

**Du Port-Clos :**

au Guerzido	600 m.
au Goaréva	750 m.
au Bourg	800 m.
à la Chapelle St-Michel ...	1 000 m.
au Pont ar Prat	1 200 m.
à la Croix de Maudez ...	1 500 m.
au Phare du Paon	3 300 m.
Tour de l'île Sud	7 500 m.

Du Pont ar Prat :

à l'Amer du Rosédo	1 100 m.
au phare du Rosédo	1 500 m.
à la Chaise de Renan ...	1 500 m.
au Phare du Paon	2 100 m.
à l'Amer, Chaise, Lenn et Paon par la grève	3 500 m.
Tour de l'île Nord	6 000 m.

