

Étapes

Parcours Défi Jord'Alex

Étapes	Départ	Arrivée	Kms	D+	D-
1	Canet-en-Roussillon 66140	Peyriac-de-Mer 11440	58,8	429	426
2	Peyriac-de-Mer 11440	Saint-Pons-de-Thomières 34220	66,7	1233	920
3	Saint-Pons-de-Thomières 34220	Castres 81100	52,9	580	746
4	Castres 81100	Lagrange 81150	49,3	670	699
5	Lagrange 81150	Montauban 82000	62,7	570	620
6	Montauban 82000	Espalais 82400	54	271	318
7	Espalais 82400	Pujols 47300	49,5	745	638
8	Pujols 47300	Saint-Nexans 24520	59,5	686	787
9	Saint-Nexans 24520	La Roche-Chalais 24490	69,6	768	818
10	La Roche-Chalais 24490	Mirambeau 17150	59,9	743	745
11	Saint-Génis-de-Saintonge 17240	Saint-Georges-des-Côteaux 17810	42,8	289	267
12	Saint-Georges-des-Côteaux 17810	Châtelailon-Plage 17340	56,9	305	361
13	Châtelailon-Plage 17340	Sainte-Gemme-la-Plaine 85400	55,7	238	224
14	Sainte-Gemme-la-Plaine 85400	Les Herbiers 85500	56,5	610	523
15	Les Herbiers 85500	Nantes 4400	69,5	382	509
		Moyenne	57,6	567,9	573,4
		Totaux	864,3	8519,0	8601,0

Etape 8

Samedi 4 juin 2016 – 59,5 km

Pujols – Saint-Nexans

Itinéraire	Kilomètres		Horaires *
	De l'arrivée	Du départ	
PUJOLS – Rue des Carriers	60	0	08:30
Gauche sur Rue des Carriers			
Droite sur Cami des Esquirols	59,75	0,25	08:31
Gauche sur Avenue Saint-Antoine	59,62	0,38	08:32
PUJOLS – Côte du Mont Pujols	58,3	1,7	08:40
Droite sur <i>chemin</i>	58,2	1,8	08:41
Gauche sur Cami del César	57,7	2,3	08:44
Au RP, 2e sortie	57,2	2,8	08:47
Gauche sur Rue de Ribas	56,9	3,1	08:49
Droite sur Chemin du Laurier (D446)	56	4	08:55
Gauche sur Chemin du Laurier	55,9	4,1	08:55
Gauche sur Rue Jeanne d'Arc	55,9	4,1	08:55
Au RP, 3e sortie sur Rue Cami de Pastourel	55,6	4,4	08:57
Gauche sur Rue de la Plaine	55,5	4,5	08:58
BIAS – Rue de la Plaine	53,6	6,4	09:10
Au RP, 3e sortie sur Avenue Serge Dubois	53,5	6,5	09:11
Gauche sur Avenue Serge Dubois (D236)	53,4	6,6	09:11
Droite sur Avenue du Groupe Franc 13 (D236)	53,3	6,7	09:12
Au RP, 1e sortie sur Pont du Martinet	52,8	7,2	09:15
Au RP, 2e sortie puis droite sur <i>Voie Vélo</i>	51,9	8,1	09:21
Droite	49,2	10,8	09:38
Au RP, 4e sortie sur D242	48,8	11,2	09:40
CASSENEUIL – Avenue Saint-Jean (D242)	48,2	11,8	09:44
Au RP, 1e sortie sur Rempart Rovinhan (D133)	48,1	11,9	09:45
Au RP, 2e sortie sur D133	47,7	12,3	09:47
SAINT-PASTOUR – D133	42,3	17,7	10:21
Gauche	41,9	18,1	10:24
Droite	40,2	19,8	10:35
Gauche sur D206	39,9	20,1	10:36
BEAUGAS – D206	39,8	20,2	10:37
Pause à BEAUGAS	Durée	00:15	
Traverser D413	38,8	21,2	10:58
LENTIGNAC – D206	37,1	22,9	11:09
MOULINET – D206	35,2	24,8	11:21
Gauche sur D124	34,9	25,1	11:23
Droite sur D206	34,5	25,5	11:26
Droite sur D241	31,5	28,5	11:45
Gauche sur D416	30,9	29,1	11:48
Gauche sur D416 puis droite	25,7	34,3	12:21
MONTAURIOL – D416	25,5	34,5	12:22
PEYROUTILLE – D416	23,3	36,7	12:36
Gauche	22,8	37,2	12:39
Droite sur Avenue Saint-Grégoire (D254)	21,7	38,3	12:46
Gauche sur N21	20,9	39,1	12:51
Droite sur Promenade de la Mouthe	20,8	39,2	12:52
CASTILLONNES – Promenade de la Mouthe	20,5	39,5	12:54
Déjeuner à CASTILLONNES	Durée	01:30	

Etape 8

Samedi 4 juin 2016 – 59,5 km
Pujols – Saint-Nexans

Itinéraire	Kilomètres		Horaires *
	De l'arrivée	Du départ	
Gauche sur Promenade de la Mouthe	20,5	39,5	14:24
Gauche sur Rue des Cordiers	20,5	39,5	14:24
Gauche	20,3	39,7	14:25
Traverser N21 Sur Douyne	20,2	39,8	14:26
Tout droit	20	40	14:27
Gauche sur N21	19,5	40,5	14:30
LE BEARNES – N21	17,6	42,4	14:42
LE BOST – N21	15,9	44,1	14:53
Gauche sur <i>chemin</i>	12,9	47,1	15:12
LES SAUVANS	12,4	47,6	15:15
Gauche sur N21	11,9	48,1	15:18
Gauche sur <i>chemin</i>	11,3	48,7	15:22
Gauche sur N21	8,6	51,4	15:39
BOUNIAGUES – N21	7,4	52,6	15:47
Pause à BOUNIAGUES	Durée	00:15	
Gauche	7,1	52,9	16:04
GAVARLIAC	4,7	55,3	16:19
LABADIE	4,5	55,5	16:20
Droite	4,3	55,7	16:21
Traverser N21	3,2	56,8	16:28
LEYRISSAT	2,7	57,3	16:31
Droite	2,1	57,9	16:35
Droite sur D14E2	1,1	58,9	16:42
Gauche puis gauche sur Route des Tuileries	0,6	59,4	16:45
SAINT-NEXANS – Mairie	0,5	59,5	16:45

* Les horaires sont donnés à titre indicatif