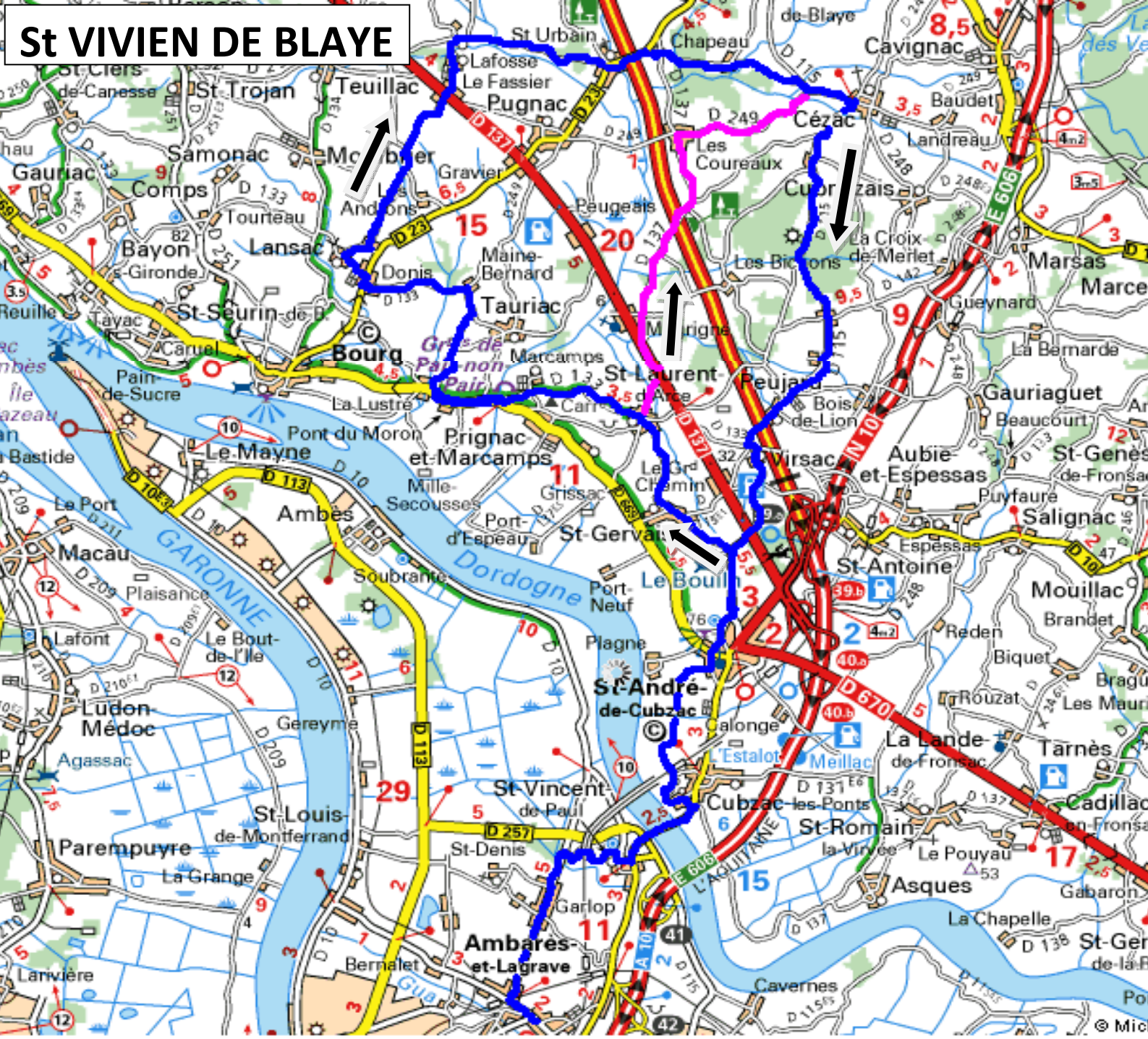

PARCOURS N°31 (65 ou 45 km)

AMBARES- Chemin de la vie- **St Vincent de Paul**- Pont Eiffel- A gauche les marais- **St André de Cubzac**- D115E3- **St Gervais**-D137- **St Laurent d'Arce**-D133- **Prignac et Marcamps**- D669 à droite- **La Lustre**- A droite rue des carriéres- **Robert**- D133 à gauche- D23 à droite- **Donis**- A gauche D133- A **Lansac** à droite vers D132- **Le Fassier**- Couper N137-**Lafosse**- D135 à droite- **St Urbain**- D137 à droite- A gauche D23- Après le pont sur A10 à droite- Couper D137- **Chapeau**- D115 à droite- **Cézac** - D115 à droite- **Peujard**- Rond point N137- **St André de Cubzac**- Chemin de Terrefort- Pont Eiffel- **St Vincent de Paul**- Chemin de la vie- **AMBARES**.

Petit parcours- A **St Laurent d'Arce** à droite vers N137-à gauche-A droite D137- **Les Coureaux**- A droite D249- **Cézac** reprise du grand parcours.