

Granville

Noms des villes	Numéros des routes	Km partiel	Km total
VTF Le Sénéquet	D651	0	0
Agon - Coutainville	D651-D272-D72-D44-D650	7	7
Pont de la Roque	D20	6	13
Montmartin sur Mer	D20	3	16
Annoville	D20	3	19
Bricqueville sur Mer	D20	6	25
Bréhal	D592	3	28
St Martin le Vieux	D135	2	30
Bréville sur Mer	D135-D971E5	4	34
Donville les Bains	D971E5	2	36
Granville	D971E5 - D911	3	39
St Pair sur Mer	D911	5	44
Kairon Plage	D911	3	47
Jullouville	D911	2	49
Carolles	D61	3	52
Sartilly	D35	8	60
La Haye-Pesnel	D7 - D35	7	67
Le Repos	D35	5	72
Le Loreux	D35	4	76
Cérences	D35	6	82
Carref.D35/D49	D235 - D7	7	89
Coutances	Centre ville-D44-D244-D268	9	98
Carref.D268/D68	àG.D68-puis àD.D144	9	107
Gonneville	D144 - CV	4	111
VTF Le Sénéquet		2	113

Dénivelé 1100m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7046947>

Utah Beach

Noms des villes	Numéros des routes	Km partiel	Km total
VTF Le Sénéquet	CV - D651	0	0
Anneville	D651-D432-D72	5	5
Château Fort de Pirou	D72	6	11
Pirou	D72	3	14
Créances	D72 - D652 - D72	2	16
Lessay	D900-D138-D338	4	20
<i>Laulne</i>	D338-D138	6	26
St Jores	D24-D267-D67	9	35
Vindefontaine	D67	5	40
Cretteville	D67	3	43
Beuzeville la Bastille	D67-D70-D67E1	2	45
Chef du Pont	D67	4	49
Ste Mère Eglise	D15-D14-D15	4	53
Ravenoville	D15	7	60
Ravenoville plage	D421	3	63
Utah Beach	D913	8	71
Ste Marie du Mont	D913	5	76
Vierville	D913 - D974	3	79
Carentan	D971E9 - D971	9	88
Périers	D68	18	106
Montsurvent	D68	10	116
vers St Malo de la Lande	D144 à D	7	123
VTF Le Sénéquet		5	128

Dénivelé 625m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7050343>

Condé sur Vire et Roches de Ham

Noms des villes	Numéros des routes	Km partiel	Km total
VTF Le Sénéquet	CV - D144-D244	0	0
Château de Gratot	D244-àG.D57	9	9
Monthuchon	D57-àD.Rte des Monts-D535-D141	6	15
Loiselière	D53	10	25
Marigny	D53-D972-D53-D77	6	31
Canisy	D38-D53	7	38
St Samson de Bonfossé	D53	6	44
Condé sur Vire	D861-D551	7	51
Roches de Ham	D551 - D13	2	53
Domjean	D13	6	59
Tessy sur Vire	D13 - D28 - D98	3	62
Montabot	D98	7	69
Percy	D58-D258	5	74
Abbaye de Hambye	D51	7	81
Hambye	D13-D58	3	84
Roncey	D58-D73 - D971	7	91
Hyenville	D72-D20	11	102
Pont de la Roque	D650-D44	5	107
Agon - Coutainville	D44-D651-CV	7	114
VTF Le Sénéquet		6	120

Dénivelé 1460m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7046933>

St Sauveur le Vicomte, Barneville Carteret et Portbail

Noms des villes	Numéros des routes	Km partiel	Km total
VTF Le Sénéquet	CV -D144-D72	0	0
Gouville sur Mer	D72	3	3
Anneville sur Mer	D72	3	6
Château de Pirou	D94-D2 à G.-D900	5	11
Lessay	D900-D138-D142	10	21
Vesly	D142-D900E1	5	26
La Haye du Puits	D900E1-D506 -D337-D137	6	32
Doville	D337-D137-D900	6	38
St Sauveur le Vicomte-BPF50	D15-D130	6	44
La Blauderie	D130	3	47
Barneville-Carteret	D903E-D902	17	64
Carteret	D902-D903E	3	67
Barneville-Carteret	D124	6	73
St Jean de la Rivière	D124	1	74
St Georges de la Rivière	D124-D426E1-D50	1	75
Portbail	D15-D72	4	79
Denneville	D72-D67-D72	5	84
vers la Cosnadière	D72	3	87
Glatigny	D72	3	90
St Germain sur Ay	D72 - D650	7	97
Le Gué de l'Orme	D650-D378	3	100
Créances	D72	3	103
Pirou	D72	3	106
Anneville sur Mer	D72	7	113
Gouville sur Mer	D72-D144-CV	2	115
VTF Le Sénéquet		4	119

Dénivelé 780m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7050820>

Déplacement en voiture : 62km soit 1h10 (viamichelin)

Auderville et Nez de Jobourg

Noms des villes	Numéros des routes	Km partiel	Km total
Rauville la Bigot	D900-D407-D56	0	0
Couville	D22	5	5
Ste Croix Hague	D118-D901-D404	13	18
Branville-Hague	D404-D402-rue Morel	2	20
Gréville-Hague	D45	3	23
Omonville la Rogue	D203-CV-D45	6	29
Port Racine	D45	5	34
Auderville - BPF50	D901	3	37
Goury	D901	1	38
Auderville - BPF50	D901-D401E-D401	1	39
Baie d'Escalgrain	D401	3	42
Nez de Jobourg	D401E2-D901	4	46
Beaumont-Hague	D901-D37	9	55
Vasteville	D64	11	66
Héauville	D405-D64	2	68
Siouville-Hague	D4	2	70
Diélette	D4	6	76
Flamanville	D4	2	78
Les Pieux	D4-D23	6	84
Grosville	D62	6	90
Rauville la Bigot		4	94

Dénivelé 1250m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7053190>

Déplacement en voiture 57km soit 1h00 (viamichelin)

St Vaast la Hougue

Noms des villes	Numéros des routes	Km partiel	Km total
Valognes	D24-D71	0	0
Sortosville	D71-D420-D42	6	6
Montebourg	D42-D14	3	9
Aumeville-Lestre	D14	9	18
Quettehou	D1	6	24
St Vaast le Hougue-BPF50	D1	3	27
Réville	D1	4	31
Barfleur	D116	7	38
Gratteville le Phare	D10	3	41
Pointe de Barfleur	D10	2	43
Gratteville le Phare	D116	2	45
Néville sur mer	D116	4	49
Cosqueville	D116	5	54
Fermanville	D116	6	60
Bretteville	D320	5	65
Le Theil	D24 - D902 -D2	8	73
Valognes		12	87

Dénivelé 700m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7069928>