

### Description sommaire des parcours :

- **Circuit n°1 : NORD**

Le circuit longe de nombreuses rivières dont la Marne, l'Aisne, l'Oise, la Sambre, l'Aa, la Canche, la Somme et 5 canaux dont ceux de l'Ourcq et du Nord

885 km, 9 contrôles, 12 BCN-BPF (dont 4 avec léger détour)

- **Circuit n°2 : MAINE-NORMANDIE**

Que de rivières sur ce parcours : la Mayenne, la Sarthe, l'Eure, la Risle, l'Orne, etc.

900 km, 10 contrôles, 15 BCN-BPF (dont 3 avec détour)

- **Circuit n°3 : LORRAINE-ALSACE**

6 rivières parmi la Meuse, la Moselle, le Doubs..., un petit tronçon du Rhin, 4 portions de canaux composent le parcours.

1154 km, 9 contrôles, 16 BCN-BPF (dont 8 avec détour)

- **Circuit n°4 : BRETAGNE**

L'épine dorsale de la péninsule bretonne oblige chaque source à rejoindre soit la Manche soit l'océan et nous handicape pour le choix d'un itinéraire. 8 vallées et 2 tronçons de canaux sont au programme de ce difficile et magnifique parcours.

528 km, 8 contrôles, 5 BCN-BPF (dont 2 avec détour)

- **Circuit n°5 : BOURGOGNE-MORVAN**

On visitera avec ce circuit une partie de la France paysanne et viticole en suivant le Loing, l'Yonne, l'Armançon mais aussi des morceaux de la Loire, de la Seine et trois canaux du centre du pays.

886 km, 10 contrôles, 14 BCN-BPF (dont 9 avec détour)

- **Circuit n°6 : ATLANTIQUE-POITOU**

Sur ce circuit, les rivières sont très longues en particuliers la Charente, la Vienne, le Cher, la Dordogne et nous les suivront presque entièrement. Un des plus beaux parcours.

1436 km, 15 contrôles, 24 BCN-BPF (dont 13 avec détour)

- **Circuit n°7 : LYONNAIS-FRANCHE CONTE**

Il faudra s'extraire des vallées du Rhône et de l'Ain pour rattraper celle de l'Allier et de la Loire. trois canaux, trois rivières, deux fleuves.

998 km, 7 contrôles, 7 BCN-BPF (dont 3 avec détour)

- **Circuit n°8 : AQUITAINE-PYRENEES**

De longues rivières mais en plus l'abondance des Pyrénées font de ce circuit un des plus dur mais peut être le plus beau. L'Adour, le Gave de Pau, la Garonne, le Tarn, le Lot, la Baïse sont en autres suivis dans ce plus long des parcours.

1470 km, 13 contrôles, 9 BCN-BPF (dont 3 avec détour)

- **Circuit n°9 : ROUSSILLON**

Deux vallées seulement, l'Aude et l'Ariège, séparées à une extrémité par le col du Puymorens et à l'autre par le canal du midi.

458 km, 4 contrôles, 4 BCN-BPF (dont 1 avec détour)

- **Circuit n°10 : LANGUEDOC**

Si la chaleur est au rendez-vous, vous apprécierez les ombrages des chemins de halages des canaux du Rhône à Sète, du bas Rhône-Languedoc et du Rhône. Les vallées des « Gardons » et de l'Hérault

381 km, 5 contrôles, 5 BCN-BPF (dont 1 avec détour)

- **Circuit n°11 : ALPES**

Pour passer de la vallée de l'Arc à celle de la Durance, une seule voie : le col du Galibier. On longera aussi le Rhône, l'Isère, la Valloirette

789 km, 8 contrôles, 2 BCN-BPF.

- **Circuit n°12 : PROVENCE**

Un des plus courts circuits mais quel régal : les gorges du Verdon mais aussi les vallées du Var, de la Tinée, l'Argens... et le col de la Bonnette

456 km, 6 contrôles, 4 BCN-BPF.

Pour terminer, les trois vallées qui suivent des cours d'eau de leur source à leur estuaire ou inversement :

- **Vallée n°13 : SEINE**

De la Bourgogne à la Manche avec un parcours libre pour contourner Paris si les agglomérations et leurs circulations vous font peur

568 km, 10 contrôles, 7 BCN-BPF (dont 3 avec détour)

- **Vallée n°14 : LOIRE**

Notre plus long fleuve des hauts plateaux du massif central à l'Atlantique

995km, 10 contrôles, 15 BCN-BPF (dont 5 avec détour)

- **Vallée n°15 : GARONNE**

Le plus court des parcours, mais là encore quel régal !

380km, 6 contrôles, 3 BCN-BPF.