

De ROHAN à BORDEAUX

Date	Ville départ	Ville arrivée	Distance (km)	Temps vélo	Temps total	Moyenne (km/h)	Dénivelé (mètres)	Ascension cumulée (mètres)	Lieu de Pique Nique
27/07/2008	Rohan	Malestroit	51,42	03:13	05:07	15,9	-39	31	Camerais (Josselin)
28/07/2008	Malestroit	Fégréac	45,45	02:35	04:50	17,5	-31	132	Île aux Pies (Redon)
29/07/2008	Fégréac	St André-des-Eaux	63,78	04:00	05:54	15,8	59	191	Herbigniac
30/07/2008	St André-des-Eaux	St Michel-Chef-Chef	33,97	01:56	03:50	17,4	13	133	St Brévin-les-Pins
31/07/2008	St Michel-Chef-Chef	St Gervais	54,56	03:28	06:18	15,7	95		Bourgneuf-en-Retz
01/08/2008	Pause à Noiremoutier								
02/08/2008	St Gervais	Brem-sur-Mer	55,88	03:19	04:40	16,8	21	98	St Gilles-Croix-de-Vie
03/08/2008	Brem-sur-Mer	Longeville	63,82	04:01	05:00	15,8	-19	274	les Hautes mers (Talmont)
04/08/2008	Longeville	Esnande	56,56	03:13	05:24	17,5	-34	64	St Michel-en-l'Herm
05/08/2008	Esnande	Rochefort	64,28	03:53	05:45	16,5	-163	100	Aytré
06/08/2008	Rochefort	Les Mathes	48,8	03:19	05:45	14,6	19	124	Marenes
07/08/2008	Pause; visite de Royan et du zoo de la Palmyre								
08/08/2008	Les Mathes	Grayan-et-l'Hopital	48,32	03:00	05:04	17,5	-94	194	Péchaud (Soulac)
09/08/2008	Grayan-et-l'Hopital	Paulliac	51,29	02:38	04:05	19,4	37	135	Loirac
10/08/2008	Paulliac	Bordeaux	67,34	03:55	06:05	17,1	32	146	Labarde
		Totaux	705,47	39:30 H	67:47 H		-104	1622	
		Moyennes	54,27	3:02 H	5:13 H	16,73	-8,00	124,77	

... chiffres inexacts ou calculés