

OU
Flambertins Château d'eau

OU 1 Orgeval	Rueil Malmaison	0,0		Orgeval	25,9	→ ← RR → ← D153
	Bougival	3,7	↑ D113	Les Falaises	28,3	↑ D153 → RR
Distance 50,6 km Dénivelée 473 m Prévoir 3 h 0 mn	Le Port Marly	6,4	→ RR → PC ← RR	Poissy cimetièr	32,1	→ RR ↑ PC D190
	L'Etang la Ville	10,1	↑ D161	Saint Germain boules	36,2	← RR ← → D157
	Route Plantée	13,2	→ RF	Carrières sous Bois	39,9	→ D159
	Carrefour Royal	15,8	← → RF	Le Pecq	43,5	# Seine ← D311
	Belle Etoile	18,0	↑ RF	Chatou	47,5	
	Sainte Gemme	20,6	↑ RR	Rueil Malmaison	50,6	
	Flambertins d'Orgeval	23,4	→ RR			

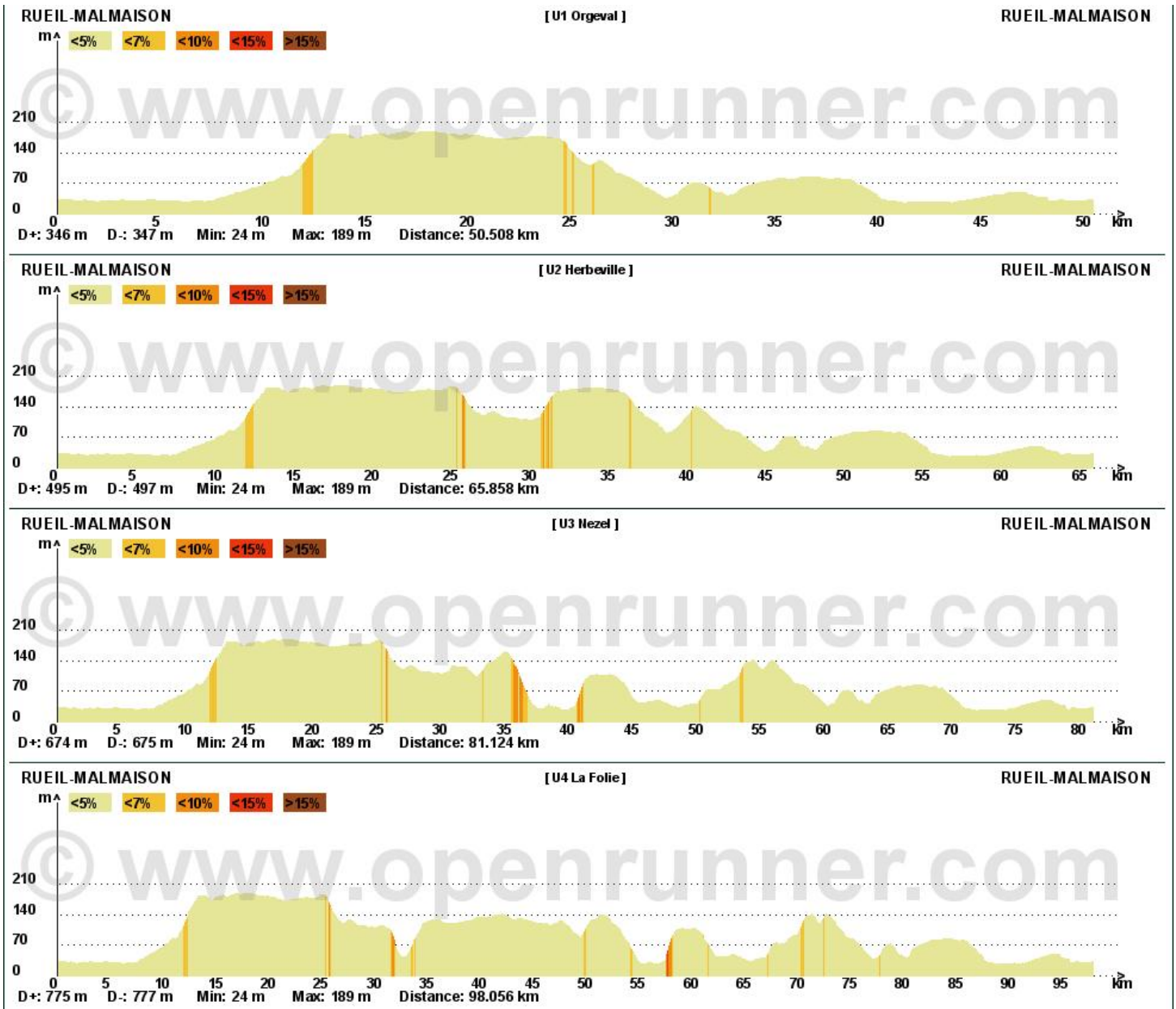
OU 2 Herbeville	Rueil Malmaison	0,0		Les Alluets le Roi	34,0	↑ D45 ← RF
	Bougival	3,7	↑ D113	Morainvilliers	37,5	← → RR
Distance 65,9 km Dénivelée 641 m Prévoir 3 h 45 mn	Le Port Marly	6,4	→ RR → PC ← RR	Bures	40,1	→ RR
	L'Etang la Ville	10,1	↑ D161	Les Falaises	43,7	← D153 → RR
	Route Plantée	13,2	→ RF	Poissy cimetièr	47,5	→ RR ↑ PC D190
	Carrefour Royal	15,8	← → RF	Saint Germain boules	51,6	← RR ← → D157
	Belle Etoile	18,0	↑ RF	Carrières sous Bois	55,3	→ D159
	Sainte Gemme	20,6	↑ RR	Le Pecq	58,8	# Seine ← D311
	Flambertins de Crespières	24,2	← RF	Chatou	62,8	
	Crespières	27,5	→ D307 → RR	Rueil Malmaison	65,9	
Herbeville	30,9	→ RF → D45				

OU 3 Nezel	Rueil Malmaison	0,0		Nezel	40,8	→ D191 ← RR
	Bougival	3,7	↑ D113	Aubergenville piscine	43,2	→ ← RR
Distance 81,2 km Dénivelée 906 m Prévoir 4 h 20 mn	Le Port Marly	6,4	→ RR → PC ← RR	Flins sur Seine	45,2	↑ → RR
	L'Etang la Ville	10,1	↑ D161	Bouafle	47,4	← D44 → D43 ← RR
	Route Plantée	13,2	→ RF	Chapet	50,7	→ RR
	Carrefour Royal	15,8	← → RF	Brezolles	53,4	→ RR
	Belle Etoile	18,0	↑ RF	Bures	55,3	↑ RR
	Sainte Gemme	20,6	↑ RR	Les Falaises	58,9	← D153 → RR
	Flambertins de Crespières	24,2	← RF	Poissy cimetièr	62,8	→ RR ↑ PC D190
	Crespières	27,5	→ D307 → RR	Saint Germain boules	66,9	← RR ← → D157
	Herbeville	31,0	→ ← RR	Carrières sous Bois	70,5	→ D159
	Pain Perdu	32,8	→ RR ↑ D45 ← RR	Le Pecq	74,1	# Seine ← D311
	Bazemont	35,4	↑ RR	Chatou	78,1	
	Aulnay sur Mauldre	37,6	# D191 → RR	Rueil Malmaison	81,2	
	La Falaise	39,1	→ RR			

OU 4 La Folie	Rueil Malmaison	0,0		Les Cent Arpents	50,6	→ D139
	Bougival	3,7	↑ D113	Epone	54,0	→ RR
Distance 98,2 km Dénivelée 1037 m Prévoir 5 h 00 mn	Le Port Marly	6,4	→ RR → PC ← RR	La Falaise	56,1	← RR
	L'Etang la Ville	10,1	↑ D161	Nezel	57,7	→ D191 ← RR
	Route Plantée	13,2	→ RF	Aubergenville piscine	60,2	→ ← RR
	Carrefour Royal	15,8	← → RF	Flins sur Seine	62,1	↑ → RR
	Belle Etoile	18,0	↑ RF	Bouafle	64,4	← D44 → D43 ← RR
	Sainte Gemme	20,6	↑ RR	Chapet	67,7	→ RR
	Flambertins de Crespières	24,2	← RF	Brezolles	70,3	→ RR
	Crespières	27,5	→ D307 → RR	Bures	72,2	↑ RR
	Herbeville	30,6	← RR	Les Falaises	75,9	← D153 → RR
	Mareil sur Mauldre	32,5	← D191 → RR	Poissy cimetièr	79,7	→ RR ↑ PC D190
	Montainville	34,5	→ RR	Saint Germain boules	83,9	← RR ← → D157
	Andelu	37,1	← D45	Carrières sous Bois	87,5	→ D159
	Thoiry	39,5	→ D119	Le Pecq	91,1	# Seine ← D311
	Goupillières	42,4	→ RR	Chatou	95,1	
Jumeauville	46,1	← RR	Rueil Malmaison	98,2		
Goussonville	48,4	→ D130				



Départ classique par l'Etang la Ville, la forêt de Marly, les Flambertins, Crespières, Herbeville.
 Parcours 4, monter Montainville, tracer sur le plateau en passant par Thoiry, Goussonville, Epone.
 Profiter des routes vertes du côté de Nezel, Flins, Chapet, Les Falaises.
 Musarder sur une route bucolique pour le parcours 3, en descendant à moitié vers Maule et remontant vers Beule par La Cauchoiserie. Traverser Bazemont pour descendre sur Aulnay sur Mauldre.
 Couper par Orgeval pour le parcours 1, et par les Alluets le Roi, Morainvilliers pour le parcours 2.
 Au retour de tous les parcours, un premier diverticule propose la montée à droite après le château de Migneau à l'entrée de Poissy, et un deuxième consiste à aller à Carrières sous Bois entre Saint Germain en Laye et Le Pecq.



"Le cyclotourisme, un art de vivre."