

13h45 jeudi 1^{er} Mai Tobbogan de la Sélune (50 kms)

<https://www.openrunner.com/route-details/21238995>

13h45 mardi 6 mai 48km (ouest) (Déniv : 440 km) <https://www.openrunner.com/r/14211843>

Cx verte -Avranches-D5-St Ovin-à dr D160-rue des Charmilles-D160-Launay-à G puis à dr-la Gilberdière-La Boulouze-D106-la Cx de Boulouze-D5 vers Juvigny puis à G D462- Le Gd Celland-rue des écoles-La Hameli-nière-à dr D999-**L'Embranchement**- à dr D999- dr 48 La Mancellierere -Pont d'Oir-Les Chéris- D48 ou voie verte -Ducey- Lentille -Pontaubault-Basse Guette-Les Landelles- à Dr croix verte.

13h45 jeudi 8 Mai 50 km (nord) (Déniv. 378 m) <https://www.openrunner.com/route-details/14561835>

Cx verte – la passerelle- St Léonard- le Gd port- Genêts-rte de la côte- StJean le Thomas- Champeaux -à Dte-et G D 61^E1 -D61 **CAROLLES**- D471 vers Bouillon- à Dte D261 St Michel des Loups- Angey- à Dte D143 Ron-thon-St Médard- à G D35 Bacilly- Marcey les grèves- Le bateau – La passerelle- Cx verte.

.13h45 mardi 13 Mai 54 km (Déniv : 327 m) <https://www.openrunner.com/r/14116600> Croix verte- Bouillé- Gué de l'Epine – Basse Guette- Pontaubault – Le Gd Port – La Roche Torin – Bas Courtils – Pont à l'anguille-Ardevon -**BREE** –les Chaliers -2è à G-Chanteloup-D 363 La Braise-à D D107 Crollon-La secouette- Juilley- Poilley-Lentille- Pontaubault – Argennes – Le Chauchais – Val St Père- Croix verte –

13h45 jeudi 15 Mai 50 km (nord) déniv. 419 m) <https://www.openrunner.com/r/14116661>

La Croix verte- La Passerelle- D105 – Marcey – D31 – Bacilly – D41 – La Butte ès Gros – D41- Montviron- A gauche D61 vers Sartilly – à dr. Vers déchetterie - Vc– D105 -**La ROCHELLE NORMANDE** – à G D35 – Sartilly – D61 - Angey – à G D483 – Bonneville – à D D241 – St Jean le Th. – route côtière – Bec d'Andaine – Genêts- Le Gd Port – St Léonard – D591 – Le pt de Vains – La Passerelle- Cx Verte -

13h45 mardi 20 Mai 46 km (déniv. 412 m) <https://www.openrunner.com/r/14116736>

Croix verte-D5- St Ovin-à dr D103-Cx du Chesnot-à G D110 Marcilly-à dr D564 vers St Quentin- à dr D150- La Cx Margat-à G D310-D48-Ducey-D107-Poilley-D107-Juilley- D107- la lande Martel-à dr D140 puis à 1^{ère} à G VC- à dr D307- **PRECEY**-D313-D113- les Forges-Céaux-D113- Pontaubault- Argennes- Basse Guette- Le Chauchais- Val St Père- rue des écoles- Cx verte-

13h45 mardi 21 Mai 60 km (déniv : 256 m) <https://www.openrunner.com/r/14186903>

Cx verte –Cent. Equ.–la B. Guette-Pontaubault-La Roche Torin –Bas Courtils–D275–**La Caserne** – Voie verte– Beauvoir Les polders– Les Pas–Ardevon-D75–Tanis- Servon-Céaux–Pontaubault. – la B. Guette- Le Chauchais – Val st Père –Cx verte

09h15 jeudi 22 Mai Sortie de Journée 82 km (déniv 888m)

matin : 33km (café à Brécey) après-midi 49km (retour facile)

<https://www.openrunner.com/route-details/21239167>

13h45 mardi 27 Mai 59 km (Déniv. 311 m) <https://www.openrunner.com/route-details/16414494>

Cx verte-Centre équestre- Argennes- Pontaubault- Céaux- les forges-D43- Courtils-traverser- Le Laichet- le pont à l'anguille- à G D75Ardevon-à dte D280- à Gche vers La Bergerie-D776-la Grève (BEAUVOIR)-traver-ser le couesnon-à G **vers St Georges de Gréhaigne**- reprendre voie verte vers Pontorson – les Pas-Brée- Tanis- Servon -Mesgnier- les forges- Céaux- Pontaubault- Cromel- vers Décathlon- Le bas de l'M- Cx verte