



Espace Pyramide
2, avenue de Basingstoke
61000 ALENÇON



Fiche Parcours - COUPTRAIN



Tél 02 33 26 62 44
Mail gerardcourville@aol.fr
Blog : <http://cyclosalenconnais.org>

→ - 53 Km - Code Identification openrunner : 4363999 - « COUPTRAIN_1 »

Alençon ↗ ↘ Hippodrome ↗ ↘ **Damigny** ⇒ Eglise ⇒ Beaubourdel ⇒ le Hamel ↗ **Lonrai** ✕ D1 ↗ **D532** ⇒ **Cuissai**
✕ D2 ⇒ Chêne Boulay ⇒ la Vetterie ↗ **D250** ⇒ **La Roche Mabile** ↗ dir. St Ellier ↗ **D226** / la Guéferie ↗ Petit
Germancé ⇒ **Ciral** ↗ **D909** ↗ **N12** ↗ la Lentillère / **D536** ⇒ le Tapis Vert ⇒ **D505** ⇒ Ste Anne
⇒ **Champfrémont** ↗ **D245** ⇒ **Ravigny** ↗ ↘ **St Denis s/Sarthon** ↗ **N12** ↗ le Mesnil ↗ **D520** ⇒ la Piogerie
↗ la Thibaudière ⇒ Naizement ⇒ longer la Voie Ferrée ↗ dir. Cuissai ↗ le Grélat ✕ Voie Ferrée ↗ la Cuissaye
✕ D2 ⇒ le Hamel ⇒ Beaubourdel ⇒ **Damigny** ⇒ **Alençon.**

→ - 70 Km - Code Identification openrunner : 4359112 - « COUPTRAIN_2 »

Alençon ↗ ↘ Hippodrome ↗ ↘ **Damigny** ⇒ Eglise ⇒ Beaubourdel ⇒ le Hamel ↗ **Lonrai** ✕ D1 ↗ **D532** ⇒ **Cuissai**
✕ D2 ⇒ Chêne Boulay ⇒ la Vetterie ↗ **D250** ⇒ **La Roche Mabile** ↗ dir. St Ellier ↗ **D226** / la Guéferie
⇒ **D544** ↗ **D250** ⇒ les Arcis ✕ D548 ⇒ **Carrouges** ⇒ **D909** ↗ **D544** / **D3** ⇒ **Lignièrès Orgères** ↗ **D525**
⇒ la Paquerie ⇒ Bel Air ⇒ **D201** ⇒ **Ciral** ↗ **D909** ↗ **N12** ↗ la Lentillère / **D536** ⇒ le Tapis Vert ⇒ **D505**
⇒ Ste Anne ⇒ **Champfrémont** ↗ **D245** ⇒ **Ravigny** ↗ ↘ **St Denis s/Sarthon** ↗ **N12** ↗ le Mesnil ↗ **D520**
⇒ la Piogerie ↗ la Thibaudière ⇒ Naizement ⇒ longer la Voie Ferrée ↗ dir. Cuissai ↗ le Grélat ✕ Voie Ferrée
↗ la Cuissaye ✕ D2 ⇒ le Hamel ⇒ Beaubourdel ⇒ **Damigny** ⇒ **Alençon.**

→ - 86 Km - Code Identification openrunner : 4359084 - « COUPTRAIN_3 »

Alençon ↗ ↘ Hippodrome ↗ ↘ **Damigny** ⇒ Eglise ⇒ Beaubourdel ⇒ le Hamel ↗ **Lonrai** ✕ D1 ↗ **D532** ⇒ **Cuissai**
✕ D2 ⇒ Chêne Boulay ⇒ la Vetterie ↗ **D250** ⇒ **La Roche Mabile** ↗ dir. St Ellier ↗ **D226** / la Guéferie
⇒ **D544** ↗ **D250** ⇒ les Arcis ✕ D548 ⇒ **Carrouges** ⇒ **D909** ↗ **D544** / **D3** ⇒ **Lignièrès Orgères** ⇒ **D3**
⇒ les Sénaillères ⇒ la Croix Cahin ⇒ **Couptrain** ✕ D176 ⇒ **St Aignan de Couptrain** ↗ **D242** ↗ **D533** ↗ **N12**
⇒ **St Cyr en Pail** ↗ Chalmant / l'Être Gesland ✕ D20 ✕ D204 ↗ **D144** dir. St Pierre ↗ **Boulay les Ifs**
⇒ **Champfrémont** ↗ **D245** ⇒ **Ravigny** ↗ ↘ **St Denis s/Sarthon** ↗ **N12** ↗ le Mesnil ↗ **D520** ⇒ la Piogerie
↗ la Thibaudière ⇒ Naizement ⇒ longer la Voie Ferrée ↗ dir. Cuissai ↗ le Grélat ✕ Voie Ferrée ↗ la Cuissaye
✕ D2 ⇒ le Hamel ⇒ Beaubourdel ⇒ **Damigny** ⇒ **Alençon.**

