

- 1 Départ à Dampierre-et-Flée sur la place. Prendre rue du moulin direction le canal. Passer le pont, descendre à gauche jusqu'au canal.
- 2 Continuer sur le halade (1,3 km) jusqu'au pont, à l'entrée du village de Lacey-sur-Vingeanne.
- 3 Franchir le pont, et se rendre au village. Après le pont de la Vingeanne, prendre à droite et remonter la rue du Prieuré.
- 4 Après le château, à droite, chemin de la fontaine (700m) jusqu'à l'écluse et passer le pont.
- 5 Continuer à gauche sur le chemin de halage sur 1,2 km et prendre à droite avant le « Pont de Fer » (ne pas passer en dessous)
- 6 A l'intersection prendre à gauche (direction Fontaine-Française), passer sur le pont, et continuer en longeant « la Torcelle » (400m).
- 7 Passer le petit pont et suivre toujours tout droit sur 700 m jusqu'à l'intersection des boucles 2 et 3.
- 8 Descendre à gauche en direction de Fontenelle et continuer tout droit pour traverser la Torcelle. Entrer dans le village jusqu'au panneau général des circuits.
- 9 Remonter à droite la rue Basse, jusqu'à l'église.
- 10 Prendre à gauche la rue de la Saule, au bout, tourner à droite et continuer tout droit jusqu'à la ferme.
- 11 Prendre le « chemin des champs » sur 1 km environ jusqu'à l'entrée de la forêt.
- 12 Continuer tout droit sur le chemin environ 700 m jusqu'à l'intersection avec une ligne de parcelle forestière.
- 13 Prendre à droite la ligne parcelle sur 300 m pour déboucher sur le chemin blanc qui longe la forêt.
- 14 Tourner à gauche et rester sur le chemin blanc (1,2 km) jusqu'à la Voie Romaine (intersection avec les boucles 3 et 5).
- 15 Prendre à gauche direction Dampierre-et-Flée et suivre toujours tout droit la Voie Romaine sur 1,5 km (intersection boucle 5).
- 16 Poursuivre sur la route sur 150 m, jusqu'au premier chemin empierré à gauche.
- 17 Prendre à gauche direction Dampierre sur 500 m, jusqu'au chemin situé sur la droite.
- 18 Suivre le chemin en traversant la forêt puis toujours tout droit pour arriver à une ferme à l'entrée de Dampierre (1,5 km)
- 19 Passer devant les hangars et descendre jusqu'à la route, continuer à gauche (rue des Durandines) en direction du village pour arriver au point de départ.