

S	MJ	destination	Mars 25	km	openrunner
semaine 10	M 4	Clohars	lanester-queven-kegreenn-Penquelen-Guidel-st Maurice- Clohars -quimperlé-les 3 pierres-Gestel-queven-lanester	57	18272196
		Doelan	lanester kerdual quevenGestel le ruhn Brangoulo pont st maurice clohars doelan le pouldu - pont st maurice Guidel Kergrenn queven kerdual lanester	65	18272431
	J 6	Ste Hélène	lanester-kervignac-locmaria-merlevenez- ste hélène -plouhinnec-st sauveur-fontaine galeze-lanester	53	18277851
		Ste Hélène	lanester-kervignac-st symphorien-légevin-nostang- ste hélène -plouhinnec-riantec-locmiquelic-fontaine galeze-lanester	65	18278149
semaine 11	M 11	Lanvaudan	lanester- montagne salut-poteau rouge-inzinzac lochrist-penquesten-fontaine au vin-lomelec lanvaudan inzinzac le temple- la montagne du salut-lanester	54	18432116
		Inguiniel	lanester- montagne salut-poteau rouge-fontaine maria-poulgroix- inguiniel -plouay-calan-l'enfer-caudan-lanester	65	18432135
	J 13	languidic	Lanester, Kervignac, le ganquis,mane turet, kerguen,kerspernen, languidic , kerrentestec, st gilles,penhouet,kernours, lanester	51	18412923
		pluvigner	lanester kervignac-st symphorien-treauray-le crano- malachappe- kerlihuén(pluvigner) -lann vréhan-lann mehnir-st nicolas- kerblehan-st gilles,penhouet,kernours, lanester	67	18277725
semaine 12	M 18	arzano	lanester-kerdual-queven-gestel-les 3 pierres-kerfleury-kerdavid bihan-ty braban- arzano -talascorn-feuteuniou-pont scorff-lanester	54	18412715
		arzano	lanester-kerdual-queven-gestel-les 3 pierres-kerfleury-kerdavid bihan-ty braban-ty nadan- arzano -plouay-kerchopine-croix hello-l'enfer-poteau rouge-montagne salut-lanester	65	18412535
	J 20	landaul	Lanester-kervignac-loconin-locmaria-st symphorien-landevant-locmaria- landaul -branzeho-llegevin-nostang-merlevenez-kervignac-lanester	61	18057849
		Brech	Lanester-kervignac- branderion-st symphorien-landevant-bodalan-locmaria-landaul- lann palvern -lapaul- locoal mendon-langombrach-landevant-le Rest-st symphorien-locmaria-loconin-kervignac-lanester	67	18277642
	D 23	Branderion	Cyclo Brandérion 38ème rando du Roch 5€ cyclo 40,65,85 Marche 10,13,16km VTT 15,25,33,44km	40 65 85	
semaine 13	M 25	languidic	Lanester-malachape-hennebont-st gilles-Pont er Pache-pont neuf-kerdrean-lochrist-hennebont-lanester	48	18278457
		Quistinic	Lanester-kervignac-st antoine-st gilles-languidic-st donatien-pont augan-quistinic-Penquesten-lochrist-hennebont-lanester	70	18278525
	J 27	guidel plage	lanester-kerdual-bon secours-queven-kegreenn-Penquelen- guidel plage -le loch-Trezelzguen-kervinio-le couregant-ploemeur-lorient-lanester	51	18432290
		guidel	lanester hennebont-caudan-kermoisan-pont scorff-lesbin-nocunole-kerleau-st servais-sai-emmaus-le cap-le rouho-coatroual-st michel- guidel-plages -fort bloqué-le couregant-lomener-larmor-lanester	67	18432358