

Circuit R5a  
Relais Cap France La Bolle - 5 cols - 66,5 km - 1000 mètres

Alt	Lieu	Route	indication	km partiel	km total	N° col
380	La bolle			0		
	Taintrux	D420 - D31	à gauche haut fer du brouaumont	6	6	
537	<b>col de Noirmont</b>	RF		4	10	<b>FR-88-0537</b>
	Vanémont	D31a		4	14	
	La Houssière	D81	à droite chemin de la barcelone	2.5	16.5	
	Thiriville		à droite	2.5	19	
	Yvoux	D60	à gauche	3	22	
684	<b>Col des Arrentes</b>	D31	C1 arrentes centre	6.5	28.5	<b>FR-88-0684</b>
	Les Goutelles		à droite RF de la voinerie et molfaing	2	30.5	
797	<b>Col de Martimpré</b>	D8		8	38.5	<b>FR-88-0797</b>
620	<b>Col du Plafond</b>	D8		7.5	46	<b>FR-88-0620b</b>
	Anould	D8	à gauche D415	5	51	
	Saulcy/meurthe	D415	à gauche D58	4.5	56.5	
450	<b>Col d'Anozel</b>	D58		3.5	59	<b>FR-88-0450</b>
	Taintrux	D58		2	61	
	La bolle			5.5	66.5	

