

INSTALLER UN PARCOURS du site RAC

Sur un compteur GARMIN

A partir d'un Smartphone

Au préalable :

- **L'application Garmin Connect** est installée sur le Smartphone et vous avez un compte connecté ;
- **Sur le Smartphone**, mettre sur ON la connexion **internet** et la connexion **bluetooth** ;
- **Sur le compteur Garmin**, activez la **connexion Téléphone** ;

A partir du Smartphone, sélectionnez un parcours sur le site Internet du RAC. Il s'affiche avec Openrunner Internet et on veut le transférer sur son compteur Garmin.

(Voir fiches n° 1 à 11 à suivre...)



Golf St Jacques, La Croix Madame (Ker lann), Bruz Gare, Pt Réan, La Massaie, Lassy, Baulon, St Thurial, Le Verger, Bréal, Louvain, Pont Réan, Bruz, Pont-Péan, Orgères-St Erblon, Dir. St Armel, La Boisardière, Le Val d'Orson, , Le Hil, Crapa.

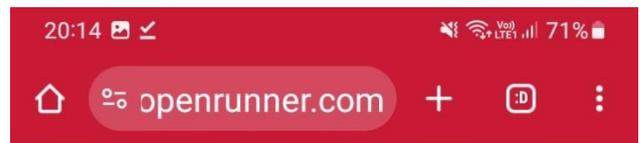
DIMANCHE 24/03/2024 environ 83 Kms [004 - Romillé par Cesson](#)

Crapa, Chantepie, ZI Cesson, Thorigné, Betton, Melesse, La Mézière, Gévezé, Romillé, St Gilles, L'Hermitage, Cintré, Mordelles, Chavagne, Le Golf-St Jacques, St Jacques Gaîté, Crapa.

Facultatif : ... Mordelles, **Bréal sous Montfort**, Chavagne, **Babelouse**, **Golf St Jacques**, **Le Vallon**, Crapa **environ 91 Kms** [004 - Romillé par Cesson 2](#)

DIMANCHE 31/03/2024 (Bâques)

Sur le Smartphone, allez chercher le parcours sur le site Internet du Rac
1-Cliquez sur le lien du parcours sélectionné (exemple le n° 004)



004 - Romillé par Cesson

CYCLISME - ROUTE

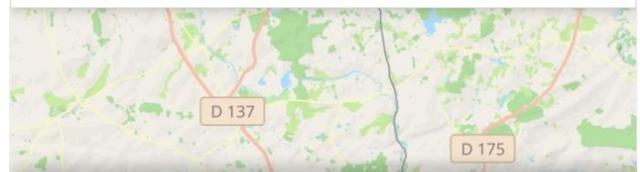
Rennes → Rennes

[club-rac](#) Créé le 09/11/2023

★ 0 avis | 📷 0 photos

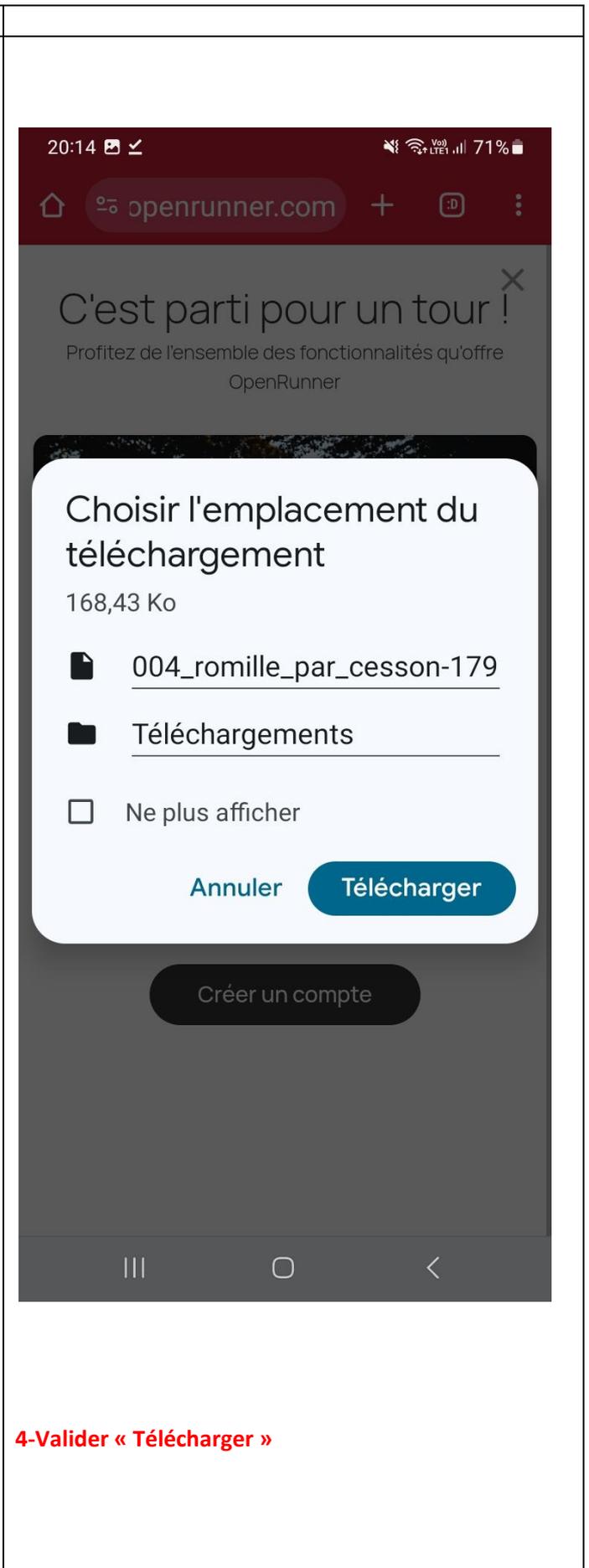
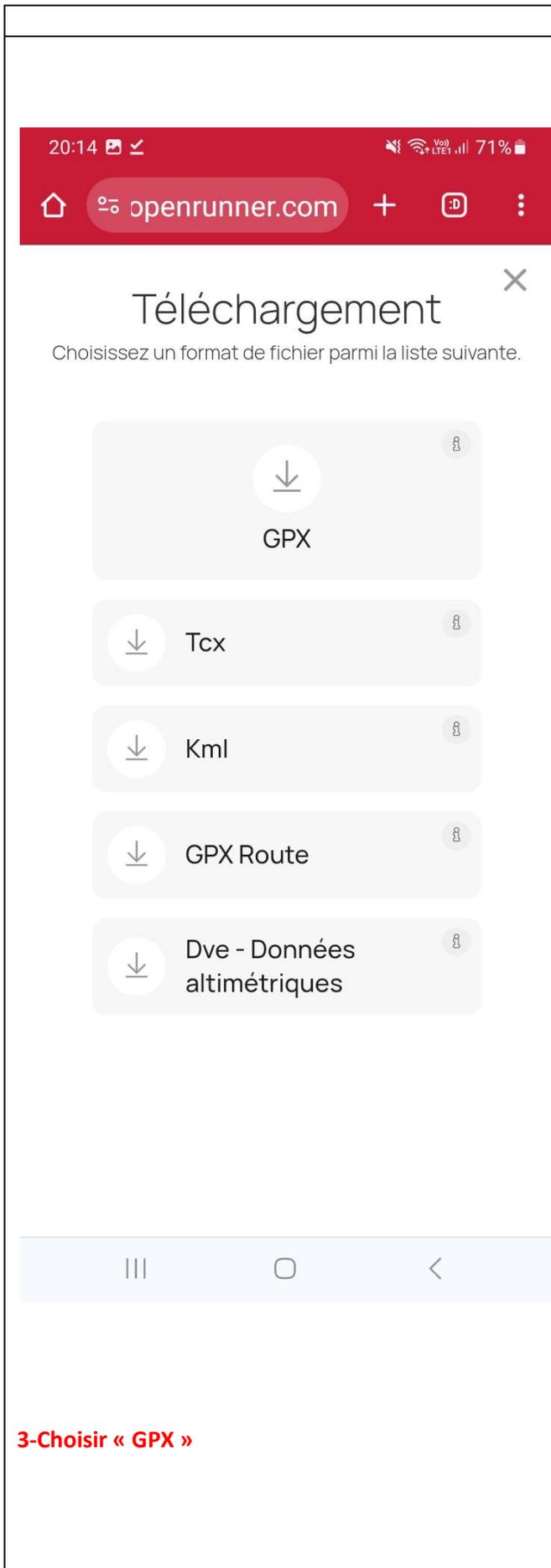
Découvrez ce parcours de vélo de 83,1 km à proximité de Rennes. Ce parcours emprunte 81,1 km de routes. Il présente une ascension cumulée de plus de 610m.

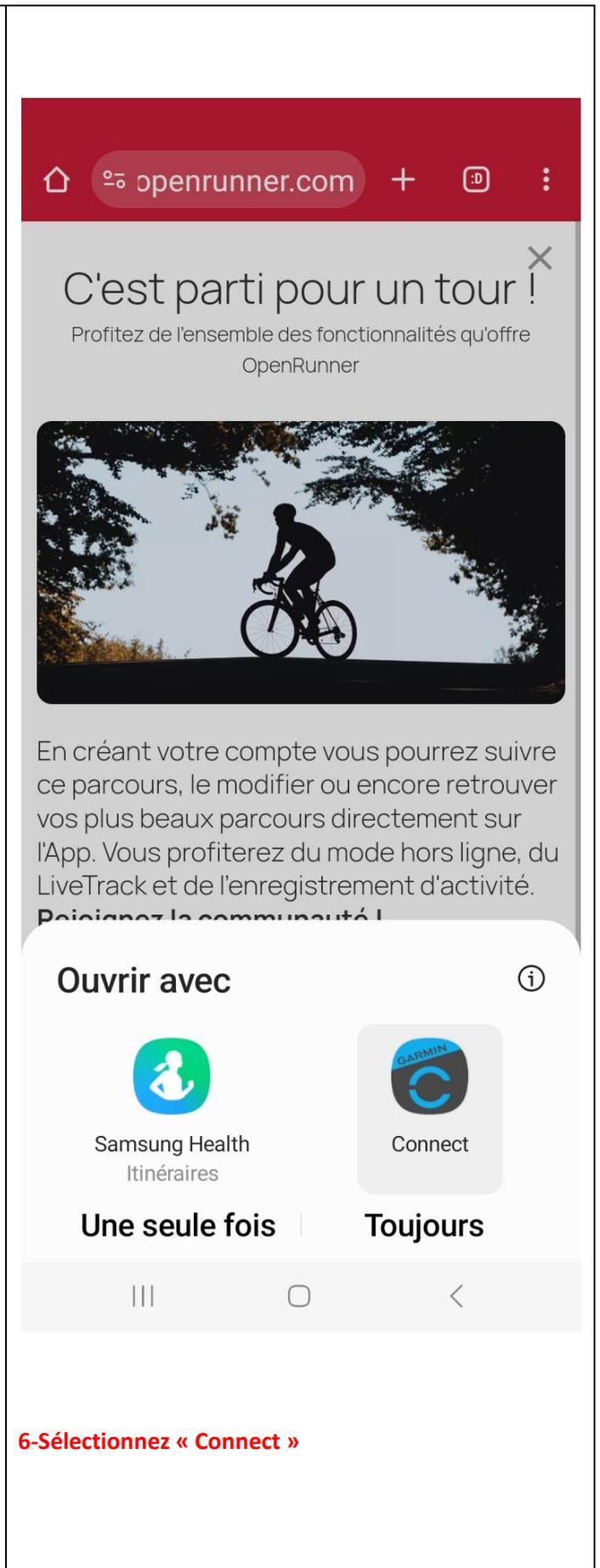
Distance	Dénivelé +	Dénivelé -	Altitude min.	Altitude max.
83.12 km	610 m	608 m	19 m	112 m

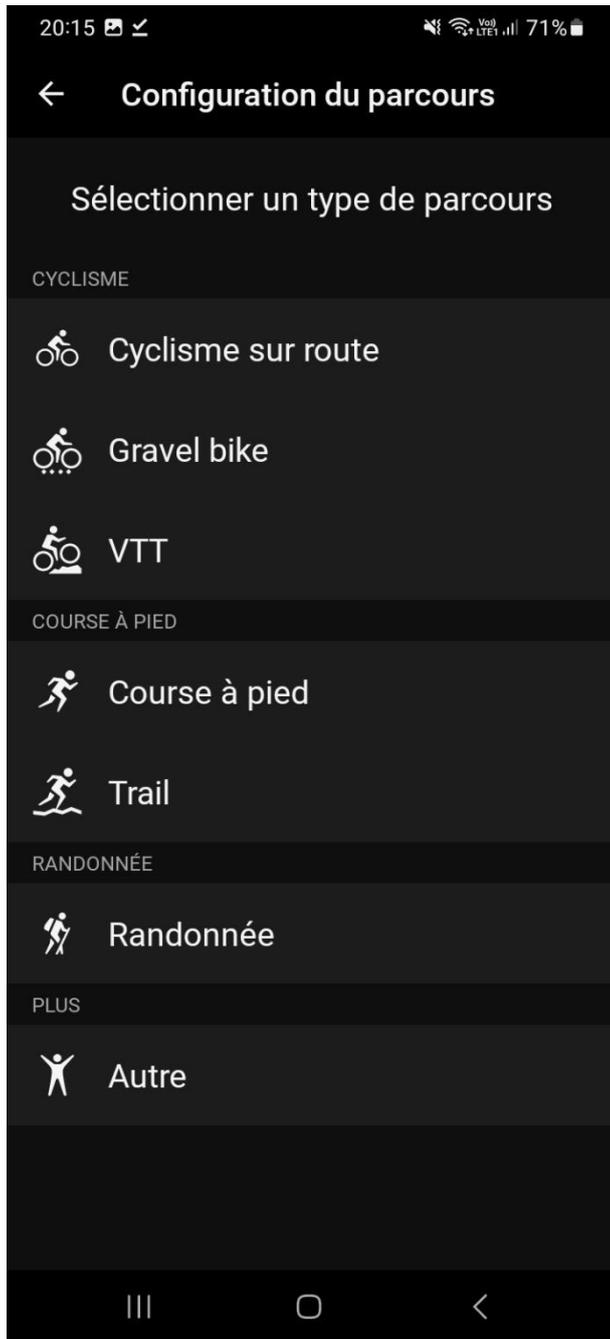


[Télécharger le parcours](#)

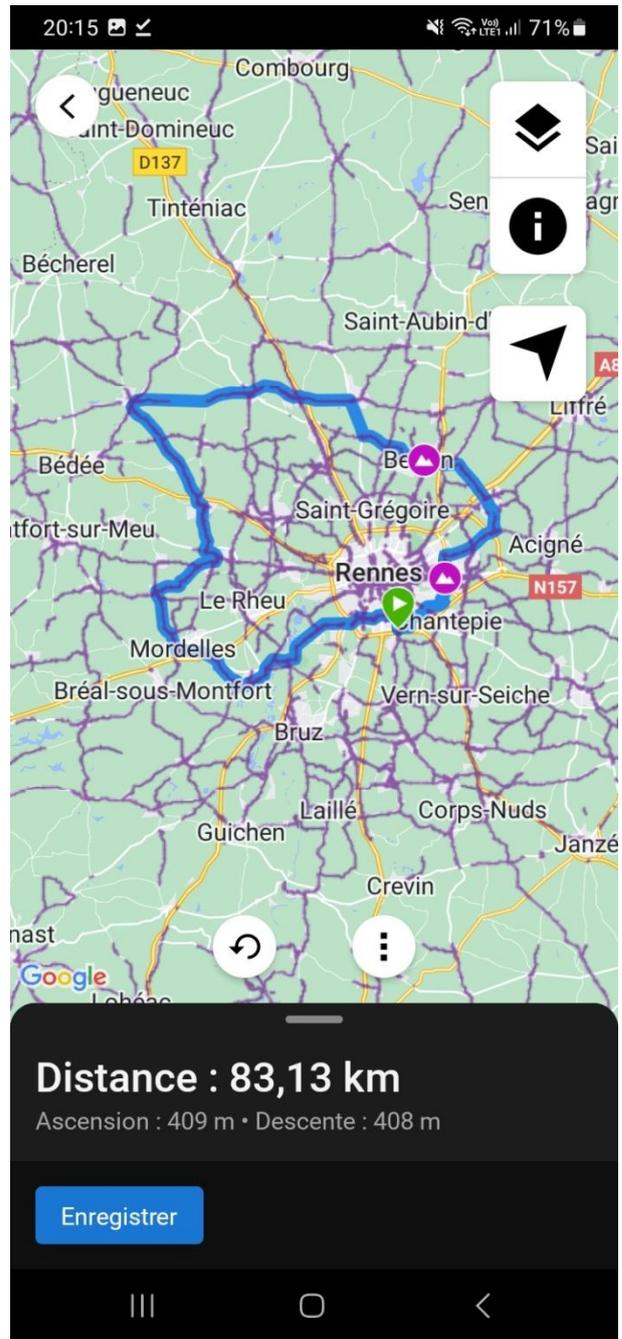
2- Sélectionnez « Télécharger le parcours »



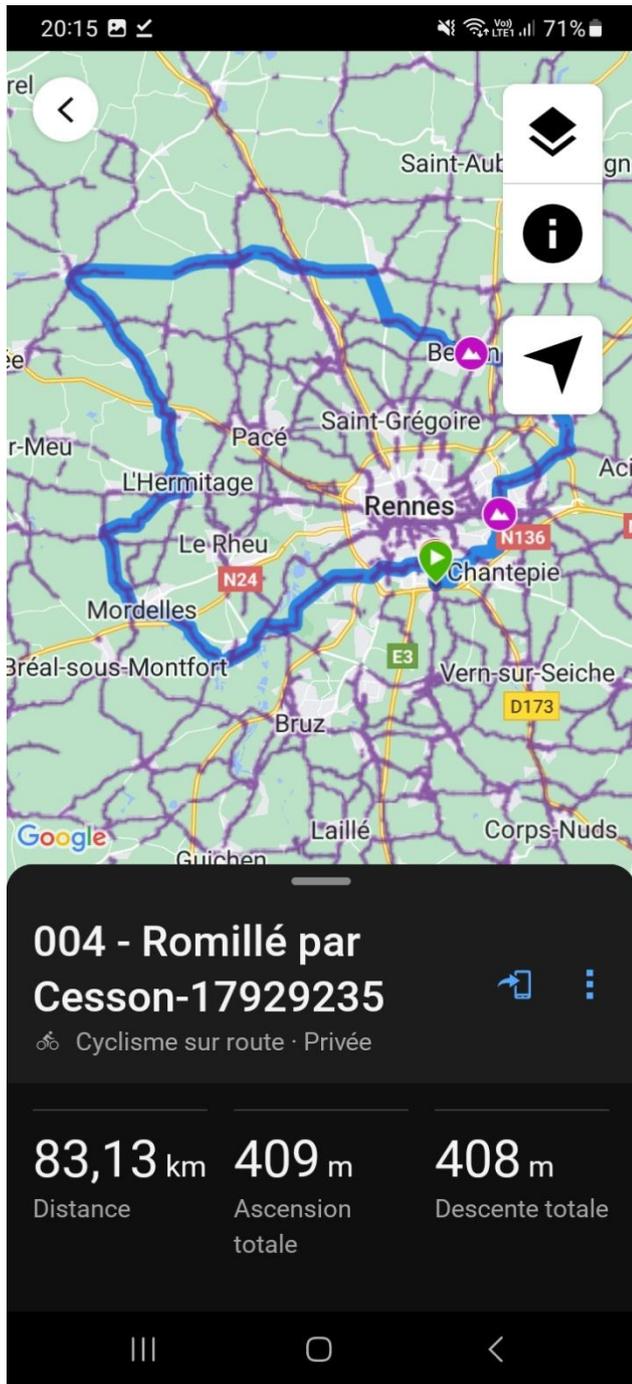




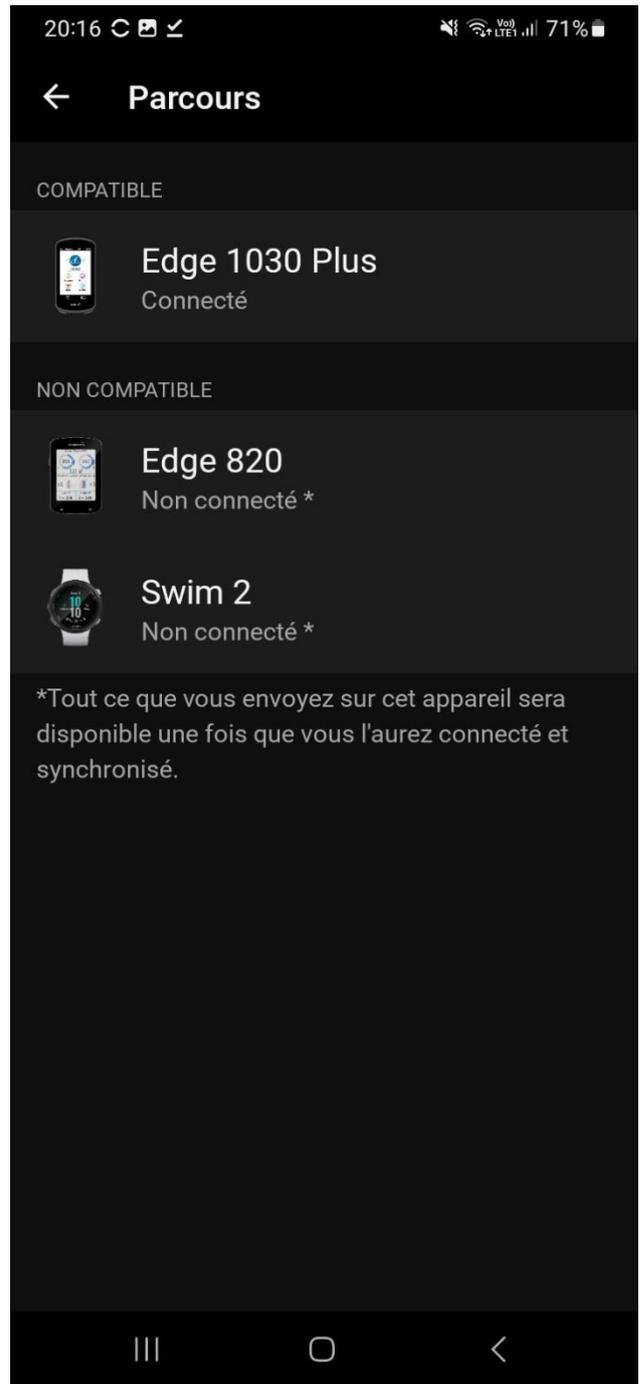
7-Choisir « Cyclisme sur route »



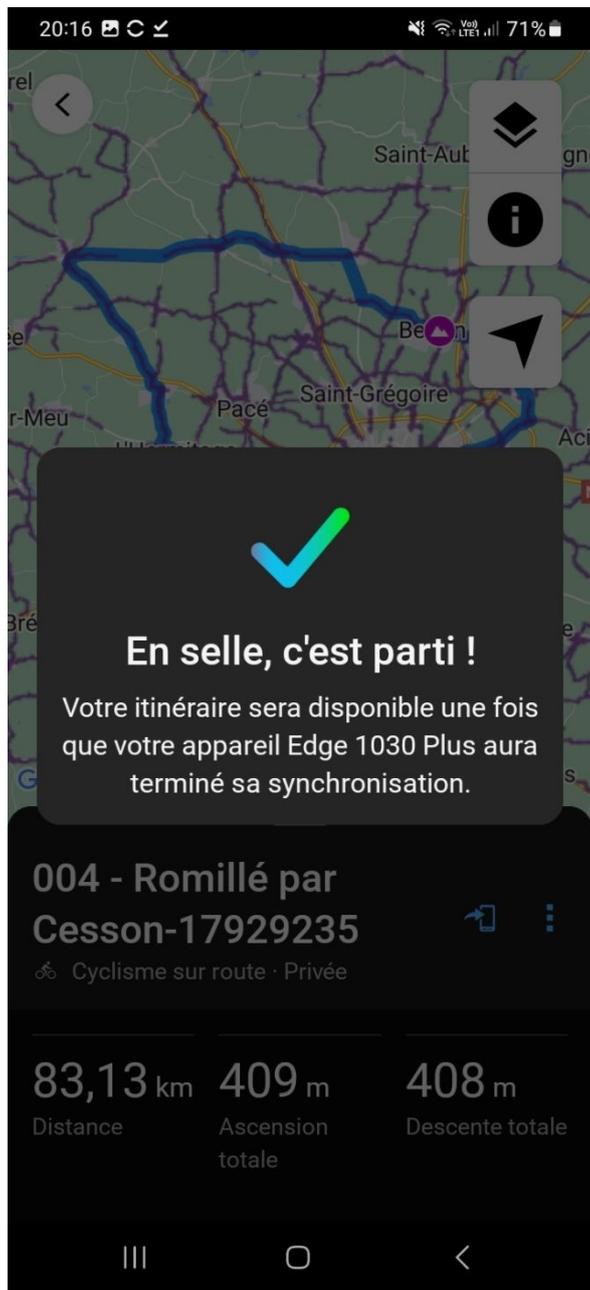
8-Appuyer sur « Terminé ». Le parcours est enregistré dans votre compte Garmin.



9-Pour le transférer sur le compteur Garmin, sélectionnez l'icône bleue en haut à droite de l'écran



10-Choisir le compteur destinataire (il doit être connecté).



11-Le parcours est transféré dans le compteur Garmin.