

S	MJ	destination	km	Juin 25	openrunner
semaine23	M 3	st Cado	53	Lanester-la fontaine galeze- st sauveur-Plouhinec-Loquenin-st Cado-Belz-Plouhinec-Merlevenez-kervignac-lanester	19009977
		st Cado	72	Lanester-kervignac-nostang-st symphorien-Landevant-Lapaul-Le Moustoir-Le hammeau du golf-belz-st cado-Plouhinec-kerplevert-beg er lan-locadour-kernours-lanester	19010043
	J 5	Rédéné	53	Lanester-kerdual-queven-gestel-loquion-st sevais-kerkanaounen-redene-le crano-kerdavid bihan-petit kermec-kerdudal-le cap-st michel-guidel-penquelen-kergreenn-queven-kerdual-lanester	19031317
		Le Trevioux	80	Lanester-kerdual-queven-gestel-la madelaine-les 3 pierres-kerdudal-quimperlé-Mellac-le trevoux-Blaye-moelan-clohars-st maurice-guidel-bihoué-queven-lanester	19031106
semaine24	M 10	gavres	52	Lanester-fontaine galeze-riantec-Plouhinec-Gavres-Plouhinec-st sauveur-Brambillec-Kervignac-Kernours-Lanester	19185024
		Gavres	69	Lanester-fontaine galeze-locmiquelic-riantec-Plouhinec-Gavres-Plouhinec-Plouhinec-ste helene-Merlevenez-kervignac-kernours-Lanester	19184954
	J 12	Lanvaudan	52	lanester-Malachappe-montagne salut-poteau rouge-fontaine maria-Lanvaudan-Penquesten-Lochrist-hallage-hennebont-Montagne salut Lanester	19184844
		Inguiniel	74	Lanester-Malachappe-montagne salut-poteau rouge-fontaine maria-Lanvaudan-Inguiniel-Plouay-Calan-Senebret-Caudan- Lanester	19184757
	S14	Radenac 56500	65	Rando Jean Robic 10€ au profit des enfants hospitalisés à Pontivy	12444467
			90		21468852
			120		21453175
	D15	Lanester	14	sport bien être	21515261
semaine25	M 17	Nostang	53	Lanester-kervignac-Penhoet-branderion-st symphorien-legevin-Le gouarde-st Laurent-Locmaria-Merlevenez-Kervignac-Kernours-Lanester	19030868
		L'Istrec	77	Laneste-Kervignac-Nostang-L'Istrec-Landevant-st symphorien - Branderion-Kervignac-Lanester	19030875
	J 19	Guidel	50	Lanester-queven-Guidel-guidel Plages-st mathieu-kervino-Ploemeur-Kerfichan-Lanester	19185297
		Guidel plages	73	Lanester-Hennebont-Caudan-Pont scorff-le cap- Guidel plages-fort bloque-lomener-larmor-lorient-Lanester	19185284
	D22	Le faouet		55km 75 km 105 km 5€	
semaine26	M 24	Landevant	53	Lanester-Kervignac-St Symphorien-Landevant-Pluvignier-bot guegano-Branderion-Kervignac-Lanester	19186559
		Brech	71	Lanester-kervignac-nostang-landaul-brech-pluvignier-landevant-branderrion -kervignac-lanester	19186729
	J 26	Redene	56	Lanester-Queven-Gestel-redene-kerfleury-ste Marguerite-st michel-guidel-queven-lanester	19186523
		Quimperlé	66	Lanester kerdual-guidel-locmaria-quimperlé-redene-arzanno-gestel-kerdual-lanester	20453132
	S 28	Callac 22160	60	Rando MUCO www.plbmuco.org - renseignements au 02.96.45.83.56	20275556
			100		20275785
	D29	Nivillac 56	70 90	6 €	
S28	D13	Cleguerec 56	18 55	5 €	