



N° 19 - A

N° 19 - B

N° 19 - C

/

N° 19R - A

N° 19R - B

N° 19R - C

N° 19 - A

150 KMS

Suresnes L.Loucheur	DEPART	0
Rueil-Malmaison (R.E.R.)		5
Pont du Pecq		11
St-Germain en Laye		13
Poissy		17,5
Chanteloup Les Vignes		23,5
Boisemont		29,5
Meulan		37
Brueil en Vexin		44
Sailly		46
Vétheuil		55,5
Chérence		60
La Roche-Guyon		65,5
Bennecourt		71,5
Bonnières s/ Seine		72,5
St-Illiers la Ville		81
Bréval		85
Longnes		89,5
Septeuil		98,5
Thoiry		108
Andelu		111
Montainville		113,5
La Maladrerie		115,5
Cresprières		120,5
Les Flambertins		123,5
St-Gemme		127
Forêt de Marly-le-Roi		136
Bailly		137,5
Vaucresson		142,5
Garches		146,5
Suresnes L.Loucheur	ARRIVEE	150

Kilométrage IGN RANDO		150,04 km
Dénivellé montée		1584 m
Durée estimée	20 km/h	7h30
	25 km/h	6h00
	30 km/h	5h00

N° 19 - B

100 KMS

Suresnes L.Loucheur	DEPART	0
Rueil-Malmaison (R.E.R.)		5
Pont du Pecq		11
St-Germain en Laye		13
Poissy		17,5
Chanteloup Les Vignes		23,5
Boisemont		29,5
Meulan		37
Brueil en Vexin		44
Gargenville		49
Epone		53
Maule		60
Mareil s/ Mauldre		62
La Maladrerie		65
Cresprières		70
Les Flambertins		73
St-Gemme		76,5
Forêt de Marly-le-Roi		85,5
Bailly		87
Vaucresson		92
Garches		96
Suresnes L.Loucheur	ARRIVEE	99,5

Kilométrage IGN RANDO		99,38 km
Dénivellé montée		941 m
Durée estimée	20 km/h	4h58
	25 km/h	3h58
	30 km/h	3h18

N° 19 - C

65 KMS

Suresnes L.Loucheur	DEPART	0
Rueil-Malmaison (R.E.R.)		5
Pont du Pecq		11
St-Germain en Laye		14
Poissy		18,5
Triel		23,5
Vernouillet		25
Orgeval		32,5
Les Alluets		36,5
Les Flambertins		38,5
St-Gemme		42
Forêt de Marly-le-Roi		51
Bailly		52,5
Vaucresson		57,5
Garches		61,5
Suresnes L.Loucheur	ARRIVEE	65

Kilométrage IGN RANDO		65,28 km
Dénivellé montée		524 m
Durée estimée	20 km/h	3h15
	25 km/h	2h36
	30 km/h	2h10

N° 19R - A

150 KMS

Suresnes L.Loucheur	DEPART	0
Garches		3,5
Vaucresson - D 307		7
Bailly		11,5
Forêt de Marly-le-Roi		13,5
St-Gemme		22
Les Flambertins		26
Crespières		28,5
La Maladrerie		33,5
Montainville		35,5
Andelu		38
Thoiry		41
Septeuil		50,5
Longnes		59,5
Bréval		64
St-Illiers la Ville		68
Bonnières s/ Seine		77
Bennecourt		78
La Roche-Guyon		84
Chérence		89
Vétheuil		93,5
Sailly		103,5
Brueil en Vexin		105
Meulan		112,5
Boisemont		120
Chanteloup Les Vignes		125,5
Poissy		131
St-Germain en Laye		135,5
Pont du Pecq		138,5
Rueil-Malmaison (R.E.R.)		143
Suresnes L.Loucheur	ARRIVEE	148

Kilométrage IGN RANDO		148,25 km
Dénivellé montée		1583 m
Durée estimée	20 km/h	7h24
	25 km/h	5h55
	30 km/h	4h56

N° 19R - B

100 KMS

Suresnes L.Loucheur	DEPART	0
Garches		3,5
Vaucresson - D 307		7
Bailly		11,5
Forêt de Marly-le-Roi		13,5
St-Gemme		22
Les Flambertins		26
Crespières		28,5
La Maladrerie		33,5
Mareil s/ Mauldre		36,5
Maule		38,5
Epone		44,5
Gargenville		49
Brueil en Vexin		55
Meulan		62
Boisemont		69,5
Chanteloup Les Vignes		75
Poissy		80,5
St-Germain en Laye		85
Pont du Pecq		88
Rueil-Malmaison (R.E.R.)		92,5
Suresnes L.Loucheur	ARRIVEE	97,5

Kilométrage IGN RANDO		97,80 km
Dénivellé montée		930 m
Durée estimée	20 km/h	4h53
	25 km/h	3h54
	30 km/h	3h15

N° 19R - C

65 KMS

Suresnes L.Loucheur	DEPART	0
Garches		3,5
Vaucresson - D 307		7
Bailly		11,5
Forêt de Marly-le-Roi		13,5
St-Gemme		22
Les Flambertins		26
Les Alluets		28
Orgeval		32
Vernouillet		38
Triel		40
Poissy		46
St-Germain en Laye		51
Pont du Pecq		54
Rueil-Malmaison (R.E.R.)		58
Suresnes L.Loucheur	ARRIVEE	63

Kilométrage IGN RANDO		63,44 km
Dénivellé montée		511 m
Durée estimée	20 km/h	3h10
	25 km/h	2h32
	30 km/h	2h06