

## CALENDRIER 2025 - GROUPE 5

**2 mars - 9 h 00 - 45 km - D+ 353 m - [OpenRunner #12078298](#) « La Pointe »**

Thonon – Coudrée - Essert - Messery - La Pointe (photo début de saison) – Nernier - Yvoire - Excenevex - Sciez - Choisy - Margencel – Thonon.

**9 mars – 9 h 00 - 47 km - D+ 312 m - [OpenRunner #11105668](#) « Nernier »**

Thonon - Coudrée - Excenevex - Yvoire (pipi-room chauffé fermé pour cause de travaux éternels) - Nernier - Essert - Chevilly - Sous-Etraz - Margencel - Thonon.

**16 mars - 9 h 00 – 43 Km - D+ 317 m - [OpenRunner # 20317091](#) « Conches »**

Thonon – Plage de Corzent – Anthy – Séchex – Coudrée – Essert – Messery – Chens – Conches – Sous-Etraz – Massongy – Prailles – Excuvilly – Choisy – Margencel – Thonon.

**23 mars – 9 h 00 – 48 km – D+ 340 m - [OpenRunner # 10776572](#) « feu rouge »**

Thonon – Coudrée – Traversée de la RN 5 – Prailles – Massongy – Sous-Etraz – Ferme de Conches – Chens – Messery – Coudrée – Thonon.

**30 mars - 9 h 00 – 45 km – D+ 364 m - [OpenRunner # 8057832](#) « Le Moulin »**

Thonon – Le Moulin Pinget – Jussy – GAEC Potager-du-Léman – Songy – Coudrée – Chevilly – Sous-Etraz – ferme de Conches – Douvaine – Prailles – Margencel – Thonon.

**6 avril – 9 h 00 – 45 km D+ 474 m - [OpenRunner # 11526891](#) « Voir Véron »**

Thonon – Vongy – Evian – Vieille-Eglise – Neuvecelle – Véron – Lugrin – Maxilly – Neuvecelle – Boul. Du Clou – Boul. du Golf – Publier – Thonon.

**13 avril – 9 h 00 – 43 km – D+ 412 m - [OpenRunner # 8080724](#) « première bosse »**

Thonon – Sciez – Prailles – Massongy à gauche toute ! (ah ! la bosse) – Ballaison – Vérayon - Brenthonne – Fessy – Lully – Brécorens – Margencel – Thonon.

**20 avril – Pâques - 9 h 00 – 42 km – D+ 561 m - [OpenRunner # 9447112](#) « Buffavent »**

Thonon - Rives - Corzent - Coudrée - Bonnatrait - Choisy - À gauche vers D25 - Brécorens - Chez-Jacquier - Traversée de D 903 - Fessy - Avugnens – Cervens - Cursinges - Maugny - Orcier - Charmoisy - À gauche D12 - Noyer - l'Ermilage - Crête - Thonon.

**21 avril - Lundi de Pâques - 9 h 00.**

Parcours libre.

**27 avril – 9 h 00 – 50 km - D+ 330 m - [OpenRunner # 8080854](#) « Nernier »**

Thonon – Coudrée – Sciez – Essert – Sous-Etraz – Grandes Conches (toi-même) – Bardenuche – Chens – Nernier – Excenevex – Sciez – Coudrée – Thonon.

**1er mai - Fête du travail - 8 h 30.**

Parcours libre.

**4 mai - 8 h 30 - 54 km - D+ 372 m - [OpenRunner #18067932](#) « Tougues »**

Thonon - Corzent - Anthy - Coudrée - Traversée de la RN 5 - Sciez - Re-traversée de la RN 5 - Excenevex - Yvoire - Nernier par la route côtière - Chens - Véreire - Tougues - Retour à Chens par Beauregard - Bardenuche - Les Grandes Conches - Sous-Etraz - Chevilly - La Fataz - Filly - Sciez - Choisy - Thonon.

**11 mai – 8 h 30 – 45 km - D+ 603 m - [OpenRunner #18068032](#) « Boisy »**

Thonon - Margencel – Le Cardinalin – Lully – Fessy – Gros-Perrier – St-Didier – Brens – Marcorens – Ballaison – Boisy – Les Crapons – Chezaboisen-Bas – Sciez – Coudrée – Thonon.

**18 mai - 8 h 30 - 48 km - D+ 569 m - [OpenRunner # 18075941](#) « Brens »**

Thonon – Coudrée – Sciez – Chavanex – Chezaboiss-en-Haut – Les Crapons – Ballaison – Marcorens – « Le petit château » - Brens – St-Didier – Bons – Gros-Perrier – Château d'Avully – Avugnens – cervens – Le Fougueux – Perri- gnier - Margencel – Thonon.

**25 mai - Fête des Mères - 8 h 30 - 50 km - D+ 544 m - [OpenRunner # 18076858](#)**

Thonon – L'Ermitage – Le Lyaud – Trossy – Orcier - Draillant – Cervens – Ré- zier – Fessy – Château d'Avully – Brenthonne – Vérayon – Ballaison – À droite D225 – Massongy – Sciez – Coudrée – Thonon.

**29 mai – Ascension – 7 h 30 – 122 km - D+ 794- [OpenRunner # 20337714](#) « CGN »**

Demi-tour du lac.

**1er juin - 8 h 30 - 40 km - D+ 544 m - [OpenRunner # 18076930](#) « Les Chambrettes »**

Thonon – Margencel – Jouvernex – Forêt de Planbois – Brécorens – Chez-Jac- quier – Fessy – Cervens – Draillant Orcier – À droite vers Jouvernaisinaz – Les Chambrettes – Le Lyaud – L'Ermitage – Rond-point d'Allinges – La Versoie – La Grangette – Thonon.

**8 juin - Pentecôte - 8 h 30 - 55 km - D+ 833 m - [OpenRunner # 18080690](#) « Laprau »**

Thonon - Amphion - Evian - Maxilly - Chez Busset - À gauche D 321 - D 24 - Laprau - D 252 - Praubert - (Si à l'heure) Bernex - (Si en retard) Depuis D52 Les Faverges directement par Freney - Vinzier - Larringes - Plan-Fayet - Thonon.

**9 juin - Lundi de Pentecôte - 8 h 30**

Parcours libre.

**15 juin - 8 h 30 - 59 km - D+ 794 m - [OpenRunner # 18098681](#) « Route des chiens »**

*(Parcours un peu long, facile à écourter en allant directement Sous-la-Côte après Le Lavouet)*

Thonon - Place de Crête - Crêt Ste-Marie - L'Ermitage - Le Lyaud - Reyvroz - Vailly - Bellevaux - Route du col de Jambaz - À gauche vers le lac de Vallon - À gauche encore direction La Chêterie - Route des chiens - Bellevaux - Le Lavouet - (Op- tion) - À gauche, Chez-Jacquin - Lullin - Sous-la-Côte - Vailly - Thonon.

**22 juin - 8 h 30 - 49 km - D+ 854 m - [OpenRunner # 18098952](#) « Vougron »**

Thonon - Plan-Fayet - Féternes - Vougron - Mérou - Vinzier - Les Faverges - Bernex St-Paul - Route à Dédé - Larringes - Champanges - Moruel - Vongy - Thonon.

**29 juin - 8 h 30 - 51 km - D+ 682 m - [OpenRunner # 18100655](#) « La Vernaz »**

Thonon - Crête - Les Bougeries - Noyer - Les Moulins d'Amphion - Le Lyaud - Reyvroz - Vailly - Selon l'heure, aller directement à La Vernaz ou Lullin - Chez-Jacquin - Vailly - La Vernaz - Le Jotty - Bioge - Thonon.

**6 juillet - 8 h 30 - 49 km - D+ 680 m - [OpenRunner # 18100733](#) « Route à Dédé »**

Thonon - Vongy - « La gare d'Amphion » - Publier - L'X - Champanges – Féternes - Vougron - Vinzier - St-Paul - Route à Dédé - Larringes - À gauche, D 121 - Fé- ternes - Plan-Fayet - Thonon.

**13 juillet - 8 h 30 - 50 km D+ 820 m - [OpenRunner # 18105457](#) « Lullin »**

Thonon - Bioge - Le Jotty - La Vernaz - Vailly - Sous-la-Côte - À gauche vers Le Lavouet - À droite vers Chez-Jacquin - Lullin - La Sciaux - Vailly - Le Lyaud - Noyer - Les Bougeries - Rond-point des Fleyssets - Le Genevray - Thonon.

**20 juillet - 8 h 30 - 49 km - D+ 1083 m - [OpenRunner # 18105586](#) « Les trois cols »**

Thonon - Crête - Les Bougeries - Noyer - À gauche D 36 - Les Grands-Champs - Orcier - Jouvernaisinaz - Col du Feu (1120 m) - Le Coteau - Col des Arces (1163 m) - Col du Cou (1117 m) - Maugny - Noyer - Thonon.

**27 juillet - 8 h 30 - 51 km - D+ 770 m - [OpenRunner # 18116301](#) « Saxel »**

Thonon - Margencel - Route forestière - Brécorens - Lully - Fessy - Gros-Perrier - Col de saxel (943 m) - Super-Saxel - La Covaz - Gros-Perrier - Lully – Brécorens - Margencel - Thonon.

**3 août - 8 h 30 - 41 km - D+ 800 m - [OpenRunner # 18119768](#) « Les Moises »**

Thonon - Crête - Les Bougeries - Noyer - Les Braves - Trossy - Orcier - Maugny - Col du Cou (1117 m) - Col des Moises (1121 m) - Noyer - La Versoie - Le genevray - Thonon.

**10 août - 8 h 30 - 47 km - D+ 929 m - [OpenRunner # 18122471](#) « Grand Taillet »**

Thonon - Plan-Fayet - Féternes - Vinzier - Grange-Blanche - Chevenoz - Feu Courbe - Le Fion - Col du Grand Taillet (1041 m) - La Forclaz - Bioge - Thonon.

**17 août - 8 h 30 - 58 km - D+ 880 m - [OpenRunner # 18122544](#) « Les Mouilles »**

Thonon - L'Ermitage - Le Lyaud - Vailly - Lullin - Col de Terramont (1094 m) - Les Mouilles - Col de Jambaz (1027 m) - À droite vers Vallon - À gauche La Chêterie - Route des chiens - Bellevaux - Vailly - Thonon.

**24 août - 8 h 30 - 46 km - D+ 741 m - [OpenRunner # 18123569](#) « Langin »**

Thonon - Margencel - fessy - Gros-Perrier - Marclay - Les Granges - (Tour de Langin) - Descente à Nicole - D 903 - Brens - Marcorens - Ballaison - Les Crapons - Sciez - Thonon.

**31 août - 8 h 30 - 47 km - D+ - 459 m - [OpenRunner # 18123665](#) « Le Biolet »**

Thonon - Coudrée - Sciez - Chavanex - Chezabois-en-Haut - Ballaison - Marcorens - Le Biolet - (Attention GPS faux dans cette zone, voie privée) - Tholomaz - Loisin - Massongy - Sciez - Thonon.

**7 septembre - 9 h 00 - 51 km - D+ 695 m - [OpenRunner # 19901585](#) « Chez Éric »**

Thonon - Amphion - « Gare d'Amphion » - Publier - Champanges - Féternes - Vougron - Mérou - Les Clouz - Chapelle de Champeillant - Chez Divoz - Chez Éric - Chez Portay - Vérossier-Haut - La Foully - D 21 - Poëse - Bois de Cuir - Publier - Vongy - Thonon.

**14 septembre - 9 h 00 - 55 km - D+ 948 m - [OpenRunner # 18132521](#) « Col du Cou »**

Thonon - Crête - Les Bougeries - Noyer - Col du Cou (1117 m) - Direction Habère-Poche – 1eme solution : à gauche Col des Arces (1163 m) ou 2<sup>eme</sup> solution : Habère-Poche - Col de Terramont (1094 m) - Lullin - Vailly - Thonon.

**21 septembre - 9 h 00 - 45 km - D+ 475 m - [OpenRunner # 20326029](#) « Chez-Jacquier »**

Thonon - Collège de Margencel - Moulin Pinget - Jouvernax - L'Apralis - Brécorens - Chez-Jacquier - Chez Viret - D 903 - Fessy - Château d'Avully - Ve-rayon - Ballaison - D 225 - Prailles - Sciez - Thonon.

**28 septembre - 9 h 00 - 51 km - D+ 733 m - [OpenRunner # 18140266](#) « ! »**

Ton nom - Les boucheries - Moulin dans l'fion - L'Aloyau - Les gens bêtes - Choux verts nez si naze - Sors d'ici - Char moisi - Chat trop vieux - Le vil lard - Père igné - Fou gueux - Serre vent - Raie sciée - Fait ci - Lu lit - T'es viré - Brique en rang - Plan bois - Bonne à traire - Coup d'raie - Corps zan - Tenon.

**5 octobre - 9 h 00 - 54 km - D+ 452 m - [OpenRunner # 18157197](#) « Tholomaz »**

Thonon - Morcy - Corzent - Anthy - Coudrée - Excenevex - Yvoire – Chevilly - Sous-Etraz - Massongy - Loisin - Tholomaz - Marcorens - Dans la descente, à gauche vers D 20 - Vérayon - Brenthonne - Avully - Fessy - Lully – Brécorens - Margencel - Thonon.

**12 octobre - 9 h 00 - 49 km - D+ 444 m - [OpenRunner # 18139826](#) « Avugnens »**

Thonon - Vongy - Ripaille - Port de Rive - Montjoux - Corzent - Coudrée – Sciez - Forêt de Planbois - Lully - Fessy - Avugnens - Cervens - Draillant - Orcier - Noyer - Versoie - Le Genevray - Thonon.

**19 octobre - 9 h 00 - 45 km - D+ 313 m - [OpenRunner # 20344470](#) « Marianne »**

Thonon - Vongy - Ripaille - Port de Rive - Montjoux - Corzent - Coudrée – Sciez - Essert - Messery - Chens - Route de la Marianne - Douvaine - Massongy - Sciez - Choisy - Thonon.

**26 octobre - Sortie de clôture - 9 h 00 - 35 km - D+ 419 m - [OpenRunner # 18137675](#)**

Thonon - margencel - Jouvernex - Brécorens - Tunnel sous la D 903 - Cervens - Le Fougueux - Perrignier - Le Villard - Château-Vieux - Chemin des Gouilles - La Pierre du diable (photo) - L'Ermitage - Les Bougeries - Thonon. Aglouaglou...