

GROUPE 4 – PARCOURS 2025

VITESSE SUR LE PLAT 22 KM/H
VITESSE MONTEE 6% 10 KM/H
VITESSE DESCENTE 40 KM/H

2 – mars 09h00 2:26:56 50 KMS 310 M D+ [openrunner=10705980](#)

Thonon – Anthy – Coudrée – Excenevex – Yvoire centre – Chens – Douvaine – Massongy –

9 – mars 09h00 2:42:37 54 KMS 450 M D+ [openrunner.=10708388](#)

Thonon – L'apralis – Lully – Bons – St Didier – Tholomaz – Douvaine – Messery – Essert –

16 – mars 09h00 2:52:05 57 KMS 488 M D+ [openrunner.=10787434](#)

Thonon – Armoy – Orcier – Bons – Langin – Graisier – Tholomaz – Les mogets – Douvaine

23 – mars 09h00 3:00:00 60 KMS 480 M D+ [openrunner.=10708731](#)

Thonon – L'Apralis – Chez Jacquier – Brenthonne – Le Loyer – Brens – Machilly – Moniaz

30 – mars 09h00 2:49:05 54 KMS 640 M D+ [openrunner.=10787310](#)

Heure d'été - Thonon – L'Ermitage – Allinges – Jouvernex – Bonnaitrait – Chavannex – Chaizabois d'en haut – Ballaison – Bons – Fessy – Le Lyaud – Thonon

06 – avr 08h30 2:50:48 55 KMS 610 M D+ [openrunner.=10762772](#)

Thonon – Armoy – Orcier – Draillant – Bons – Brens – Marcorens – Ballaison – Les crapons

13 – avr 08h30 3:21:49 65 KMS 720 M D+ [openrunner=20403192](#)

Thonon – Rives – Lugin – Maxilly – L'X – Champanges – Plan Fayet – Thonon –

20 – avr 08h30 2:59:11 58 KMS 616 M D+ [openrunner.=10718117](#)

Pâques - Thonon – Anthy – Excenevex – Chevilly – Sous Etraz – Massongy – Ballaison – Bons – Fessy – Draillant – Orcier – Armoy – Thonon

21 – avr 08h30 3:25:32 69 KMS 509 M D+ [openrunner.=7777955](#)

Thonon – Margencel – l'Apralis – Brécurens – Lully – Fessy – Gros Perrier – Bons en Chablais – Brens – Moniaz – Jussy – Gy – Corsier – Asnières – Hermance – Collongette – Sous Etraz – Chevilly – Sciez – Coudrée – Thonon

27 – avr 08h30 3:08:01 58 KMS 875 M D+ [openrunner=20405073](#)

Thonon – Evian – Neuvecelle – Lugin – Rys – Laprau – Praubert – La Beunaz – Bernex – Vinzier – Vougron – Féterne – Plan Fayet – Thonon

01 – mai 08h00 3:31:12 71 KMS 515 M D+ [openrunner.=10791437](#)
 Thonon – Allinges – Draillant – Bons – Machilly – Moniaz – Jussy – Gy – Corsier – Hermance – Yvoire – Sciez – Coudrée – Thonon

04 – mai 08h00 3:32:03 68 KMS 780 M D+ [openrunner.=3117841](#)
 Thonon – Noyer – Le Lyaud – Orcier – Cervens – Brecorens – Sciez – Crapons – Ballaison – Marcorens – Brens – Les Charmottes – Marclay – Gros Perrier – Fessy – Lully – Brecorens – L'Apralis – Thonon

08 – mai 08h00 3:39:53 71 KMS 770 M D+ [openrunner.=8060154](#)
 Thonon – Margencel – Jouvernex – Sciez – Les Crapons – Bons – Ballaison – Loisin – Veigy – Gy – Meinier – Jussy – Moniaz – Machilly – Brens – Bons – Gros Perrier – Cervens – Perrignier – Le Villard – Mâcheron – Sorcy – Charmois – Le Lyaud – Armoy – Thonon.

11 – mai 08h00 3:09:12 56 KMS 1 070 M D+ [openrunner=20406518](#)
 Thonon – Evian – Neuvecelle – Thollon - Praubert – la Beunaz – Bernex – Grange Blanche – Vinzier – St Paul – Crosson – St Thomas – Darbon – Marin – Thonon

18 – mai 08h00 3:23:01 63 KMS 915 M D+ [openrunner.=10800252](#)
 Thonon – Le jotty – La Vernaz – Vailly – Le Lyaud – Orcier – Draillant – Perrignier – Brécorens – Cervens – Lully – Margencel – Les bougeries – L'hermitage – Thonon

25 – mai 08h00 3:26:25 66 KMS 775 M D+ [openrunner.=10791449](#)
Fête des Mères - Thonon – L'apralis – Bois de Perrignier – Massongy – Ballaison – Tholomaz – Machilly – St Cergues – Juvigny – Moniaz – Brens – Fessy – Cervens – Macheron – Thonon

29 – mai 06h30 TOUR DU Lac - Ascension

01 – juin 07h30 3:40:22 68 KMS 1 024 M D+ [openrunner=20406689](#)
 Thonon – Lullin – Col de Terramont (1098m) – Boège – Chez Layat – Saxel – Gros Perrier – Perrignier – Route Forestière – Margencel – Thonon.

08 – juin 07h30 4:20:48 80 KMS 1 250 M D+ [openrunner.=10814425](#)
Pentecôte - Thonon – Noyer – Col du Cou – Boège – Col de Ludran – Chauffemerande – Sevraz – Boisinges – Pont de Fillinges – Lossy – Machilly – Brens – Bons – Fessy – Lully – L'apralis – Thonon

09 – juin 07h30 3:52:18 74 KMS 894 M D+ [openrunner.=6766593](#)
 Thonon – Le Jotty – La Vernaz – Vailly – Le Lyaud – Orcier – Cervens – Brécorens – Sciez – Massongy – Sous Etraz – Chevilly – Sciez – Coudrée – Thonon.

15 – juin 07h30 3:38:52 67 KMS 1 060 M D+ [openrunner.=10796826](#)
Fête des Pères - Thonon – Sciez – Chavannex – Les crapons – Bons – Col de saxel (943 m) – Boège – Col des Moises (1118 m) – Thonon

22 – juin 07h30 4:01:42 73 KMS 1 250 M D+ [openrunner.=336670](#)
 Thonon – Armoy – Lullin – Col de Terramont – Habère Poche – Villard – Col du Perret – Bogève – Col de Ludran – Boège – Le Layat – Col de Saxel – Fessy – Lully – L'apralis – Thonon

29 – juin 07h30 4:08:40 75 KMS 1 294 M D+ [openrunner=20406893](#)
 Thonon – Plan Fayet – Féternes – Vinzier – Abondance – Lac des plagnes – Chevenoz – Vinzier – Marin – Thonon

- 06 – juil 07h30 3:53:31 69 KMS 1 330 M D+ [openrunner.=4209771](#)**
Thonon – Armoÿ – Vailly – La Vernaz – Le Biot – Col du Corbier – Bonnevaux – Chevenoz – Bernex – St Paul – L'X – Publier – Thonon
- 13 – juil 07h30 3:59:19 74 KMS 1 100 M D+ [openrunner.=10805700](#)**
Thonon – Margencel – Sciez – Les crapons – Brenthonne – Cervens – Draillant – Col de de Cou (1113 m) – col de terramont (1096 m) – Lullin – Thonon
- 14 – juil 07h30 3:59:29 75 KMS 1 025 M D+ [openrunner.=10800040](#)**
Thonon – Noyer – Lully – Gros perrier – Col de saxel(943m) – Boège – Lossy – St Cergues – Bons – Fessy – L'apralis – Margencel – Thonon
- 20 – juil 07h30 4:13:38 74 KMS 1 520 M D+ [openrunner.=10763061](#)**
Thonon – Col de cou (1113 m) – Villard – Ajonc – Plaine joux (1250 m) – Onnion – Col de Jambaz (1027 m) – Bellevaux – Thonon
- 27 – juil 07h30 4:01:20 72 KMS 1 319 M D+ [openrunner.=5496098](#)**
Thonon – Noyer – Orcier – Vailly – La Vernaz – Col du Grand Taillet (1041m) – Le Fion – Ecotex – Vacheresse – Chevenoz – Bernex – St Paul en Chablais – Publier – Thonon.
- 03 – août 07h30 3:49:46 68 KMS 1 300 M D+ [openrunner.=10763297](#)**
Thonon – Plan fayet – Féternes – Vinzier – Chevenoz – Vacheresse – Col du Corbier (1235 m) – Le jotty – La vernaz – Vailly – Le Lyaud – Noyer – Thonon
- 10 – août 07h30 3:59:44 69 KMS 1 512 M D+ [openrunner.=8089820](#)**
Thonon – Le Lyaud – Orcier – Col du Feu (1120 m) – Vauverdanne – Col des Arces (1163 m) – Torchebise – Villard – Boège – Argence – Col de Cou (1117 m) – Les Ruppes – Lully – Brécovens – L'apralis – Margencel – Thonon.
- 15 – août 07h30 4:22:30 80 KMS 1 300 M D+ [openrunner.=10805831](#)**
Thonon – Lullin – Col de Terramont (1096 m) – Villard – Col du Perret (960 m) – Col de Ludran (935 m) – Col de saxel (943 m) – Draillant – Thonon
- 17 – août 07h30 4:00:00 70 KMS 1 440 M D+ [openrunner.=10821540](#)**
Thonon – Noyer – Le lyaud – Col du feu(1117m) – Lullin – Col de Terramont (1096 m) – Habère poche – Boège – Col de saxel(943m) – Marclay – Langin – Brens – Marcorens – Ballaison – Massongy – Sciez – Coudrée – Thonon
- 24 – août 07h30 4:23:11 79 KMS 1 400 M D+ [openrunner.=3093230](#)**
Thonon – Evian – Lugrin – La Prau – Praubert – Bernex – Chevenoz – Vacheresse – Ecotex – Col du Grand Taillet – La Forclaz – Le Jotty – La Vernaz – Vailly – Armoÿ – Thonon
- 31 – août La Chablaisienne – Sciez**

07 – sept 08h00 3:47:35 70 KMS 1 076 M D+ [openrunner.=10800180](#)
 Thonon – Allinges – Noyer – Maugny – Orcier – Armoy – Lullin – Col de terramont (1096 m) – Col de Jambaz (1027 m) – La chèvrerie – Bellevaux – Thonon

14 – sept 08h00 3:45:00 68 KMS 1 160 M D+ [openrunner.=10805809](#)
 Thonon – Noyer – Draillant – Fessy – Les ruppes – Col de cou(1113m) – Burdignin – Boège – Col de Saxel (943 m) – Fessy – Lully – Brécorens – Perrignier – Le villard – La chavanne – L'hermitage – Thonon

21 – sept 08h00 3:35:48 70 KMS 730 M D+ [openrunner.=10718271](#)
 Thonon – Noyer – Draillant – Fessy – Bons – Machilly – St Cergues gare – Juvigny – Moniaz – Chez couty – Marc corens – Ballaison – Massongy – Sous Etraz – Chevilly – Sciez – Coudrée – Thonon

28 – sept 08h00 3:45:37 73 KMS 778 M D+ [openrunner.=6788421](#)
 Thonon – Margencel – Jouvernex – Choisy – Sciez – Les Crapons – Bons – Marclay – Brens – Ballaison – Loisin – Chilly – Massongy – Conches – Chens – Messery – Chevilly – Sciez – Coudrée – Thonon.

05 – oct 08h00 3:09:43 60 KMS 765 M D+ [openrunner.=3098381](#)
 Thonon – Les Fleyssets – Les Bougeries – Le Villard – Perrignier – Cursinges – Cervens – Resier – Avugnens – Fessy – Gros Perrier – Marclay – St Didier – Brens – Marc corens – Ballaison – Massongy – Sous Etraz – Chevilly – Sciez – Margencel – Thonon

12 – oct 08h00 3:12:20 63 KMS 602 M D+ [openrunner.=6778520](#)
 Thonon – Sciez – Chevilly – Conches – Chens – Douvaine – Ballaison – St Didier – Vérayon – Brenthonne – Fessy – Draillant – Orcier – Armoy – Thonon.

19 – oct 08h00 3:06:49 62 KMS 520 M D+ [openrunner=18516889](#)
 Thonon – Séchex – Coudrée – Sciez – Yvoire – Chens – Hermance – Corsier – Jussy – Moniaz – Machilly – St Didier – Brenthonne – Fessy Lully – Brécorens – La Pralis – Margencel – Thonon

26 – oct 08h00 2:50:42 55 KMS 607 MD+ [openrunner.=10787388](#)
Sortie clôture – Thonon – Armoy – Orcier – Fessy – Bons – Brens – Marc corens – Les mogets – Loisin – Massongy – Sciez Coudrée – Thonon