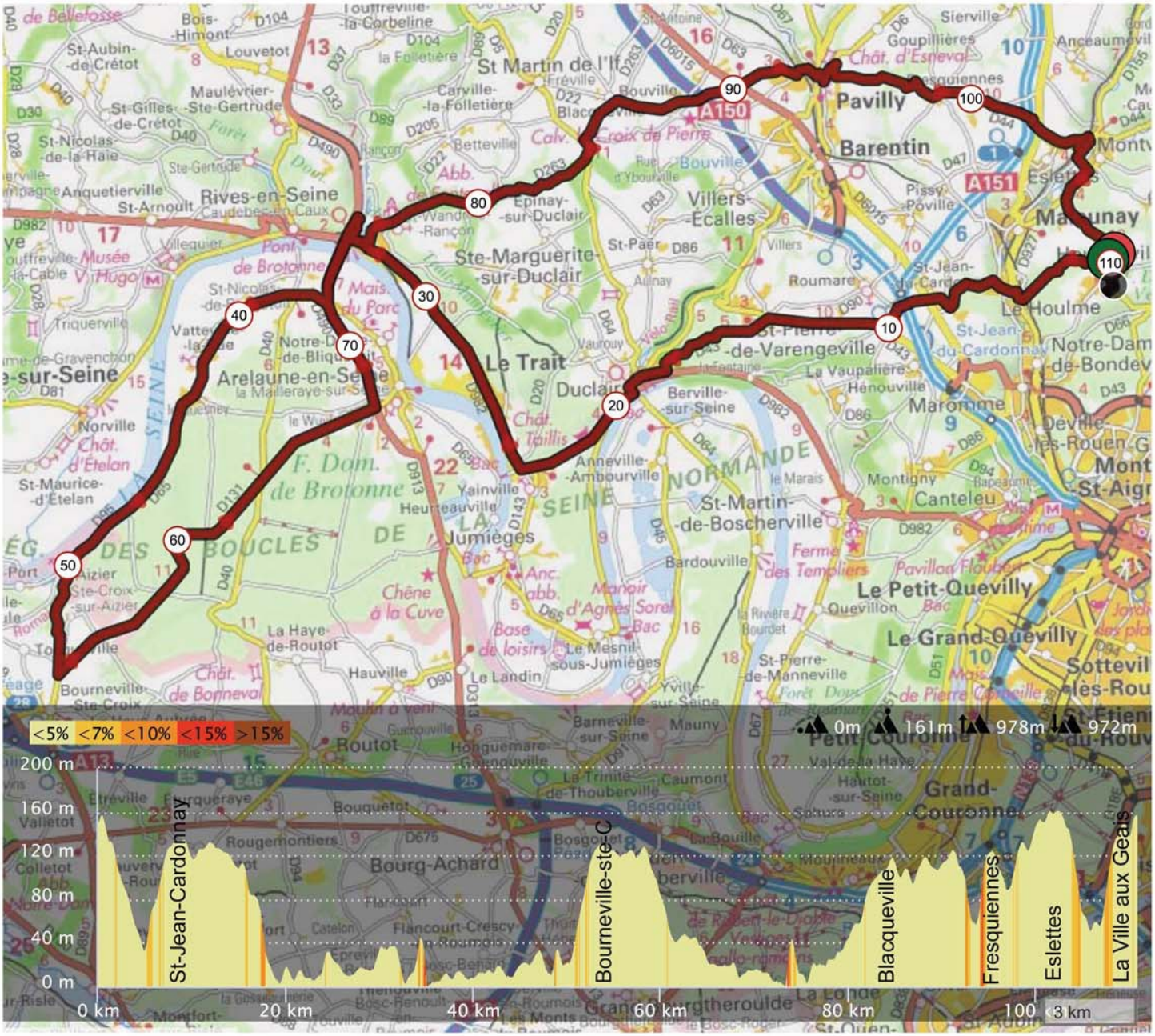
Parcours 11-06 Distance : 111 km Dénivelé : 980 m

Houppeville
Le Houlme
Saint-Jean-du-Cardonnay
Saint-Pierre-de-Varengeville
Duclair
Le Trait
Saint-Wandrille-Rançon
Saint-Nicolas-de-Bliquetuit
Vatteville-la-Rue
Aizier (à gauche D139)
Prox. Bourneville-Sainte-Croix
Gauche D139E puis D131

Saint-Mathurin
Saint-Nicolas-de-Bliquetuit
Saint-Wandrille-Rançon
Blacqueville
Bouville
Pavilly
Fresquiennes
Montville
Houppeville