

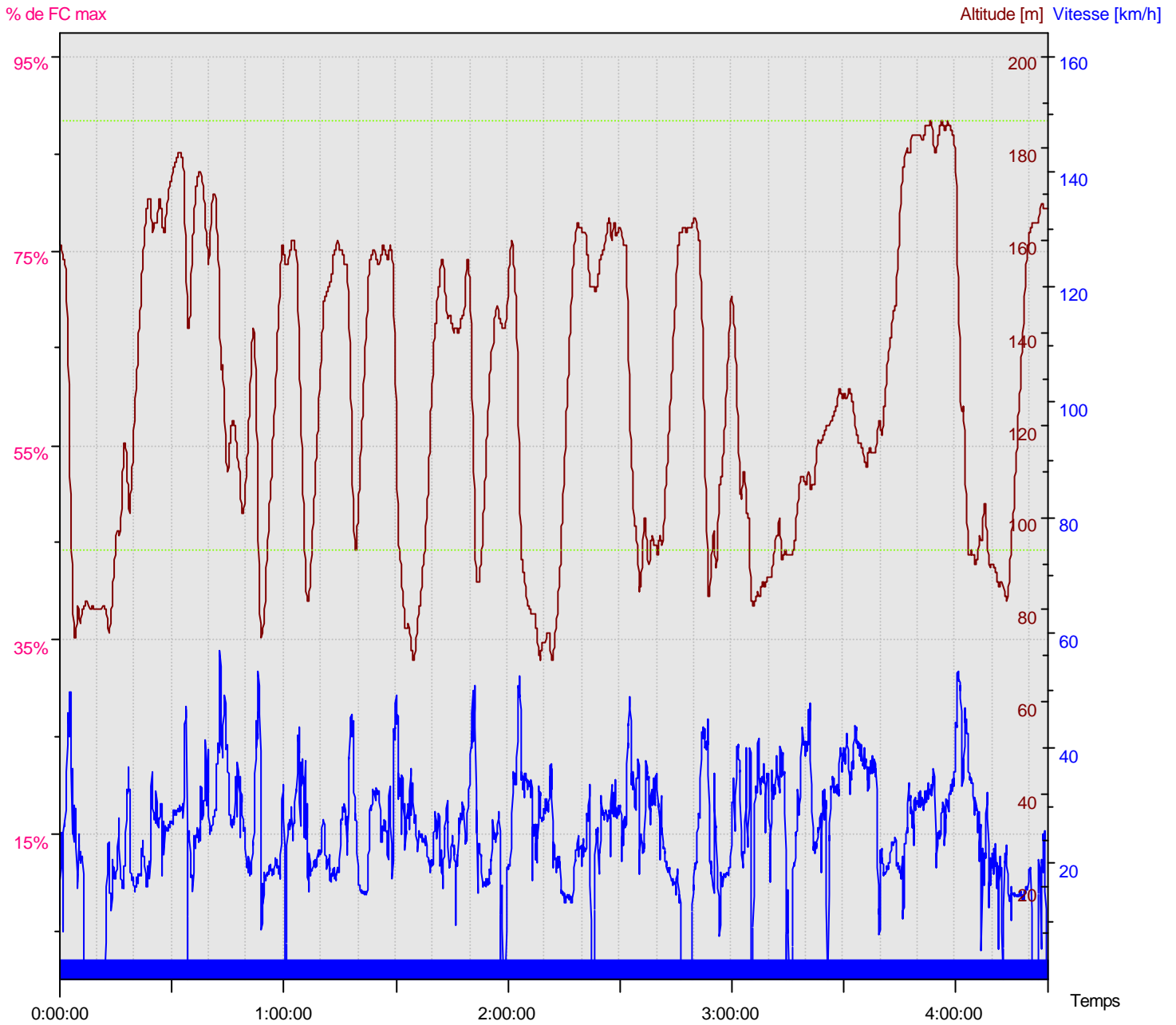
Parcours Cycliste

Lieu	Dist (km)	Route	Repère	Distance Totale	Remarque
Plateau Beauplan	2,9	St Remy: Le Lac	D 938	2,0	
St Remy: Le Lac	TD 3,8	Boullay-les-Troux	D 838/B	5,8	Cote des Molières
Boullay-les-Troux	TD 1,7	Les Molières	D40 E	7,5	
Les Molières	D 2,4	-- Intersection D988	D 988	9,9	Dir. Limours
-- Intersection D988	D 1,9	-- Intersection D838 --	D 988	11,7	Traverser Limours Tout Droit
-- Intersection D838 --	G 5,2	Angervilliers	D 838	16,9	Ne pas prendre D97 vers Forges-les-Bains; Croiser A10 et TGV
Angervilliers	TD 0,8	-- Intersection Blanche sur la G vers Val St Germain	D 838	17,7	
-- Intersection Blanche sur la G vers Val St Germain	G 2,8	Val St Germain -- Intersection D27 -	--	20,5	Butte de Tous Vents -- 1ère des Trois Grâces
Val St Germain -- Intersection D27 --	G 0,1	-- Intersection sur la D. Direction Les Sueurs & Sermaise	D 27	20,6	Bref G / D
-- Intersection sur la D. Direction Les Sueurs & Sermaise	D 4,1	-- Pont Ch. de Fer sur la G --	--	24,7	Côte de Bois des Sueurs -- 2ième des Trois Grâces
-- Pont Ch. de Fer sur la G --	G 0,3	-- Intesection D 116 --	--	25,0	
-- Intesection D 116 --	G 0,1	-- Dir Sernaïse --	D 116	25,0	Bref G / D
-- Dir Sernaïse --	D 0,3	-- 2ième à G -- Dir. Blancheface ou Cartelleire ou Charpenterie --	--	25,3	
-- 2ième à G -- Dir. Blancheface ou Cartelleire ou Charpenterie --	G 1,8	Blancheface	--	27,1	Côte de Bois Clair -- 3ième des Trois Grâces
Blancheface	TD 2,0	Montflich	--	29,1	Aller jusqu'à l'intersection avec la D 148
Montflich	G 1,5	Villeconin	D 148	30,5	Traverser Villeconin sur la D 148
Villeconin	G 3,8	Chauffour-lès-Etréchy	D 148	34,3	
Chauffour-lès-Etréchy	TD 2,0	Etréchy Centre	D 148	36,3	Suivre la D 148 jusqu'à croiser la D 146.
Etréchy Centre	TD 0,5	Sortie Etréchy	D 146	36,8	Suivre D146. Passer sous CdF
Sortie Etréchy	G 1,1	Challoup	D 148	37,9	Passer sous N 20
Challoup	G 3,8	Villeneuve-sur-Auvers	D 148	41,7	
Villeneuve-sur-	TD 1,7	Boissy-le-Cutté	D 148	43,4	Le long et croiser N 20
Boissy-le-Cutté	D 1,9	Orgemont	D 56	45,3	
Orgemont	TD 1,9	Boinvau	D 56	47,2	
Boinvau	TD 2,0	Bouray-sur-Juine	D 56	49,2	Dans Bouray prendre sur la G la D 99 vers Janville-sur-Juine
Bouray-sur-Juine	G 1,0	Lardy	--	50,2	Passer sous CdF
Lardy	D 3,4	Torfou	D 99	53,6	Côte de Lardy -- Prendre G au Y avec Petite Mare sur plateau
Torfou	G 1,9	-- Intersection N 20 --	D99	55,5	Dans Torfou suivre D99 (D, G, D)
-- Intersection N 20 --	G 1,2	Mauchamps	--	56,7	Longer la N20 et la traverser
Mauchamps	D 2,0	St Sulpice-de-Favières	--	58,7	Prendre à D entrée de Mauchamps
St Sulpice-de-Favières	TD 0,7	-- Interesection D 82 --	--	59,3	Dans St Sulpice, G, D, Dir Souzy-la-Briche
-- Interesection D 82 --	G 2,2	Souzy-la-Briche	D 82	61,5	
Souzy-la-Briche	D 2,1	La Bergerie ou La Petite Beauce	D 132	63,6	Croiser la Riv: La Renarde (Dir St Chéron)
La Bergerie ou La Petite Beauce	TD 2,2	St Chéron (Ctr)	D 132	65,8	Passer CdF
St Chéron (Ctr)	TD 3,9	-- Intersection D27 --	D 132	69,6	Passer à coté Eglise
-- Intersection D27 --	G 2,4	Le Val-Saint-Germain	D 27	72,0	Ne pas prendre la côte des Sueurs à G!!

Parcours Cycliste

Lieu	Dist (km)	Route	Repère	Distance Totale	Remarque
Le Val-Saint-Germain	TD 2,4	-- Intersection D 838 --	D 27	74,4	
-- Intersection D 838 --	TD 3,1	Longvilliers -- Intersection D 149		77,5	Passer au dessus de la A10
Longvilliers -- Intersection D 149	D 1,1	Rochefort-en-Yvelines (Vers D27 a G)	D 149	78,5	Croiser la D 988
Rochefort-en-Yvelines (Vers D27 a	G 3,4	Carrefour de Crussol	D 27	81,9	Dir: Clairefontaine-en-Yvelines
Carrefour de Crussol	D 2,3	Moutiers	D 132	84,2	
Moutiers	TD 2,4	Bullion	D 132	86,5	
Bullion	G 2,2	Longchêne	D 149 et --	88,7	Cote de Longchêne sur la D
Longchêne	G 1,3	Ronqueux	--	89,9	
Ronqueux	D 3,1	Carrefour "Le Bout des Prés"	D 149	93,0	
Carrefour "Le Bout des Prés"	TD 1,0	La Barre	D 149	94,0	
La Barre	D 5,0	Chevreuse	D 906	99,0	
Chevreuse	D 2,5	Gare de Saint Remy-lès-Chevreuse	--	101,6	Piste Cyclable
Gare de Saint Remy-lès-Chevreuse	G 2,7	Plateau de Beauplan	D 938	104,3	

Courbe



Temps : 1:19:35 Altitude: 93 m
 Vitesse: 27.3 km/h Montée: 409 m
 Distance: 32.2 km

Personne	Eric Dupas	Date	08/05/02	Fréquence	138 / 177	Limites 1	80 - 160
Exercice	Training: "Les 13 Cotes"	Temps	07:56:37	Vitesse	27.4 / 56.9	Limites 2	80 - 160
Sport	Cyclisme	Durée	4:24:55.0	Cadence		Limites 3	
Equipe	Equipe Polar	Distance	112.1 km	Puissance		Seuils	
Note	Temp[10;21] Dst: 112, Moy: 26.8, Elevation Totale: 1205m			Sélection	0:00:00 - 0:02:38 (4:24:55.0)		