

St CAPRAIS

PARCOURS N°45 (74 ou 45 km)

AMBARES –Ste Eulalie- Terrefort- A droite D115- Yvrac- Le Poteau d' Yvrac- D241E3- Rond point D241 tout droit- Rond point D936 tout droit D936E5- Carignan- A gauche D10E4- A droite route de Citon- Gare de Citon prendre piste cyclable- Latresne- A gauche D10- A gauche D240- Cénac- St Caprais- Rond point à gauche D115- A droite D14E3- A droite D14- Créon- D20- Couper D936- Beaupied à gauche D241- Salleboeuf- Pompignac- Après le stade à droite D115- Le Poteau d' Yvrac- Yvrac- Terrefort- Ste Eulalie- AMBARES .

Petit parcours - A Cénac à gauche- Lignan- D115- Fargues- Au stade à gauche D241 reprise du grand parcours .



NOTA – A la gare de Citon prendre la piste cyclable jusqu'à Latresne