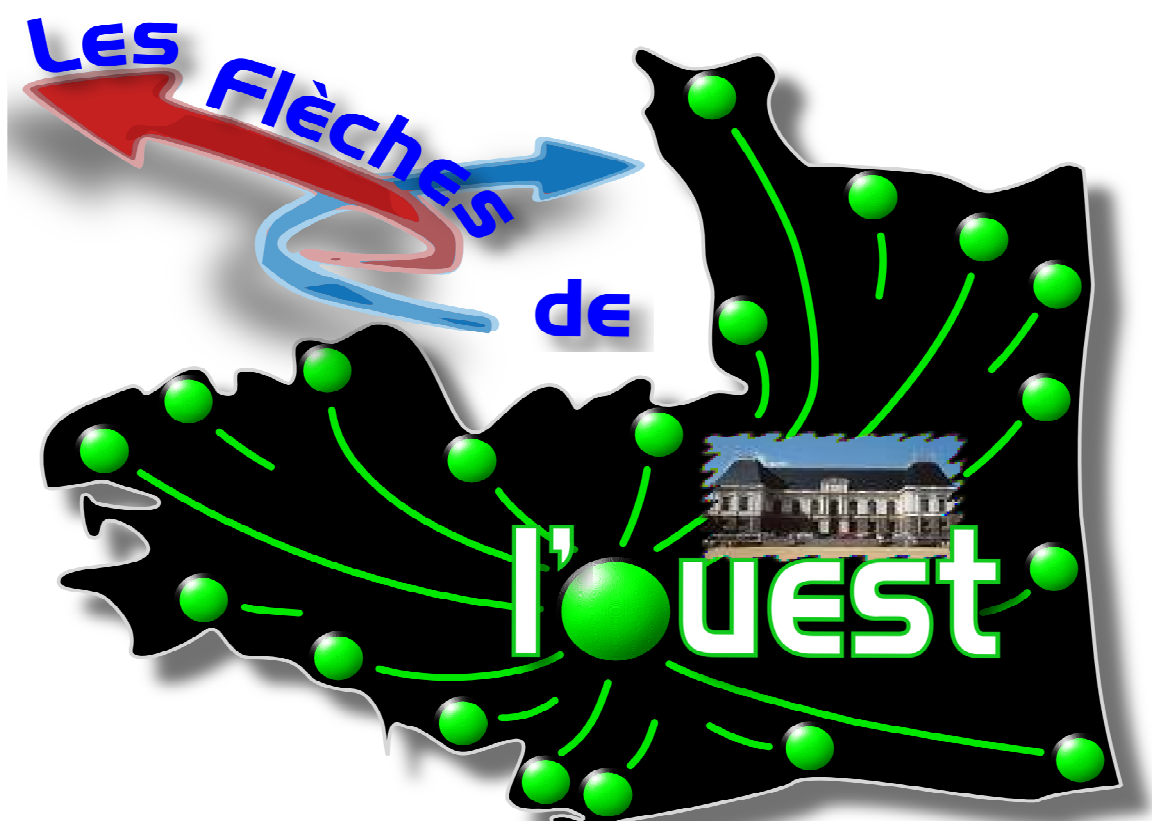


ESPERANCE DE CHARTRES DE BRETAGNE
CYCLOTOURISME

Les "Flèches de l'Ouest
et du Grand Ouest"



Version 2017

Règlement général

- 1 - LES FLECHES DE L'OUEST
- 2 - LE CHALLENGE DE L'OUEST
- 3 - LE BREVET CYCLOTOURISTE BRETON
- 4 - LES FORMULES ET LES CONTRÔLES

A la découverte des merveilles de l'Ouest

Rallier Rennes, capitale de la Bretagne à 19 grandes villes de l'Ouest et du Grand Ouest et inversement rallier ces 19 grandes villes à Rennes : c'est la proposition de l'**Espérance de Chartres de Bretagne** à travers sa randonnée permanente nouvelle formule.

2 fois 19 itinéraires de 75 à 415 Km (entre 6000 et 9000 Km au total, suivant la formule choisie). Etablis avec soin, vous permettront de vous rendre vers la plupart des sites prestigieux de la Bretagne, de la Normandie, des Pays de Loire et de la Touraine. Tout un programme !

En voici quelques un :

- **La pointe du Raz**, à l'extrémité de l'Europe, grand site national avec la célèbre baie des Trépassés.
- **Les Monts d'Arrée**, avec la mystérieuse Montagne Saint-Michel, le promontoire du Ménez-Hom (330 m).
- **La presqu'île de Crozon**, avec Camaret, Peng Hir, la Pointe des Espagnols.
- **Carnac et Quiberon** : le premier représente l'un des sites mégalithique les plus important d'Europe, l'autre offre une côte sauvage réputée, face à Belle Ile la magnifique.

Et puis de nombreuses autres beautés, des côtes de granit rose ou d'émeraude, et de l'intérieur des terres, moins célèbres certes mais digne d'intérêt aussi. Vous serez émerveillés c'est sur !..

La Normandie sera aussi bien présente avec :

- **Le Mont Saint-Michel** : la perle de l'Occident connue dans le monde entier.
- **La presqu'île du Cotentin** : les belles petites routes (pas faciles !) de la Hague, le nez de Jobourg, les célèbres dunes de Biville, Port Racine le plus petit port de France.
- **Omaha Beach** : la plage sanglante du Débarquement.

Impossible de citer tous les endroits prestigieux de la Bretagne et de la Normandie qui font « **Les Flèches de l'Ouest** ». Le mieux est de venir les découvrir ou les redécouvrir. Les amateurs de cols noteront que le Grand Ouest en compte désormais trois, modestes certes mais véritables. Les collectionneurs de BPF seront aussi gâtés.

La Touraine et les Pays de Loire offriront des sites peut-être un peu moins célèbres mais les « jardins de Villandry », le Château de la Belle au Bois dormant à Ussé, pour ne citer que ceux-la, vous surprendront.

Le Parlement de Bretagne brûlait au moment même où la décision de lancer « **les Flèches de l'Ouest** » était prise. L'Espérance de Chartres a donc décidé d'en faire le symbole de sa randonnée permanente. Les départs et arrivées seront donc proposés au célèbre Palais, emblème des Libertés du peuple breton.

A bientôt !

1 - Règlement des " Flèches de l'Ouest "

■ PREAMBULE :

Le fait de prendre part aux " Flèches de l'Ouest " implique l'acceptation sans réserve de toutes les dispositions du règlement. L'Espérance de Chartres de Bretagne organisatrice des "Flèches de l'Ouest" se réserve le droit d'apporter chaque année, les modifications au règlement qu'elle jugerait nécessaires.

■ PARCOURS :

Les " Flèches de l'Ouest " sont constituées de parcours étudiés de 19 itinéraires "ville à ville" depuis Rennes et de 19 itinéraires "ville à ville" vers Rennes à travers la Bretagne, la Normandie, la Touraine et les Pays de la Loire, sur des distances de 75 à 415 Km. Des parcours sont proposés mais le participant a la possibilité de les établir lui même. Ces parcours se déclinent suivant 2 Formules :

- - Touriste (T)
- - Grand touriste (GT)

Les délais sont appropriés et sont fonction de la distance, de la formule et des difficultés.

Toutefois, la distance parcourue ne pourra être prise en compte pour modifier les délais accordés et les lieux de contrôle ne pourront être modifiés.

Les organisateurs se réservent la possibilité de modifier les parcours et les points de contrôle pour des raisons de sécurité et suivant l'évolution du réseau routier. Les parcours sont communiqués à réception de l'inscription.

Les formules choisies sont à préciser sur les bulletins d'engagement, en cas d'omission, la formule "Touriste" sera appliquée.

Voir listes et codes des différentes Flèches en annexe 1.

■ CONTRÔLES :

Le participant a le choix du mode de contrôle: "Tampon" ou carte postale-contrôle "CP" (fournie) ou "Photo", ce choix étant précisé sur le bulletin d'inscription, le choix "Tampon" sera systématiquement retenu pour les groupes et en cas d'omission pour les demandes individuelles.

Les participants qui choisiront "CP" ou "Photo" ne recevront pas de carnet de route. Ceux-ci seront cependant édités et conservés par l'organisation pour servir de support d'homologation à la réception des cartes postales-contrôle ou des photos.

Pour les contrôles "Photo", le document à retourner (par courrier ou par mail) devra montrer sans la moindre ambiguïté le nom du site-contrôle accompagné du vélo et de la plaque de cadre ainsi que la date et l'heure de passage.

Le choix du mode de contrôle "Tampon" implique que celui-ci fasse mention du nom de la ville ou du lieu retenu pour ce point de contrôle. Tout autre mode de preuve de passage que le tampon ne sera pas retenu pour homologation. Ces tampons (commerces, artisans, professions libérales, administrations, mairies, bureaux de postes...) seront apposés directement sur le carnet de route dans la case prévue. Les tampons apposés sur les feuilles de parcours ne seront pas admis de même que tickets de caisse de commerces, agrafage ou collage de tampons, de tampons photocopiés ou divers justificatifs "exotiques".

Néanmoins, lorsqu'il y a impossibilité d'obtenir un tampon (de nuit, le dimanche...), les contrôles de départ et d'arrivée ainsi que les contrôles intermédiaires pourront ponctuellement se faire par "CP" ou "Photo".

Il ne sera admis que deux cas possibles pour un participant de réaliser une Flèche sans carnet de route : 1 - retard du retour de commande, 2 - oubli du carnet avant le départ. Dans ces 2 cas uniquement il y aura possibilité de pointer les contrôles prévus par "CP" ou "Photo". Au retour, le carnet de route sera retourné aux organisateurs en justifiant le motif du retour du carnet vierge et en joignant les photos le cas échéant. Ces possibilités ne doivent cependant rester que des exceptions à condition d'en avoir averti impérativement les organisateurs dans les meilleurs délais. Les organisateurs ayant l'obligation de fournir un carnet de route aux participants, il appartient à ces derniers de faire les demandes d'engagement dans les délais appropriés.

En aucun cas il ne sera accepté qu'une Flèche soit réalisée sans une prise d'engagement préalable. Les engagements à posteriori ne seront pas admis ni traités.

Informations complémentaires sur les pointages "CP" : l'affranchissement est à la charge du participant, pour les groupes, il est admis de ne poster qu'une seule carte, à condition d'y noter le N° de fléchard de tous les participants. Celles-ci sont à poster impérativement sur le lieu de contrôle après en avoir complété les rubriques nécessaires pour faire homologuer votre passage. Le cachet de la poste fera foi en cas de litige.

Des cartes postales du commerce peuvent être utilisées à conditions de respecter les prérogatives suivantes : les adresser à : **Espérance Chartres de Bretagne Cyclotourisme - Les Flèches de l'Ouest - 12 rue de La Croix aux Potiers - 35131 Chartres de Bretagne**, y préciser impérativement les nom, prénom, club et n° de Fléchard du participant ainsi que la date, le nom du lieu de point de contrôle, le nom de la Flèche en cours de réalisation ainsi que le N° d'engagement figurant sur le carnet de route.

■ **HOMOLOGATIONS :**

L'absence d'un contrôle (tampon, carte ou photo) entraînera un refus d'homologation. Tout participant devra être en mesure de présenter son carnet de route ou une carte-contrôle au cours de la réalisation de la Flèche. L'implantation des contrôles ne pourra être modifiée et sera celle mentionnée sur le carnet de route.

Les participants ne devront pas utiliser un carnet de route d'une Flèche pour une autre. Celui-ci possède un numéro d'enregistrement unique associé à la Flèche, affecté lors de la demande et ne pouvant pas être modifié. Les carnets de route modifiés par les participants ne seront pas homologués. De même les photocopies ou les copies par scanner de carnet de route ne sont pas admises et ne seront pas homologuées.

Les carnets de route, les photos, les cartes-contrôle devront être retournés pour homologation au plus tard avant le 20 Septembre de chaque année pour clôture de la saison. Passée cette date les homologations ne seront validées que pour l'année suivante. Le cachet de la poste fera foi en cas de litige. En fin de saison les carnets de route seront retournés aux participants après homologation.

■ **LITIGES :**

En cas de litige, le participant devra fournir l'ensemble des carnets de route homologués pour justifier la réalisation de chaque "Flèches de l'Ouest".

■ **FLECHARD :**

Le titre de "Fléchard de l'Ouest" sera accordé au participant qui aura effectué toutes les "Flèches de l'Ouest" au moins une fois dans un des deux sens et quel que soit ce sens, sans considération de formule ni de délai.

■ **SUPER FLECHARD :**

Le titre de "Super Fléchard de l'Ouest" sera accordé au participant qui aura effectué toutes les "Flèches de l'Ouest" dans les deux sens, sans considération de formule ni de délai.

■ **INSCRIPTIONS :**

Elles se feront sur un bulletin d'inscription qui sera fourni sur demande et devront parvenir aux organisateurs dans un délai minimum de **3 semaines avant le départ**. Elles seront accompagnées du paiement correspondant au montant de vos engagements auquel il faudra ajouter le montant de l'affranchissement ⁽¹⁾ nécessaire et de faire un chèque global de la commande. Le montant de l'affranchissement sera calculé forfaitairement et globalisé suivant le nombre de Flèches commandées en respectant le tableau de la feuille indicative des affranchissements associés aux Flèches de l'Ouest.

Le règlement par chèque sera libellé à l'ordre de l'Espérance de Chartres de Bretagne Cyclotourisme et le tout sera à adresser à : Espérance Chartres de B. Cyclotourisme - "Les Flèches de l'Ouest" - 12 rue de La Croix aux Potiers - 35131 - CHARTRES DE BRETAGNE

Les bulletins d'inscription individuel et collectif au format pdf sont disponibles en téléchargement depuis le site internet à l'adresse : <http://ecbc.ffct.org/>. Pour faciliter vos saisies, des formulaires au format Excel sont également disponibles, ils pourront ainsi nous être retournés par mail et permettre une pré-inscription, cependant l'inscription ne sera effective qu'après réception du règlement suivant la procédure définie ci-dessus.

Nota important : si durant la période d'été aucune demande d'engagement n'est à priori traitée entre le 1^{er} Juillet et le 31 Août, un mail ou un message laissé au siège de la Fédération Espérance confirmera notre éventuelle disponibilité.

Tous les cyclotouristes, adhérents ou non à une fédération, français ou étrangers peuvent participer. Joindre une photocopie de la licence de l'année en cours pour les adhérents FFCT.

⁽¹⁾ Voir le paragraphe CORRESPONDANCE ci-dessous pour éviter les frais d'affranchissement.

■ **LIMITE D'AGE :**

En formule randonneur sportif, la participation sera refusée au candidat âgé de moins de 16 ans au moment du départ. Elle sera admise dans les autres formules si le participant est accompagné d'un adulte. Les inscriptions des jeunes enfants "non pédalant" en remorque ne sont pas admises.

■ **ASSURANCE :**

Tous les participants, notamment ceux qui ne sont pas affiliés à la FFCT devront être assurés en responsabilité civile.

■ DISPOSITIONS PARTICULIERES :

Exceptionnellement dans un souci de sécurité, il sera possible de pointer (départ et arrivée) dans la ville la plus proche de Nantes, Brest, Lorient et Tours. Le départ et l'arrivée au Parlement de Bretagne ne sont pas imposés.

■ PLAQUES DE CADRE :

Elles ne seront attribuées qu'une seule fois par Flèche au 1^{er} engagement de chacune des 38 Flèches. Il faudra être Super-Fléchard pour posséder la totalité des plaques de cadre des "Flèches de l'Ouest". Elles seront réutilisées par les participants pour chacun des éventuels engagements suivants.

■ LA MEDAILLE :

Une seule médaille existe pour l'ensemble des Flèches, seule l'homologation reste indépendante pour chaque Flèche. Chaque réalisation de Flèche, quelque soit le sens sera formalisée sur la médaille par l'ajout d'une pastille de couleur différente. Il faudra être Fléchard pour posséder la totalité des pastilles de la médaille (1 par ville sauf Rennes).

Pastilles vertes : Cherbourg - Vimoutiers - Tours - La Baule - Quimper - Brest - St Brieuc

Pastilles rouges : St Malo - Omaha - Alençon - Angers - Vannes - Roscoff

Pastilles bleues : Granville - Caen - Le Mans - Nantes - Lorient - Perros

Cette médaille est en vente sur demande auprès de l'organisation des Flèches de l'Ouest.



■ LA VINGTIEME :

La "Vingtième" est une Flèche « Hors classe » qui relie deux sites d'exception de l'Ouest, à savoir le Mont Saint Michel et le château de Chambord. En guise de reconnaissance, cette flèche "noble" sera offerte par l'organisation des Flèches de l'Ouest à tout participant obtenant le titre de "Fléchard de l'Ouest". Cette Flèche donnera droit à l'obtention de points et interviendra donc dans le classement pour le Challenge des clubs.

■ LE BULLETIN DE LIAISON :

Un bulletin de liaison annuel est édité en fin de saison. Ce bulletin fait la rétrospective des Flèches de l'Ouest pour l'année écoulée. Il sera remis à chaque cyclotouriste ayant au moins homologué une Flèche de l'Ouest au cours de la saison (pour les couples, un seul exemplaire sera remis).

■ RESPONSABILITE :

L'Espérance de Chartres de Bretagne Cyclotourisme, organisatrice de la Randonnée Permanente des FLECHES DE L'OUEST décline toutes responsabilités de quelque nature que ce soit vis à vis des participants qui ne justifieraient pas d'une prise d'engagement préalable à leur départ.

■ CORRESPONDANCE :

Il est rappelé que la Randonnée Permanente des FLECHES DE L'OUEST est une organisation de l'Espérance de Chartres de Bretagne Cyclotourisme et que les correspondants qui en assurent la gestion et le fonctionnement sont des cyclotouristes du club, bénévoles et non permanents. Il ne nous est donc pas possible d'assurer de permanence "de terrain", ni de permanence téléphonique. Les retours de courriers vers les participants seront assurés par voie postale ou mis à disposition dans la case courrier "Section Cyclotourisme" et à récupérer aux horaires d'ouverture du secrétariat de la Fédération Espérance.

Toutes les opérations de correspondance avec les Flèches de l'Ouest devront se faire soit par dépôt du courrier dans la boîte aux lettres du siège de l'Espérance, soit par voie postale, soit par courrier électronique [voir adresses

ci-dessous]. Tout autre mode opératoire ne sera pas admis quelles que soient les raisons invoquées. D'une manière générale tous les courriers concernant les Flèches de l'Ouest seront adressés à :

ESPERANCE DE CHARTRES DE BRETAGNE CYCLOTOURISME
« LES FLECHES DE L'OUEST »
12 rue de La Croix aux Potiers
35131 – CHARTRES DE BRETAGNE

flechesouest@laposte.net - <http://ecbc.ffct.org/>

Horaires d'ouverture: (susceptibles de modifications pendant les vacances scolaires)
le lundi de 14h00 à 19h00
le mardi, le mercredi, le jeudi, le vendredi de 10h00 à 12h00 et 14h00 à 19h00
le samedi de 10h00 à 12h00
Tél: 02 99 41 23 25

■ **ANNEXE 1 :**

N° Code	Flèche	N° Code	Flèche
1	RENNES - ST MALO	21	RENNES - NANTES
2	ST MALO - RENNES	22	NANTES - RENNES
3	RENNES - GRANVILLE	23	RENNES - LA BAULE
4	GRANVILLE - RENNES	24	LA BAULE - RENNES
5	RENNES - CHERBOURG	25	RENNES - VANNES
6	CHERBOURG - RENNES	26	VANNES - RENNES
7	RENNES - OMAHA	27	RENNES - LORIENT
8	OMAHA - RENNES	28	LORIENT - RENNES
9	RENNES - CAEN	29	RENNES - QUIMPER
10	CAEN - RENNES	30	QUIMPER - RENNES
11	RENNES - VIMOUTIERS	31	RENNES - BREST
12	VIMOUTIERS - RENNES	32	BREST - RENNES
13	RENNES - ALENÇON	33	RENNES - ROSCOFF
14	ALENÇON - RENNES	34	ROSCOFF - RENNES
15	RENNES - LE MANS	35	RENNES - PERROS GUIREC
16	LE MANS - RENNES	36	PERROS GUIREC - RENNES
17	RENNES - TOURS	37	RENNES - ST BRIEUC
18	TOURS - RENNES	38	ST BRIEUC - RENNES
19	RENNES - ANGERS	39	MONT ST MICHEL-CHAMBORD
20	ANGERS - RENNES		



Plaque de cadre des Flèches de l'Ouest

2 - Règlement du "Challenge de l'Ouest des Clubs"

■ PREAMBULE :

Pour créer une saine émulation entre les clubs participant aux " Flèches de l'Ouest et du Grand Ouest ", l'Espérance de Chartres de Bretagne a créé le "Challenge de l'Ouest des clubs", véritable championnat du dynamisme en matière de randonnée. L'Espérance de Chartres de Bretagne organisatrice du "Challenge" se réserve le droit d'apporter chaque année, les modifications au règlement qu'elle jugerait nécessaires.

■ PRINCIPE :

Chaque licencié à la FFCT (Fédération Française de Cyclotourisme) prenant le départ d'une "Flèche de l'Ouest" place son club dans ce challenge suivant les critères suivants :

- Chaque Flèche a une cotation qui prend en compte la longueur, la difficulté et l'intérêt touristique.
- Les Flèches effectuées en formule grand touriste (itinéraires plus longs et plus touristiques) ont une cotation supérieure.
- Dans le souci d'équilibrer les chances de tous les clubs, la cotation peut être doublée au profit de ceux qui comptent moins de 50 licenciés ; pour en bénéficier, chaque président devra déclarer sur l'honneur l'effectif de son club au 1^{er} mai avant le 20 septembre de l'année en cours (cette demande devra être faite chaque année, aucune relance de l'organisateur ne sera émise).
- Les participants licenciés dans plusieurs clubs devront en début d'année déclarer par écrit daté et signé quel sera le club retenu pour bénéficier des points acquis au cours de la saison. Ce choix ne pourra pas évoluer durant l'année en cours, de même, les licenciés qui changent de club verront leur historique de points transféré dans le nouveau club.

■ COTATION :

<u>TABLEAU DES COTATIONS</u>			
<u>"CHALLENGE DE L'OUEST DES CLUBS"</u>			
BRETAGNE			
VILLE	CODE	T	GT
Brest	31-32	5	8
Roscoff	33-34	5	5
Perros-Guirec	35-36	3	4
Saint Brieuc	37-38	2	3
Saint Malo	1-2	1	2
Vannes	25-26	2	3
Lorient	27-28	2	3
Quimper	29-30	4	6
NORMANDIE			
VILLE	CODE	T	GT
Granville	3-4	1	2
Cherbourg	5-6	2	5
Omaha Beach	7-8	2	3
Caen	9-10	2	2
Vimoutiers	11-12	3	3
Alençon	13-14	2	3
PAYS DE LOIRE			
VILLE	CODE	T	GT
Le Mans	15-16	1	2
Angers	19-20	1	2
Nantes	21-22	1	1
La Baule	23-24	1	3
TOURAIN			
VILLE	CODE	T	GT
Tours	17-18	2	4
LA VINGTIEME			
VILLE		CODE	T
Mont St Michel - Chambord		39	7
<i>T = Touriste</i>		<i>GT = Grand Touriste</i>	

■ ATTRIBUTION :

Les conditions d'attribution du "Challenge de l'Ouest des clubs" sont les suivantes :

- Le "Challenge de l'Ouest des clubs" sera attribué chaque année. Il deviendra la propriété définitive du club qui l'aura remporté trois années consécutives ou non.
- Au cas où il y aurait égalité de points, le challenge serait attribué au club qui aurait engagé le plus grand nombre de féminines.
- La période de référence prendra fin au 20 Septembre de chaque année.
- Le club Espérance de Chartres de Bretagne organisateur du "Challenge de l'Ouest des clubs" est hors concours.

3 - Règlement du " Brevet Cyclotouriste Breton "

■ PREAMBULE :

Le fait de prendre part au " Brevet Cyclotouriste Breton " implique l'acceptation sans réserve de toutes les dispositions du règlement. L'Espérance de Chartres de Bretagne organisatrice des "Flèches de l'Ouest" se réserve le droit d'apporter chaque année, les modifications au règlement qu'elle jugerait nécessaires.

■ PRINCIPE D'ATTRIBUTION :

Le **BCB** (Brevet cyclotouriste breton) est un "brevet à la hauteur" qui permet, en participant aux "**Flèches de l'Ouest**", de passer par 21 sites touristiques de la Bretagne. Ces sites correspondent généralement aux points culminants accessibles à vélo des quatre départements bretons. La participation est facultative et les passages en ces sites en d'autres circonstances ne sont pas pris en compte pour l'attribution du diplôme. Après chaque homologation par département, le lauréat peut demande l'hermine bretonne destinée à être fixée sur la médaille des "**Flèches de l'Ouest**", sinon les 4 hermines seront remises automatiquement avec le diplôme. Aucun droit d'inscription n'est demandé et le participant n'a pas à justifier de son passage dans ces sites. Pour recevoir le diplôme du BCB, adressez nous une demande d'homologation pour l'année en cours avant le 10 septembre, accompagnée d'une simple déclaration sur l'honneur, en précisant les flèches accomplies et la date de réalisation. (un document "type" est disponible en téléchargement sur le site des Flèches de l'Ouest).

Une mise en garde toutefois : pour concourir dans de bonnes conditions au BCB, il est impératif de choisir, en certains cas, la formule Grand Touriste.

Voici les sites du BCB où la formule GT s'impose :

- **Mont Dol** : Granville. - **Côte de Cadoudal** : Vannes. - **Col du Ménez Hom** : Brest. - **Montagne de Locronan** : Quimper. - **Col de Toul ar Laëron** : Brest. - **Locunolé** : Lorient. Tous les autres sites sont sur les parcours ou à proximité immédiate.

■ PARCOURS :

Le nom des sites du BCB est suivi des coordonnées Michelin, du nom de la localité permettant un repérage et, éventuellement, du numéro de la route. Entre parenthèse, le nom de la Flèche.

*Ille et Vilaine

- **Mont Dol** : Michelin 309 - L3. Dol de Bretagne (**Granville**).
- **Mont Garrot** : Michelin 309 - K3. Dans *le sens Rennes-St Malo uniquement*. Accès par la Ville es Nonais (formule GT et T) ; formule randonneur, depuis Châteauneuf par D7 ; à une intersection abandonner la route de St Suliac et prendre à gauche au panneau d'interdiction 3T5 (**St Malo**).
- **Côte de Pont-Réan** : Michelin 309 - L7. Sens Rennes-Vannes seulement (**Vannes**).
- **St Malo de Phily** : Michelin 309 - L7. Accès uniquement depuis Pléchatel-gare. (**Vannes**).
- **La Bosse de Bretagne** : Michelin 309 - M7. Bain de Bret. D 82 .Sens Rennes-Angers uniquement (**Angers**).
- **Côte de Corbinière** : Michelin 309 - K8. Guipry. D 77-D 127 (**La Baule**).
- **Côte de Beauvais** : Michelin 309 - I6. Paimpont .D 40 (**Lorient**).

*Morbihan

- **Côte de Cadoudal** : Michelin 308 - P8. Plumelec. Accès par D 126 Plaudren. (**Lorient**).
- **Côte de St Jean la Poterie** : Michelin 308 - S9. Redon. Accès depuis le village d'Ancfer. (**La Baule**).
- **Mont Hersé** : Michelin 308 - R8. Rochefort en Terre. Accès par St Gravé, St Martin ou Pleucadeuc. Village de la Tronçonnais entre Pleucadeuc et St Gongard sur D 149. Prendre direction village de Bignac (**Vannes**).

*Côte d'Armor

- **Le Mur de Bretagne** : Michelin 309 - E5. D 767 Mur de Bretagne vers Corlay (**Brest**).
- **Bel Air** : Michelin 309 - G5 (point culminant -339m- des Côtes d'Armor). Moncontour. (**Roscoff** ou **Perros-Guirec**).
- **St Gouëno** : N.D. des 7 Douleurs. Michelin 309 - G5. Collinée. Accès depuis le centre de St Gouëno (fléché) **Brest** ou **Roscoff**.
- **Ménez Bré** : Michelin 309 - C3. Guimgamp-Belle Isle en Terre. Accès depuis Louargat village de Manaty (**Perros**).
- **Côte de la Vallée Verte** : Michelin 309 - I4. Jugon les Lacs. En arrivant de Mégrit, prendre tout de suite à droite direction Dinan-Plancoët rue du Pouldouvre et première à droite (route de Lescouët-Jugon), pas de panneau (**St Brieuc**).

*Finistère

- **Col de Roc Trédudon** : (361m). Michelin 308 - H4. Commana-Plonéour Ménez (**Roscoff**).
- **Col de Toul ar Laëron** : (266m). Michelin 308 - J5. Gourin (**Brest GT**).
- **Col du Ménez Hom** : Michelin 308 - F5. Chateaulin. (**Brest GT**)
- **La Montagne St Michel** : (380m). Michelin 308 - H4. Brasparts. D 785 – D 84(**Brest**).
- **Montagne de Locronan** : Chapelle St Ronan (298m). Michelin 308 - F6. Locronan. Accéder de préférence depuis l'insertion Quimper-Plogonnec sur la D 63. Prendre petite route à droite de la publicité « **Restaurant Grimaldi** » peinte sur une maison et toujours tout droit. Accès également par Locronan, entre l'église et la maison des Artisans (**Quimper**).
- **Locunolé** : Michelin 308 - K7. Quimperlé. Depuis Plouay (**Lorient**).

4 - Les formules et les contrôles

Flèches n° 1 - 2

SAINT MALO

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 90 km	Distance : 75 km
Délai : De 1 à 2 jours	Délai : De 4 heures à 1 jour
Contrôles : La Chapelle aux Filtzméens, Plouer s/Rance	Contrôles : La Chapelle aux Filtzméens
Cotation : 2 points	Cotation : 1 points
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Néant	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Mont-Garrot	

Flèches n° 3 - 4

GRANVILLE

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 158 km	Distance : 115 km
Délai : De 1 à 4 jours	Délai : De 5 heures à 1 jour
Contrôles : St Germain s/Ille, Mont-Dol, Genêts	Contrôles : Bazouges la Pérouse, Genêts
Cotation : 2 points .	Cotation : 1 point .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Mont St Michel	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 5 - 6

CHERBOURG

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 315 km	Distance : 236 km
Délai : De 2 à 7 jours St James, Lolif, Montpinchon,	Délai : De 1 à 2 jours
Contrôles : La Haye du Puits, Le Rozel, Auderville.	Contrôles : St James, Lolif, Montpinchon, La Haye du Puits.
Cotation : 5 points .	Cotation : 2 points .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Auderville	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 7 - 8

OMAHA BEACH

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 230 km	Distance : 205 km
Délai : De 2 à 6 jours Le Châtelier, Le Bény Bocage,	Délai : De 1 à 2 jours
Contrôles : Arromanches	Contrôles : Le Châtelier, Le Bény Bocage
Cotation : 3 points .	Cotation : 2 points .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Balleroy	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 9 - 10

CAEN

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 200 km	Distance : 200 km
Délai : De 2 à 4 jours Val d'Izé, Barenton, Cerizy Belle-	Délai : De 1 à 2 jours
Contrôles : Etoile, Thury-Harcourt.	Contrôles : Val d'Izé, Barenton, Cerizy Belle-Etoile, Thury-Harcourt.
Cotation : 2 points .	Cotation : 2 points .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Fougères(35), Thury-Harcourt(14)	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 11 - 12

VIMOUTIERS

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 215 km	Distance : 215 km
Délai : De 3 à 6 jours Chailland, Carrouges,	Délai : De 1 à 2 jours
Contrôles : Camembert.	Contrôles : Chailland, Carrouges, Camembert.
Cotation : 3 points .	Cotation : 3 points .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Vitré, Lassay, Carrouges, Mortrée.	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 13 - 14

ALENÇON

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 221 km	Distance : 180 km
Délai : De 2 à 5 jours Le Pertre, Sainte-Suzanne,	Délai : De 8 heures à 2 jours
Contrôles : Jublains, Pré en Pail.	Contrôles : Le Pertre, Saint-Léonard des Bois
Cotation : 3 points .	Cotation : 2 points .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Sainte Suzanne, Jublains, Pré en Pail, St Léonard des B	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 15 - 16

LE MANS

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 189 km	Distance : 171 km
Délai : De 2 à 5 jours	Délai : De 8 heures à 2 jours
Contrôles : Marcillé-Robert, Entrammes, Malicorne.	Contrôles : Marcillé-Robert, Entrammes.
Cotation : 2 points .	Cotation : 1 point .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Malicorne	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 17 - 18

TOURS

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 276 km	Distance : 237 km
Délai : De 2 à 6 jours	Délai : De 1 à 2 jours
Contrôles : Chemazé, Durtal, Gennes, Bréhémont	Contrôles : Retiers, Chemazé, Durtal, Channay sur Lathan
Cotation : 4 points .	Cotation : 2 points .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Chemazé, Durtal, Candes-St Martin.	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 19 - 20

ANGERS

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 155 km	Distance : 138 km
Délai : De 1 à 4 jours	Délai : De 6 heures à 2 jours
Contrôles : La Bosse de Bretagne, Challain la Potherie, Sceaux d'Anjou.	Contrôles : La Bosse de Bretagne, Challain la Potherie.
Cotation : 2 points .	Cotation : 1 point .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Néant	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : La Bosse de Bretagne (sens Rennes - Angers uniquement)	

Flèches n° 21 - 22

NANTES

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 125 km	Distance : 125 km
Délai : De 2 à 3 jours	Délai : De 5 heures à 1 jour
Contrôles : Pancé, Blain.	Contrôles : Pancé, Blain.
Cotation : 1 point .	Cotation : 1 point .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Grand-Fougeray	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant	

Flèches n° 23 - 24

LA BAULE

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE	TOURISTE
Distance : 226 km	Distance : 154 km
Délai : De 2 à 5 jours	Délai : De 7 heures 2 jours
Contrôles : St Malo de Phily (centre), Redon, St Joachim, Quimiac, Le Croisic.	Contrôles : St Malo de Phily (centre), Redon, St Lyphard.
Cotation : 3 points .	Cotation : 1 point .
BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Batz sur mer, Guérande.	
BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : St Malo de Phily (centre), Côte de Corbinières.	

Flèches n° 25 - 26

VANNES

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE

Distance : 270 km
Délai : De 2 à 6 jours
Contrôles : St Senoux, Rochefort en Terre, Trédion, Carnac.
Cotation : 3 points .

TOURISTE

Distance : 130 km
Délai : De 6 heures à 2 jours
Contrôles : St Senoux, Rochefort en Terre.
Cotation : 2 points .

BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Rochefort en Terre, Sainte Anne d'Auray, Quiberon, Carnac

BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Côte de Pont-Réan, Mont-Hersé, Côte de Cadoudal.

Flèches n° 27 - 28

LORIENT

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE

Distance : 240 km
Délai : De 2 à 5 jours
Contrôles : Paimpont, Plaudren, Locunolé, Fort Bloqué
Cotation : 3 points .

TOURISTE

Distance : 167 km
Délai : De 8 heures à 2 jours
Contrôles : Paimpont, Josselin, Baud.
Cotation : 2 points .

BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Paimpont, Josselin

BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Côte de Beauvais, Côte de Cadoudal, Locunolé.

Flèches n° 29 - 30

QUIMPER

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE

Distance : 415 km
Délai : De 3 à 9 jours
Contrôles : St Thurial, Le Faouët, Loctudy, La Pointe du Raz, Locronan.
Cotation : 6 points .

TOURISTE

Distance : 231 km
Délai : De 1 à 2 jours
Contrôles : St Thurial, La Trinité Porhoët, Le Faouët.
Cotation : 4 points .

BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Paimpont, Le Faouët, La Pointe du Raz.

BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Locronan.

Flèches n° 31 - 32

BREST

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE

Distance : 414 km
Délai : De 3 à 8 jours
Contrôles : Uzel, Gourin, Pentrez-Plage, Roscanvel, Brasparts.
Cotation : 8 points .

TOURISTE

Distance : 275 km
Délai : De 1 à 3 jours
Contrôles : St Méen le Grand, Laniscat, Brennilis, Sizun.
Cotation : 5 points .

BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Camaret.

BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : St Gouéno, Montagne St Michel, Ménez-Hom, Toul ar Laëron.

Flèches n° 33 - 34

ROSCOFF

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE

Distance : 273 km
Délai : De 2 à 6 jours
Contrôles : Illifaut, Ploec sur lié, Scignac, Guimiliau.
Cotation : 5 points .

TOURISTE

Distance : 273 km
Délai : De 1 à 3 jours
Contrôles : Illifaut, Ploec sur lié, Scignac, Guimiliau.
Cotation : 5 points .

BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Moncontour, St Thégonnec.

BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : "Bel Air", Col de Roc-Trédudon.

Flèches n° 35 - 36

PERROS-GUIREC

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE

Distance : 302 km
Délai : De 2 à 6 jours
Contrôles : Broons, Louargat, Bréhec, Trébeurden.
Cotation : 4 points .

TOURISTE

Distance : 221 km
Délai : De 1 à 2 jours
Contrôles : Broons, Louargat.
Cotation : 3 points .

BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Moncontour, Quintin, Tréguier, Ploumanach.

BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Ménez-Bré.

Flèches n° 37 - 38

St BRIEUC

Les formules et les contrôles

GRAND TOURISTE

Distance : 182 km
Délai : De 1 à 4 jours
Contrôles : Les Iffs, Guitté, Erquy
Cotation : 3 points .

TOURISTE

Distance : 117 km
Délai : De 5 heures à 1 jour
Contrôles : Jugon les Lacs, Bécherel.
Cotation : 2 points .

BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Néant

BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Côte de la vallée verte à Jugon les Lacs

Flèche n° 39 « La Vingtième » NB cette flèche est offerte à tout participant ayant réalisé toutes les flèches dans un sens (titre "Fléchard")

MONT St MICHEL - CHAMBORD

Les formules et les contrôles

TOURISTE

Distance : 310 km
Délai : Sans délai
Contrôles : St Fraimbault , Mont St Jean , Bessé sur Braye .
Cotation : 7 points .

BPF (Brevet des Provinces Françaises) : Mont St Michel, Ballon, Troo, Chambord .

BCB (Brevet de Cyclotourisme Breton) : Néant



ESPERANCE DE CHARTRES DE BRETAGNE CYCLOTOURISME
« LES FLECHES DE L'OUEST »
 12 rue de La Croix aux Potiers
 35131 – CHARTRES DE BRETAGNE

flechessouest@laposte.net - <http://ecbc.ffct.org/>

Les Flèches de l'Ouest – Règlement général – Version 2017
 Application au 01/10/2016



