

SORTIES DU MOIS DE FEVRIER

Le 04/02 9 h 00 50 km

Plaine-Haute – Saint-Donan – Trémuson – Chatelaudren – Pont Camp – Quintin - Plaine-Haute.

Le 11/02 9 h 00 55 km

Plaine-Haute – Saint Donan – Trémuson – Le Sépulcre – Plérin – Saint Laurent – Le Légué – Valée du Gouët – Les Mines – Trémuson – Plouvara – Saint Donan - Carfot – Plaine-Haute

THEATRE A SAINT JULIEN à 15 h Troupe d'Yvias (Dur, dur, d'être Maire)

Le 18/02 9 h 00 60 km

Plaine-Haute – Saint-Donan - Trémuson – CRS – Saint Hervé – La Croix Tual – Saint Julien – La Murette – Quintin – Plaine-Haute.

Le 25/02 9 h 00 67 km

Plaine-Haute – Plaintel – Ploec sur Lié – Moncontour – Saint-René – Yffiniac – Trégueux – Plaine-Haute.

SORTIES DU MOIS DE MARS

Le 04/03 8 h 30 68 km

Plaine-Haute – Saint-Donan – Trémuson – Chatelaudren – Plélo – La Corderie – Notre Dame de la Cour – Lantic – Binic – Pordic – Le Sépulcre – Plerneuf – Saint Donan – Carfot – Plaine-Haute

Le 11/03 8 h 30 70 km

Plaine-Haute – Le Rillan - Quintin – Corlay – Le Bodéo – L'Hermitage – Ploec Sur Lié – Plaintel – L'Ourme - Mauguérand – Plaine-Haute.

Le 18/03 8 h 30 72 km

Plaine-Haute – Malakoff – Le Créach – Yffiniac - Les Grèves – Hillion (ancienne voie chemin de fer) - Les Ponts Neuf – Coëtmiex – Meslin – Quesoy – Bel Air – Plédran – Saint Julien – Plaine-Haute.

Le 25/03 8 h 30 71 km

Plaine-Haute – Le Rillan - Quintin – Saint Bihy – Le Vieux Bourg – La Clarté – Saint Pévert – La Croix des Maisons – Kerhamon – Chatelaudren – Cohiniac – Le Foeil – Plaine-Haute.

SORTIES DU MOIS D'AVRIL

Le 01 8 h 00 80 km

Plaine-Haute – Trémuson – Le Sépulcre – Pordic – Binic – Saint Quay – Tréveneuc – Plouha – Lanvollon – Tressignaux - Plélo – Plerneuf – Saint Donan - Carfot – Plaine-Haute.

Rando à Ploec sur Lié

Le 08 8 h 00 76 km

Plaine-Haute – Malakoff- L'Hermitage – Gare d'Uzel – Saint-Hervé – Le Quillio – Saint-Guen – Vallée de Poulancre – St-Gilles-Vieux-Marché – Saint Martin – La Harmoye – Le Garatoué – Quintin – Plaine-Haute.

Le 15 8 h 00 85 km

Plaine-Haute – Saint-Donan – Plerneuf – Chatelaudren – Guingamp – Pabu – Pommerit Le Vicomte – Goudelin - Bringolo – Plélo - Plerneuf – Saint-Donan – Carfot – Plaine-Haute.

Randonné Le Foeil

Le 22 8 h 00 92 km

Plaine-Haute –Le Rillan - Quintin – L'Hermitage – Le Turlanquin – La Motte – Le Vau Blanc - Plessala – Moncontour – Ploec-sur-Lié – Plaintel – Plaine-Haute.

Le 29 8 h 00 100 km

Plaine-Haute – Quintin – Corlay – Saint Mayeux – St Gilles Vieux Marché – Notre Dame de Lorette – Le Quillio – St Hervé – Le Turlanquin - Plouguenast – Gausson – Ploec - Plaintel – Plaine-Haute.

SORTIES DU MOIS DE MAI

Le 06 8 h 00 98 km

Plaine-Haute – Plaintel – Ploec sur Lié – Moncontour – Collinée – Lamballe – Yffiniac – Trégueux – Saint-Julien – Plaine-Haute.

Rando de Plaintel

Le 13 8 h 00 96 km

Plaine-Haute – Saint Donan – Trémuson – Plélo – Tressignaux – Lanvollon – Trévère – Saint Clet – Saint Agathon – Plouagat – Kerbarbo - Boquého - Cohiniac – Le Foeil – Plaine-Haute.

Le 20 8 h 00 91 km

Plaine-Haute – Quintin – Corlay – Saint Nicolas Du Pélem – Plounévez Quintin – Lanrivain – Kérien – Bourbriac – Croix de Senven – Saint-Gildas – Le Foeil – Plaine-Haute

Week-end à Cléder

Le 27 8 h 00 96 km

Plaine-Haute – Saint-Donan – Trémuson – Chatelaudren – Lanvollon – Guingamp – La Clarté – Le Vieux Bourg – Quintin – Plaine-Haute.

SORTIES DU MOIS DE JUIN

Le 03 8 h 00 85 km

Plaine-Haute – Saint-Donan – Trémuson – Le Sépulcre – Pordic – Binic – Saint-Quay-Portrieux – Plouha – Lanvollon – Chatelaudren – Plerneuf – Saint-Donan – Carfot - Plaine-Haute.

Le 10 8 h 00 85 km

Plaine-Haute – Plaintel – Ploec – L'Hermitage – Le Turlanquin – Plouguenast - Plessala – Moncontour – Ploec-sur-Lié – Plaintel – Plaine-Haute

Le 17 8 h 00 86 km

Plaine-Haute – Saint Donan – Trémuson – Les Mines – Le Légué – Langueux – Yffiniac – Les Quilles - Les Ponts Neufs – Coëtmieux - Meslin – Trégenestre – Quessoy – Bel Air - Plédran – Saint Julien – Le Rillan – Plaine-Haute.

Le 23

La Pierre Le Bigault à Callac

Le 24

Pique-nique familial à Maël Carhaix (base de loisir)

70 km

SORTIES DU MOIS DE JUILLET

Le 01 8 h 00 87 km

Plaine-Haute – Quintin – Corlay – Plussulien – Laniscat – Saint-Mayeux – St-Yves-Le-Poteau – Merléac – Uzel – L'Hermitage – Quintin – Plaine-Haute.

Le 08 8 h 00 87 km

Plaine-Haute – Saint-Donan – Trémuson – Chatelaudren – Guingamp – Pabu – Ty Coat – Pommerit Le Vicomte – Le Merzer – St Jean Kerdaniel – Plélo - Plerneuf – St Donan – Carfot – Plaine-Haute.

Le 15 8 h 00 75 km

Plaine-Haute – Quintin – Corlay – Saint-Nicolas – Kerpert – La Clarté – Le-Vieux-Bourg – Saint Gildas – Quintin- Le Foeil – Carfot – Plaine-Haute.

Le 22 8 h 00 78 km

Plaine-Haute – Plaintel – Saint-Carreuc – Quessoy – Meslin – Lamballe – Saint-René – Yffiniac – Trégueux – Saint-Julien – Malakoff – Plaine-Haute.

Le 29 8 h 00 85 km

Plaine-Haute – Quintin – L'Hermitage – Gare d'Uzel – Saint-Hervé – Le Quillio – Saint-Guen – Vallée de Poulancré – Saint-Gilles-Vieux-Marché – Saint-Martin – La Harmoye – Quintin – Plaine-Haute.

SORTIES DU MOIS D'AOUT

Le 05 8 h 00 80 km

Plaine-Haute – Quintin – L'Hermitage – Le Tourlanquin – Plouguenast – La Motte – Trévé – Saint Hervé – L'Hermitage – Plaintel – Plaine-Haute.

Le 12 8 h 00 84 km

Plaine-Haute – Quintin – L'Hermitage Lorge – Gausson – Plouguenast – Moncontour – Quessoy – Bel Air - Plédran – Saint-Julien – Plaine-Haute.

Le 19 8 h 00 80 km

Plaine-Haute – Saint Donan – Trémuson – Pordic – Binic – Notre Dame de la Cour – Tréguidel – Lanvollon – Tressignaux -Chatelaudren – Le Foeil - Carfot – Plaine-Haute.

Le 26 8 h 00 80 km

Plaine-Haute – Saint Donan – Trémuson – Plélo – Tressignaux – Lanvollon – Saint Agathon – Plouagat – Plerneuf – Saint Donan - Carfot – Plaine-Haute.

SORTIES DU MOIS DE SEPTEMBRE

Le 02 à 12 h 30

Grillades – Hall salle des sports

Le 02 8 h 00 70 km

Plaine-Haute – Saint-Donan – Trémuson – Chatelaudren – Plouagat – Lanrodec – Saint-Fiacre – Quintin – Le Pas – Saint Brandan – Le Pommier – Plaine-Haute.

Le 09 8 h 30 70 km

Plaine-Haute – Plaintel – Ploeuc – Moncontour – Plouguenast – Gausson – L'Hermitage – Plaintel – Plaine-Haute.

Le 16 8 h 30 65 km

Plaine-Haute – Quintin – Chatelaudren – Plélo – Notre Dame de la Cour – Direction Binic – Trégomeur – Plerneuf – Saint Donan - Carfot – Plaine-Haute.

Le 22 – Paëlla salle Plénalta

Le 23 8 h 30 63 km

Plaine-Haute – Malakoff – Plaintel – Ploeuc – Les Quatres Routes – Plémy – Gausson – Les Forges – L'Hermitage – Quintin – Le Foeil – Plaine-Haute.

Le 30 8 h 30 64 km *La Croix Herlot*

Plaine-Haute – Saint-Donan – Trémuson – Chatelaudren – Plélo – La Corderie – Binic – Pordic – Trémuson – Saint-Donan – Carfot – Plaine-Haute.

SORTIES DU MOIS D'OCTOBRE

<p style="text-align: center;">Le 07 RANDONNEE CYCL'ARMOR A Plurien</p>
--

Le 14 9 h 00 63 km

Plaine-Haute – Quintin – Corlay – Le Bodéo – L'Hermitage – Plaintel – Le Rillan – Plaine-Haute.

Le 21 9 h 00 56 km

Plaine-Haute – Quintin – Chatelaudren – Plouagat – Lanrodec – La Croix des Maisons - Boquého – Cohiniac – Quintin - Le Foeil – Plaine-Haute.

Le 28 9 h 00 57 km

Plaine-Haute – Malakoff – Plaintel – Ploeuc – L'Hermitage – Le Bodéo – La Harmoye – Saint Bihy – Keriscoët - Quintin – Plaine-Haute.

SORTIES DU MOIS DE NOVEMBRE

Le 04 9 h 00 60 km

Plaine-Haute – Saint-Donan – Trémuson – CRS – Saint Hervé – Saint Julien – La Marette – Quintin – Plaine-Haute.

Le 11 9 h 00 55 km

Plaine-Haute - Saint Donan – Trémuson – Le Sépulcre – Plérin – Saint Laurent – Le Légué – Vallée du Gouët – Les Mines – Trémuson – Plouvara – Saint Donan - Carfot – Plaine-Haute

<p style="text-align: center;">Le 17 à 17 h 00 Assemblée Générale Suivie d'un repas</p>
--

Le 18 9 h 00 45 km

Plaine-Haute – Quintin – Le Pas – Lanfains – Le Bodéo – La Harmoye – Le Garatoué – Saint-Bihy – Keriscoët – Quintin – Plaine-Haute.

Le 25 9 h 00 43 km

Plaine Haute – Saint-Donan – Trémuson – Plerneuf – Plouvara – Pont Camp – Quintin – Plaine-Haute.

GROUPE DU JEUDI

Responsable : Bernard LE CHANU 02.96.42.97.37

bernard.le-chanu@wanadoo.fr

Le groupe du jeudi partira à 14 h 00 aux mois de février, mars, avril, septembre, octobre et novembre et à 9 h 00 mai, juin, juillet et août.

Rendez-vous : Parking Plénalta à Plaine-Haute

Circuits : 50 à 70 km en fonction des participants.

GROUPE DU DIMANCHE

Responsable : Alain PIERRES 02.96.42.98.66

alainpierresal@aol.com

Le groupe du dimanche se retrouve devant la salle Plénalta aux heures indiquées. Il retrouve le groupe de Saint-Julien au point de rendez-vous fixé en fonction du circuit.

L'allure des groupes est modérée et adaptée.

Avant de prendre une licence, le club offre la possibilité de venir essayer durant 3 sorties.