**Parcours de 40 km (dénivelé 150 m)**

**GENAS** - rue de la fraternité - CD147 – D606 - **Pusignan** route Nationale - Route de Villette - rue des Bruyères - à gauche rue Jacqueline Auriol - à droite route de Villette – **Villette d’Anthon** - rue des Fauvettes - **Asnières** - rue des Roses - D124 - **Janneyrias** - à droite route de Crémieu - à gauche D155 - **Saugnieu** - à gauche route de Planaise - rue de la Rivoire - **Chavagneux** - à droite route du bois Thuillier - à droite D24a - D29e - Montcul - chemin de la Fontaine - à gauche D155 - à droite chemin de Bonce - **Haut Bonce** - à droite route de la Savane - à gauche D154 - D1006 - **St Laurent de Mure** - Chemin de la Vareille - à gauche route de Dormon – **St Bonnet de Mure** – rue du Rossignol – chemin du 19 Mars 1962 – à droite CD147 - **Genas** - à gauche rue de la fraternité – **Salle J. Anquetil**

**Parcours de 75 km (dénivelé 650 m)**

**GENAS** - rue de la fraternité - CD147 - D606 - **Pusignan** route Nationale - route de Villette - rue des Bruyères - à gauche rue Jacqueline Auriol - à droite route de Villette – **Villette d’Anthon** - rue des Fauvettes - à gauche D124 - rue des Robiniers - rue des Aulnes - à droite D55 - **Chavanoz** - **St Romain de Jalionas** - à droite D18d - à gauche D65b - D65e - **Vernas** - **Hières sur Amby** - D52a - à droite Val d’Amby - Usine à ciment - D52i - **Chatelans** - **ANNOISIN CHATELANS** ( km 42) - **Crémieu** - Boulevard de la Porte Neuve - rue Juiverie - Faubourg des Moulins - rue Lt Morel - **Villemoirieu** - rue du Stade - rue Lamartine - route de Poizieu - **Poizieu** - à gauche rue Villeneuve - cote blanche - à gauche chemin du Chêne - **Chozeau** - rue du Fayet - à droite D18 - **Coriau** - à gauche D75 (sur 1,8 km) - à droite chemin de Mianges à Bourcieu - **Mianges** - chemin de Chamagnieu à Mianges - à droite D75(sur 1,5 km) - **Le Chaffard** - à droite route de Billaudière - Allée des Muriers - **Bas Bonce** - Montée du Roy - à gauche route de Bonce - **Haut de Bonce** - La Savane - à gauche D154 - D1006 - **St Laurent de Mure** - Chemin de la Vareille - à gauche route de Dormon – **St Bonnet de Mure** – rue du Rossignol – chemin du 19 Mars 1962 – à droite CD147 - **Genas** - à gauche rue de la fraternité – **Salle J. Anquetil**

**Parcours de 95 km (dénivelé 900 m)**

**GENAS** - rue de la fraternité - CD147 - D606 - **Pusignan** route Nationale - route de Villette - rue des Bruyères - à gauche rue Jacqueline Auriol - à droite route de Villette – **Villette d’Anthon** - rue des Fauvettes - à gauche D124 - rue des Robiniers - rue des Aulnes - à droite D55 - **Chavanoz** - **St Romain de Jalionas** - à droite D18d - à gauche D65b - D65e - **Vernas** - **Hières sur Amby** - D52a - à gauche route de Marignieu - à droite route de Torjonas - **Torjonas** - à gauche D52b (rue de la bise) - **AMBLERIEU** (km 41) - à droite D52c - à droite route de Torjonas - **Torjonas** D52b - **St Baudille** - **Brotel** - à gauche - Usine à ciment tout droit - à droite D52i - **Chatelans** - **ANNOISIN CHATELANS** (km 56) - **Crémieu** - Boulevard de la Porte Neuve - rue Juiverie - Faubourg des Moulins - rue Lt Morel - **Villemoirieu** - rue du Stade - rue Lamartine - route de Poizieu - **Poizieu** - à gauche rue Villeneuve - cote blanche - à gauche chemin du Chêne - **Chozeau** - rue du Fayet - à droite D18 - **Coriau** - à gauche D75 (sur 1,8 km) - à droite chemin de Mianges à Bourcieu - **Mianges** - chemin de Chamagnieu à Mianges - à droite D75 (sur 1,5 km) - **Le Chaffard** - à droite route de Billaudière - Allée des Muriers - **Bas Bonce** - Montée du Roy - à gauche route de Bonce - **Haut de Bonce** - La Savane - à gauche D154 - D1006 - **St Laurent de Mure** - Chemin de la Vareille - à gauche route de Dormon – **St Bonnet de Mure** – rue du Rossignol – chemin du 19 Mars 1962 – à droite CD147 - **Genas** - à gauche rue de la fraternité – **Salle J. Anquetil**

**Parcours de 125 km (dénivelé 1300 m)**

**GENAS** - rue de la fraternité - CD147 - D606 - **Pusignan** route Nationale - route de Villette - rue des Bruyères - à gauche rue Jacqueline Auriol - à droite route de Villette – **Villette d’Anthon** - rue des Fauvettes - à gauche D124 - rue des Robiniers - rue des Aulnes - à droite D55 - **Chavanoz** - **St Romain de Jalionas** - à droite D18d - à gauche D65b - D65e - **Vernas** - **Hières sur Amby** - D52a - à gauche route de Marignieu - à droite route de Torjonas - **Torjonas** - à gauche D52b (rue de la bise) - **AMBLERIEU** (km 41) - tout droit D65 - route de Crémieu - à droite montée Saint Roch - à gauche route du Bachat - **Subtilieu** - route de Chatausan - à gauche route du Serverin - à droite Marieu - à droite rue du Puits - à droite D52j - à gauche rue du puits Jacob - route du Lavoir - **Pressieu** - Montée des côtes de Vaud - à gauche D52c - à droite route de Torjonas - **Torjonas** (59 km) D52b - **St Baudille** - **Brotel** - à gauche - Usine à ciment tout droit - à droite D52i - **Chatelans** - **ANNOISIN CHATELANS** (km 68) - à gauche D52 - **Siccieu** -à droite D54 - **Carisieu -** à droite D140e - D140 (route du Pin)- **Dizimieu** - **Crémieu** - à gauche D517 - à droite D18g - **Moras** - à droite D18a - **Petit Meyzieu** - **Veyssilie**u - **PANOSSAS** (km 95) - à droite D18 (route de Bourgoin) - **Coriau** - à gauche D75 (sur 1,8 km) - à droite chemin de Mianges à Bourcieu - **Mianges** - chemin de Chamagnieu à Mianges - à droite D75 (sur 1,5 km) - **Le Chaffard** - à droite route de Billaudière - Allée des Muriers - **Bas Bonce** - Montée du Roy - à gauche route de Bonce - **Haut de Bonce** - La Savane - à gauche D154 - D1006 - **St Laurent de Mure** - Chemin de la Vareille - à gauche route de Dormon – **St Bonnet de Mure** – rue du Rossignol – chemin du 19 Mars 1962 – à droite CD147 - **Genas** - à gauche rue de la fraternité – **Salle J. Anquet**