

Contrôles	Itinéraires / cartes dynamiques (GPX)	*30 km	50 km	75 km	100 km
	Carrefour Royal (Départ)	0	0	0	0
	Le Valmartin	3	3	3	3
	Sainte Gemmes	2	2	2	2
	Feucherolles	2	2	2	2
	Thiverval-Grignon	5,5	5,5	5,5	5,5
	La Maladrerie	-	7	7	7
	Beynes	-	2,5	2,5	2,5
Contrôle 1	Marcq	-	4	4	4
	Les Vignettes (Contrôle)	-	2	2	2
	Autouillet	-	-	3	3
	Boissy sans Avoir	-	-	3,5	3,5
	Garancières	-	-	3	3
	Flexanville	-	-	4	4
	Saint Martin des Champs	-	-	3	-
	Béhoust	-	-	-	2,5
	Orgerus	-	-	-	2
	La Vallée des Fosses	-	-	-	3
	Tacoignières	-	-	-	3,5
	Orvilliers	-	-	-	3,5
	Rue du Buisson	-	-	-	2
	Montchauvet	-	-	-	3
Contrôle 2	Mulcent	-	-	-	3,5
	Rosay	-	-	-	1,5
	Arnouville les Mantes	-	-	-	4,5
	Hargeville	-	-	3,5	2
	Goupillère	-	-	2	2
	Les Vignettes (Contrôle)	-	-	3	3
	Andelu	-	2,5	2,5	2,5
	Montainville	-	3	3	3
	Mareil sur Mauldre	-	2,5	2,5	2,5
	Herbeville	-	1,5	1,5	1,5
	Bellevue	-	1	1	1
	Les Alluets le Roi	-	2	2	2
	Crespières (30 km)	6,5	-	-	-
	Les Flambertins	3	2,5	2,5	2,5
Merci de votre participation et à bientôt	Sainte Gemme	4	4	4	4
	Carrefour Royal (Arrivée)	4,5	4,5	4,5	4,5
Totaux :		30,5	51,5	76,5	101

