

LE POINÇONNET – PANAZOL – LIMOGES MÉTROPOLE (samedi 21 mars 2026)

Remise des Dossards : de 09 h 00 à 11 h 15
Réunion Directeurs Sportifs : 10 h 45

Appel des coureurs : 12 h 00
Départ fictif : 12h20 / Départ réel lancé : 12 h 30

Trajet promenade (4,3 km) : Le Poinçonnet, Rue du 30 août 1944 > Rue Jean Bouin > Allée Paul Rué > Avenue de la Forêt - D.990
Départ réel lancé, sur la D.990 après 2^{ème} rond-point (Km 4.3)

KMS à parcourir	KMS parcourus	KMS partiel	Routes	Itinéraire	Moyennes horaires			Observations
					44 km/h	42 km/h	40 km/h	
				INDRE (36)				
				LE POINÇONNET - Gymnase, rue du 30 août 1944	12 :20	12 :20	12 :20	Départ Fictif
				Arrêt protocolaire devant la Mairie				
160.3	0.0		D.990	300 m après 2 ^{ème} rond-point	12 :30	12 :30	12 :30	Départ Réel lancé
149.4	10.9	10.9		BUXIÈRES D'AILLAC	12:45	12:45	12:46	
137.6	22.7	11.8		CLUIS	13:00	13:02	13:03	
124.0	36.3	13.6		AIGURANDE	13:19	13:21	13:24	
123.1	37.2	0.9		Sprint	13:20	13:23	13:26	Sprint
122.8	37.5	0.3		Intersection D.990/D.951b	13:21	13:23	13:26	
122.1	38.2	0.7	D.951	CREUSE (23)	13:22	13:24	13:27	
113.7	46.6	8.4		Point bas M.G.	13:33	13:36	13:40	
112.5	47.8	1.2		CHAMBON STE CROIX	13:34	13:38	13:41	
110.8	49.5	1.7		Côte de Chambon (3,38%)	13:37	13:40	13:44	M.G.
101.5	58.8	9.3		DUN LE PALESTEL	13:49	13:53	13:58	
101.1	59.2	0.4		Sprint	13:50	13:54	13:59	Sprint
100.9	59.4	0.2		Intersection D.951/D.913	13:50	13:54	13:59	
99.4	60.9	1.5	D.913	Intersection D.913/D.5	13:53	13:57	14:01	
90.6	69.7	8.8	D.5	Intersection D.5/N.145/D.912	14:04	14:09	14:14	
82.4	77.9	8.2	D.912	Intersection D.912/D.4	14:16	14:21	14:27	
82.4	77.9	0.0	D.4	LE GRAND BOURG	14:16	14:21	14:27	
82.0	78.3	0.4		Sprint	14:16	14:21	14:27	Sprint
81.8	78.5	0.2		Intersection D.4/D.912a1	14:17	14:22	14:28	
77.0	83.3	4.8	D.912a1	BÉNÉVENT L'ABBAYE	14:23	14:29	14:35	
76.5	83.8	0.5		Intersection D.912a1/D.914	14:24	14:29	14:35	
72.7	87.6	3.8	D.914	MARSAC	14:29	14:35	14:41	
71.8	88.5	0.9		Passage à niveau	14:30	14:36	14:43	P.N.
66.5	93.8	5.3		HAUTE-VIENNE (87)	14:37	14:43	14:50	
66.1	94.2	0.4		Passage à niveau	14:38	14:44	14:51	P.N.
62.0	98.3	4.1		LAURIÈRE	14:44	14:50	14:57	
59.6	100.7	2.4		Intersection D.914/D.8 ^{A1}	14:47	14:53	15:01	
59.2	101.1	0.4	D.8 ^{A1}	SAINT SULPICE-LAURIÈRE	14:48	14:54	15:02	
59.0	101.3	0.2		Intersection D.8 ^{A1} /D.78	14:48	14:54	15:02	
58.9	101.4	0.1	D.78	Point bas M.G.	14:48	14:54	15:02	
56.2	104.1	2.7		Intersection D.78/C.12	14:52	14:59	15:06	
54.6	105.7	1.6	C.12	Lieu-dit Les Combes	14:54	15:00	15:08	
54.5	105.8	0.1		Côte du Bois des Echelles (5,80 %) Intersection C.12/C.16	14:54	15:00	15:08	M.G.
52.3	108.0	2.2	C.16	Lieu-dit Mallety	14:57	15:04	15:12	
52.1	108.2	0.2		Intersection C.16/D.50	14:57	15:04	15:12	
49.9	110.4	2.2	D.50	LA JONCHÈRE-ST MAURICE	15:00	15:07	15:15	
49.6	110.7	0.3		Intersection D.50/D.914	15:00	15:08	15:16	
42.7	117.6	6.9	D.914	AMBAZAC	15:10	15:18	15:26	
41.5	118.8	1.2		Intersection D.914/D.5	15 :11	15 :19	15 :28	
40.8	119.5	0.7	D.5	Intersection D.5/D.56	15 :13	15 :20	15 :29	
40.7	119.6	0.1	D.56	Intersection D.56/C.17	15 :13	15 :20	15 :29	
39.9	120.4	0.8	C.17	Intersection Rue Alphonse Daudet/Rue Anatole France	15 :14	15 :21	15 :30	
38.8	121.5	1.1		Intersection Rue Anatole France/D.44	15 :15	15 :23	15 :32	
32.3	128.0	6.5	D.44	SAINT PRIEST-TAURION	15 :25	15 :33	15 :42	
32.0	128.3	0.3		Intersection D.44/D.29	15 :25	15 :33	15 :42	
31.6	128.7	0.4	D.29	Intersection D.29/D.44	15 :25	15 :33	15 :43	
31.4	128.9	0.2	D.44	Point bas M.G.	15 :26	15 :34	15 :43	
29.1	131.2	2.3		Côte de St Just le Martel (5,25 %)	15 :29	15 :37	15 :47	M.G.
28.5	131.8	0.6		SAINT JUST LE MARTEL	15 :29	15 :38	15 :47	
27.7	132.6	0.8		Intersection D.44/C.1	15 :30	15 :39	15 :49	
27.3	133.0	0.4	C.1	Intersection C.1/Route du Vert	15 :31	15 :40	15 :50	
21.3	139.0	6.0	C.11	Intersection C.11/D.140	15 :40	15 :49	15 :59	
20.4	139.9	0.9	D.140	PANAZOL	15 :41	15 :50	16 :00	
19.9	140.4	0.5		Intersection D.140/Rue de la Quintaine	15 :41	15 :50	16 :00	
19.2	141.1	0.7	Inters. Rue Maréchal Jourdan/D.224	15 :42	15 :51	16 :01	
19.1	141.2	0.1	D.224	Inters. D.224/Rue Ferdinand Foch	15 :42	15 :51	16 :01	
18.7	141.6	0.4	1^{er} passage sur la ligne d'arrivée	15 :43	15 :52	16 :02	
18.5	141.8	0.2		Inters. Avenue Pierre Guillot/D.140	15 :43	15 :52	16 :03	
18.3	142.0	0.2	D.140	Inters. D.140/Rue Turgot (C.6)	15 :44	15 :53	16 :03	
17.5	142.8	0.8	C.6	Cisaillement D.941	15 :44	15 :53	16 :03	
16.9	143.4	0.6		Lieu-dit La Petite Prade	15 :45	15 :54	16 :04	

16.3	144.0	0.6		Lieu-dit Le Rouveilloux	15 :46	15 :56	16 :06	
15.6	144.7	0.7		Lieu-dit Fonsalade	15 :47	15 :56	16 :07	
12.8	147.5	2.8		Inters. Rte de la Tuillère/Rue du Pourtour	15 :51	16 :02	16 :11	
11.6	148.7	1.2		Inters. Rue du Pourtour/D.44	15 :52	16 :02	16 :13	
10.9	149.4	0.7	D.44	Cisaillage D.941	15 :53	16 :03	16 :14	
9.2	151.1	1.7		SAINT JUST LE MARTEL	15 :56	16 :06	16 :16	
8.9	151.4	0.3		Intersection D.44/C.1	15 :56	16 :06	16 :16	
8.5	151.8	0.4	C.1	Intersection C.1/Route du Vert	15 :56	16 :06	16 :17	
2.5	157.8	6.0	C.11	Intersection C.11/D.140	16 :04	16 :15	16 :26	
2.4	157.9	0.1	D.140	PANAZOL	16 :05	16 :15	16 :27	
1.1	159.2	1.3		Intersection D.140/Rue de la Quintaine	16 :07	16 :17	16 :29	
0.4	159.9	0.7	Inters. Rue Maréchal Jourdan/D.224	16 :08	16 :18	16 :30	
0.3	160.0	0.1	D.224	Inters. D.224/Rue Ferdinand Foch	16 :08	16 :19	16 :30	
0.0	160.3	0.3		ARRIVÉE	16 :08	16 :19	16 :30	Arrivée