

Etapes	Altitude	Distance	Dénivellé	Durée	Total
<b>Tours</b>	<b>53</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0h00</b>
Rochecorbon	56	7 000	3	90	1h30
Vouvray	52	11 000	-4	75	2h45
<b>Montlouis-sur-Loire</b>	<b>76</b>	<b>14 500</b>	<b>24</b>	<b>75</b>	<b>4h00</b>
Lussault-sur-Loire	73	23 500	-3	150	2h30
<b>Amboise</b>	<b>60</b>	<b>31 000</b>	<b>-13</b>	<b>120</b>	<b>4h30</b>
Souigny-de-Touraine	85	41 000	25	150	2h30
Rilly-sur-Cisse	62	48 000	-23	120	4h30
<b>Chaumont-sur-Loire</b>	<b>92</b>	<b>55 000</b>	<b>30</b>	<b>150</b>	<b>7h00</b>
Chouzy-sur-Cisse	69	67 000	-23	180	3h00
<b>Blois</b>	<b>90</b>	<b>81 000</b>	<b>21</b>	<b>210</b>	<b>6h30</b>
Saint-Claude-de-Diray	84	90 600	-6	140	2h20
<b>Muides-sur-Loire</b>	<b>80</b>	<b>103 300</b>	<b>-4</b>	<b>200</b>	<b>5h40</b>
Saint-Laurent-Nouan	83	112 100	3	135	2h15
<b>Beaugency</b>	<b>90</b>	<b>120 000</b>	<b>7</b>	<b>120</b>	<b>4h15</b>
Meung-sur-Loire	93	128 000	3	120	2h00
Cléry-Saint-André	93	137 000	0	135	4h15
Saint-Hilaire-Saint-Mesmin	97	146 000	4	135	6h30
<b>Orléans</b>	<b>110</b>	<b>154 500</b>	<b>13</b>	<b>135</b>	<b>8h15</b>
Saint-Gabriel	135	172 700	25	225	3h45
<b>La cour Dieu</b>	<b>122</b>	<b>189 500</b>	<b>-13</b>	<b>195</b>	<b>7h00</b>
Etang de la Vallée	121	208 900	-1	240	4h00
<b>D2060</b>	<b>132</b>	<b>215 600</b>	<b>11</b>	<b>75</b>	<b>5h15</b>
Vieilles-Maisons	116	229 900	-16	180	3h00
<b>D961</b>	<b>109</b>	<b>249 800</b>	<b>-7</b>	<b>240</b>	<b>7h00</b>
Etang de Gué-l'Eveque	121	260 200	12	120	2h00
<b>Ouzouer-sur-Loire</b>	<b>133</b>	<b>272 200</b>	<b>12</b>	<b>150</b>	<b>4h30</b>
D952	151	286 800	18	180	3h00
<b>Gien</b>	<b>127</b>	<b>297 100</b>	<b>-24</b>	<b>120</b>	<b>5h00</b>
Saint-Brisson-sur-Loire	152	229 900	25	80	1h20
Briare	131	235 100	-21	60	2h20
<b>Châtillon-sur-Loire</b>	<b>137</b>	<b>240 800</b>	<b>6</b>	<b>70</b>	<b>3h30</b>
Bonny-sur-Loire	139	250 200	2	120	2h00
Neuvy-sur-Loire	136	256 200	-3	75	3h15
La Celle-sur-Loire	147	262 800	9	75	4h30
<b>Cosne-Cours-sur-Loire</b>	<b>149</b>	<b>271 500</b>	<b>2</b>	<b>120</b>	<b>6h30</b>
Les Gaudrys	159	278 600	10	90	1h30
La Roche (Sancerre 4,3 km / 1h00)	166	282 300	7	45	2h15
Tracy-sur-Loire	156	286 100	-10	45	3h00
<b>Pouilly-sur-Loire</b>	<b>160</b>	<b>292 100</b>	<b>4</b>	<b>75</b>	<b>4h15</b>
Charenton	155	294 100	-5	30	0h30
Mesves-sur-Loire	158	297 500	3	30	1h00
Charrant	179	301 500	21	60	2h00
<b>La Charité-sur-Loire</b>	<b>186</b>	<b>307 500</b>	<b>7</b>	<b>75</b>	<b>3h15</b>