Ploemeur		

**Réunion CA le 14 mars**

**PPVR le 21 mars - Brevet 200 km le 30 mars Caudan**

**Heure d'Été le 31 mars**

**La Littorale 56**

**AVRIL (suite)**

<b>14 avril 2019</b>	<b>21 avril 2019 Pâques</b>	<b>22 avril 2019 Lundi de Pâques</b>	<b>28 avril 2019</b>
<b>8h30.....</b>	<b>8h30..... 80 km ↗</b>	<b>8h30..... 80 km</b>	<b>8h30..... 80 km</b>
<b>Sortie avec le club de Larmor-Plage</b>  Départ et Arrivée à Larmor-Plage  Circuits à définir	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
	Quéven	Le Mourillon	Le Courégant
	Pont-Scorff	Les 5 Chemins	Croix Notre Dame
	Arzano	Quimperlé	Guidel
	Plouay	Arzano	Quimperlé
	Calan	Meslan	Le Trévoux
	Inzinzac	Toulhouat	Quimperlé
	Lochrist	Plouay	Baye
	Col de Kerpotence	Cléguer	Moëlan sur Mer
	Saint Gilles	Pont-Scorff	Clohars-Carnoët
	Kervignac	Quéven	Route côtière
	Kernours	Ploemeur	Le Courégant
	Pont des Indes		Ploemeur
Ploemeur			
<b>Réunion CA le 11 avril</b>			

**MAI**

<b>01<sup>er</sup> mai 2019 Fête du Travail</b>	<b>05 mai 2019 (pot)</b>	<b>08 mai 2019 Armistice</b>	<b>12 mai 2019</b>
<b>8h..... 80 km</b>	<b>8h..... 80 km</b>	<b>8h..... 85 km</b>	<b>8h..... 72 km</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Pont des Indes	Pont-Scorff	Le Mourillon	Queven / Pont-Scorff
Kernours	Arzano	Quimperlé	Arzano
Kervignac	Ty Nadan - Locunolé	Le Faouët	Locunolé
Nostang	Tréméven	Le Clandy	Tréméven
Sainte Hélène	Quimperlé	Arzano	Quimperlé
Manéguen	Les 5 Chemins	Pont-Scorff	Toulfoën
Plouhinec	Kerbastic	Quéven	Clohars-Carnoët
Port-Louis	Route côtière	Ploemeur	Kerbigot
Hennebont	Lomener		Route côtière
Pont-Scorff	Larmor-Plage		Lomener
Quéven	Ploemeur		Ploemeur
Ploemeur			
	<b>La Wawa</b>	<b>Réunion du CA le 09 mai</b>	<b>Fête des Familles le 12 mai</b>

**MAI (suite) / JUIN**

<b>19 mai 2019</b>	<b>26 mai 2019 Fête des Mères</b>	<b>30 mai 2019 Ascension</b>	<b>02 juin 2019 (pot)</b>
<b>8h..... 85 km</b>	<b>8h..... 90 km</b>	<b>8h..... 85 km ↗↗↗</b>	<b>8h.....</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	<b>Fête du Vélo</b>  Circuit à définir  Départ de l'Océanis
Quéven	Quéven	Lannec	
Pont-Scorff	Pont-Scorff	Kermené	
Arzano	Cléguer	Gestel par Penquelen	
Meslan	Plouay	Pont-Scorff par l'Etang Verger	
Berné	Bubry	Pont Person/Cléguer	
Kerchopine	Pont-Augan	Saint Etienne	
Moulin-Neuf	Languidic	Guillig.. par le moulin du Pou	
L'Enfer	Brandérian	Le Clandy	
Sénébret	Kervignac	Bonigeard Roches du Diable	
Pont-Scorff	Kernours	Arzano/Feuteuniou	
Ploemeur	Pont des Indes	Pont-Scorff	
	Ploemeur	Kerdudal	
		Quéven	
		Ploemeur	

**JUIN (suite)**

<b>09 juin 2019</b> <i>Pentecôte</i>	<b>10 juin 2019</b> <i>Lundi de Pentecôte</i>	<b>16 juin 2019</b> <i>Fête des Pères</i>	<b>23 juin 2019</b>	<b>30 juin 2019</b>
<b>8h..... 85 km</b>	<b>7h30..... 120 km</b>	<b>7h45..... 100 km</b>	<b>8h..... 93 km</b>	<b>8h..... 85 km</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Pont des Indes	Kernours	Kernours	Le Mourillon	Quéven
Lanester	Riantec	Kervignac	Quimperlé	Pont-Scorff
Hennebont	Pont-Lorois	Brandérion / Languidic	Le Faouët	Arzano
Brandérion	Plouharnel	Malachape	Meslan	Meslan
Landévant	Penthièvre	Pluvigner	Le Clandy	Berné
Landaul	Kerhostin / Portivy	Ste Anne d'Auray	Arzano	Kerchopine
Locoal-Mendon	Côte sauvage / Quiberon port	Brec'h / Landaul	Pont-Scorff	Moulin Neuf
Belz	Plouharnel	Landévant	Gestel	L'Enfer
Plouhinec	Erdeven / Pont-Lorois	Nostang	Les 5 Chemins	Sénébret
Port-Louis	Kervignac	Merlevenez	Le Mourillon	Pont-Scorff
Kernours	Kernours	Kervignac / Kernours	Ploemeur	Ploemeur
Ploemeur	Pont des Indes / Ploemeur	Pont des Indes / Ploemeur		

**Tour en Morbihan 08, 09 et 10 juin – Réunion du CA 13 juin – La Bernard Hinault 15 juin – Sortie 3 jours 18, 19 et 20 juin – La PLB 29 juin**

**JUILLET**

<b>07 juillet 2019</b>	<b>14 juillet 2019</b> <i>Fête Nationale</i>	<b>21 juillet 2019</b>	<b>28 juillet 2019</b>	
<b>7h30..... 115 km</b>	<b>8h..... 92 km</b> 🚩🚩🚩	<b>8h..... 95 km</b>	<b>8h..... 88 km</b>	
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	
Le Fort Bloqué / Kerbigot	Le Mourillon	Quéven	Pont des Indes	
Clohars-Carnoët	Quimperlé	Pont-Scorff	Kernours	
Moëlan sur Mer	Tréméven	Arzano	Port-Louis	
Pont-Aven	Loge Coucou	Quimperlé	Riantec	
Trégunc	Meslan	Mellac	Plouhinec	
Pointe de Trévignon	Bonigard	Le Trévoux	Sainte Hélène	
Port Manec'h	Les Roches du Diable	Riec sur Belon	Nostang	
Névez	Arzano	Moëlan sur Mer	Brandérion	
Pont-Aven (voie ferrée)	Feunteuniou	Clohars-Carnoët	Languidic	
Moëlan sur Mer	Le Templo	Kerbigot	Hennebont	
Clohars-Carnoët	Gestel	Vieille route de Guidel	Pont-Scorff	
Kerbigot	Kerbastic	Kerantonel	Ploemeur	
Lomener	Retour vieille route de Guidel	Ploemeur		
Ploemeur	Ploemeur			

**AOÛT**

<b>04 août 2019</b>	<b>11 août 2019</b>	<b>15 août 2019</b> <i>Assomption</i>	<b>18 août 2019</b>	<b>25 août 2019</b>
<b>8h..... 94 km</b>	<b>8h..... 87 km</b> 🚩🚩	<b>8h..... 88 km</b>	<b>8h..... 86 km</b>	<b>8h..... 100 km</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Quéven	Kervinio	Quéven	Le Guermeur	Pont des Indes / Kernours
Pont-Scorff	Croix Notre Dame	Pont-Scorff	Route côtière	Kervignac
Cléguer	Kergaher	Hennebont	Kerbigot	Merlevenez
Plouay	Brunénant	Landévant	Le Zouave	Nostang
Pont-Neuf	Locmaria	Nostang	Quimperlé	Landévant
Poulhibet	Quimperlé	Saint Hélène	Tréméven	Landaul / Brec'h
Plouay	Tréméven	Pont-Lorois	Locunolé	Ste Anne d'Auray
Quimperlé	Querrien	Plouhinec	Bonigard	Pluvigner
Toulofoën	Direction St Thurien	Port-Louis	Meslan	Malachape
Kerbigot	Pont Schluz / Mellac	Kernours	Arzano	Languidic
Route côtière	Quimperlé / Bigard	Pont des Indes	Pont-Scorff	Brandérion / Kervignac
Kergalan	Clohars-Carnoët / Kervinio	Ploemeur	Quéven	Kernours
Ploemeur	Ploemeur		Ploemeur	Pont des Indes / Ploemeur

**Semaine Fédérale à Cognac du 04 au 11 août**

**Cyclo Plouay le 30 août**

**SEPTEMBRE**

<i>01<sup>er</sup> septembre 2019 (pot)</i>	<i>08 septembre 2019</i>	<i>15 septembre 2019</i>	<i>22 septembre 2019</i>	<i>29 septembre 2019</i>
<b>8h..... 88 km</b>	<b>8h30..... 82 km</b>	<b>8h30..... 83 km</b> ↗↗↗	<b>8h30..... 85 km</b>	<b>8h30..... 80 km</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Loyan	Kernours	Quéven	Quéven	Lorient
Croix Notre Dame	Riantec	Pont-Scorff	Gestel	Lanester
Kergaher / Kerbigot	Plouhinec	Cléguer	Les 5 Chemins	Hennebont
Clohars-Carnoët	Gâvres	Plouay	Kerbastic	Brandérion
Moëlan sur Mer	Plouhinec	Kernascleden	Clohars-Carnoët	Landévant
Direction Kerfany	Sainte Hélène	Forêt Pont-Calleck	Moëlan sur Mer	Locoal-Mendon
Kergroës	Nostang	Ste Anne des Bois	Kerfany	Belz
Brigneau	Merlevenez	Plouay	Moëlan sur Mer	Pont-Lorois
Doëlan sur Mer	Kervignac	Arzano	Quimperlé	Merlevenez
Le Pouldu	Pont des Indes	Pont-Scorff	Les 5 Chemins	Pont du Bonhomme
Kerbigot	Ploemeur	Quéven	Guidel	Lanester
Route côtière		Ploemeur	Le Guermeur	Ploemeur
Larmor-Plage			Ploemeur	
Ploemeur	<b>Fête du Sport le 07 septembre (date à confirmer) – Réunion du CA 12 septembre</b>			

**OCTOBRE / NOVEMBRE**

<i>06 octobre 2019 (pot)</i>	<i>13 octobre 2019</i>	<i>20 octobre 2019</i>	<i>27 octobre 2019</i>	<i>01<sup>er</sup> novembre 2019 Toussaint</i>
<b>8h45.....</b>	<b>8h45..... 82 km</b> ↗↗	<b>8h45..... 75 km</b> ↗	<b>8h45..... 78 km</b>	<b>8h45..... 72 km</b>
<b>Sortie avec le club de Larmor-Plage</b>  Départ et Arrivée à Ploemeur  Circuits à définir	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
	Quéven	Quéven	Pont des Indes	Loyan
	Kergavalan / Kerdual	Pont-Scorff	Kernours	Vieille Saudraye
	Pont-Scorff derrière l'église	Arzano	Kervignac	Guidel / Kerroc'h
	Sénébret / L'Enfer	Plouay	Merlevenez	Les 5 Chemins
	Kerradene / Cléguer	Calan	Pont-Lorois	Quimperlé / Bigard
	Saint Etienne	Inzinzac-Lochrist	Belz	Déchetterie
	Pont Nivino / Arzano	Col de Kerpotence	Locoal-Mendon	Direction Le Trévoux
	Feunteuniou	Saint Gilles	Landaul / Landévant	Riec sur Belon
	Sapin en Gam	Kervignac	Brandérion	Moëlan sur Mer
	Pont-Scorff	Kernours	Kervignac	Clohars-Carnoët
	Quimperlé / Guidel	Pont des Indes	Kernours	Route côtière
St Mathieu	Ploemeur	Pont des Indes	Kerscouët	
Ploemeur		Ploemeur	Ploemeur	

**Réunion du CA 12 septembre - PPVR le 17 octobre – Heure d'Hiver le 27 octobre (???)**

**NOVEMBRE (suite)**

<i>03 novembre 2019 (pot)</i>	<i>10 novembre 2019</i>	<i>11 novembre 2019 Armistice 1918</i>	<i>17 novembre 2019</i>	<i>24 novembre 2019</i>
<b>8h45..... 69 km</b>	<b>8h45..... 70 km</b>	<b>8h45..... 68 km</b>	<b>9h..... 70 km</b>	<b>9h..... 65 km</b>
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Le Guermeur	Quéven	Pont des Indes	Quéven	Le Guermeur
Le Fort Bloqué	Pont-Scorff	Lanester	Gestel	Route côtière
Croix Notre Dame	Quimperlé	Hennebont	Pont-Scorff	Kerbigot
Coat-Coff	Baye	Lochrist	Arzano	Clohars-Carnoët
Le Ménéguen	Moëlan sur Mer	Penquesten	Quimperlé	Doëlan par route touristique
Les 5 Chemins	Clohars-Carnoët	2 km après Penquesten prendre D102 vers Languidic	Toulfoën	Moëlan sur Mer
Quimperlé	Kerbigot		Kerbigot	Clohars-Carnoët
Toulfoën	Route côtière	Brandérion	Route côtière	Kerbigot
À l'auberge prendre à droite	Kergalan	Kernours	Larmor-Plage	Route côtière
Clohars-Carnoët	Ploemeur	Pont des Indes	Ploemeur	Kergalan
Kerbastic		Ploemeur		Ploemeur
Les 5 Chemins / Gestel				
Quéven / Ploemeur				

**Réunion du CA 14 novembre**



DÉCEMBRE				
01 <sup>er</sup> décembre 2019	08 décembre 2019	15 décembre 2019	22 décembre 2019	29 décembre 2019
9h..... 65 km	<b>Assemblée Générale à l'OCEANIS à 9h30</b>	9h30..... 54 km	9h30..... 50 km	9h30..... 57 km
Ploemeur		Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Pont des Indes		Quéven	Les Kaolins	Quéven
Kernours		Pont-Scorff	Croix Notre Dame	Pont-Scorff
Beg er Lann		Arzano	Guidel	Arzano
Plouhinec		Plouay	Kerroc'h	Plouay
Merlevenez		Kerchopine	Les 5 Chemins	Kerchopine
Kervignac		Cléguer	La Madeleine	L'Enfer
Hennebont		Pont-Scorff	Les Trois Pierres	Sénébret
Pont-Scorff		Quéven	Direction Locmaria	Pont-Scorff
Quéven		Ploemeur	Kerbigot	Quéven
Ploemeur			Route côtière	Ploemeur
			Le Guermeur	
			Ploemeur	

Réserve pour la fin d'année				
73 km	67 km	65 km	65 km	68 km
Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur	Ploemeur
Lanester	Quéven	Quéven	Pont des Indes	Les Kaolins
Hennebont via Ty Néné	Pont-Scorff	Pont-Scorff	Kernours	Croix Notre Dame
Toul Douar	Arzano	Hennebont	Beg er Lann	Coat-Coff
Kerlois	Quimperlé	Kervignac	Plouhinec	Gestel
Inzinzac via Château-Neuf	Toulfoën	Merlevenez	Merlevenez	Le Ménéguen
Le Temple	Le Zouave	Plouhinec	Kervignac	1 km après Gestel à droite Pont-Scorff
Calan via Le Portuec	Kerbigot	Beg er Lann	Hennebont	Direction Quimperlé
L'Enfer	Lomener	Kernours	Pont-Scorff	Boulangerie à gauche
Cléguer	Ploemeur	Pont des Indes	Quéven	Les Trois Pierres
Le Templo		Ploemeur	Ploemeur	Locmaria
Gestel				Déchetterie
Les 5 Chemins				Route côtière
Le Ménéguen				Larmor-Plage
Coat-Coff				Ploemeur
Ploemeur				

🚩 = *Parcours plus ou moins bosselés.*

*Encore une année bien remplie,  
Le Bureau vous souhaite de Joyeuses Fêtes  
et vous présente ses Meilleurs Vœux pour l'année 2020.*

