



CAHORS CYCLOTOURISME

Siège social: Place Luctérius La Barbacane 46000 CAHORS

Tél : 05 65 22 24 25 (répondeur-fax)

Email: cahors.cyclotourisme@orange.fr

Site Internet: www.cahorscyclotourisme.com

FFCT: 00771- CoDep Du LOT - Ligue Des Pyrénées



SEPTEMBRE 2010

INFORMATIONS

Circuits Route : Les départs se font du parking St-Georges et dans l'ordre 1 - 2 - 3 - parcours plus court.

A partir du mois de **septembre**, retour au **départ à 14h00**.

Circuits VTT : Voir informations ci-dessous.

Brevet Audax : Sur proposition de Jean-Claude MILLOT, le comité directeur a décidé d'organiser le mercredi 29 septembre un brevet de 100 km Audax.

Ce brevet à allure réglementée est principalement destiné à ceux qui n'ont pas encore osé se lancer sur une distance de 100 kilomètres, mais il est bien sûr ouvert à tous.

Nous espérons que vous serez nombreux à y participer.

Randonnées :

19 septembre : Route des vins de Cahors à Prayssac.

26 septembre : 20^{ème} circuit des merveilles à Gramat.

Atelier Mécanique : le Vendredi **03 Septembre 2010** à la Barbacane de 17h00 à 19h30

Réunion du Comité Directeur : le **17 septembre 2010 à 17h30** à la Barbacane

Sécurité : Pour votre sécurité et celle des autres, respectez le code de la route (feux rouges, stop, priorités). Ne roulez pas groupés. Beaucoup trop de cyclos roulent trop près de l'axe médian. Cela gêne les autres usagers et c'est dangereux.

Feuilles du mois d'octobre : Elles seront à votre disposition le **jeudi 30 septembre** à la permanence de **18h00 à 19h00** à La Barbacane. Si vous ne pouvez les retirer, veuillez nous fournir une enveloppe (25x15) timbrée à 0,90€ à vos noms et adresses. Nous vous les expédierons.

Internet : Communiquez votre adresse e-mail à cahors.cyclotourisme@orange.fr, ainsi que sa mise à jour s'il y a lieu, votre information en sera optimisée.

Site club : N'hésitez pas à mettre des commentaires sur tous les articles qui paraissent. C'est par ces échanges, cette interactivité, que vous ferez vivre aussi notre site.

CIRCUITS VTT

SAMEDI 04 SEPTEMBRE 2010 : Pas de sortie

SAMEDI 11 SEPTEMBRE 2010 : Pas de sortie

SAMEDI 18 SEPTEMBRE 2010 : **DEPART à 14h00 Eglise de VERS – Circuit 25 km**

SAMEDI 25 SEPTEMBRE 2010 : Pas de sortie

CIRCUITS ROUTE

Les Départs se font du parking Saint-Georges

MERCREDI 1^{er} : Départ à 14h00 105km

Cahors – La Chartreuse – D8 - Pradines – Douelle – Mercuès – Calamane – St-Denis-Catus – Uzech – Peyrilles – Concorès – Gourdon – à l'entrée à gauche D673 – Pont Carral – Salviac – à gauche D47 – Catus – D23 – Crayssac – Lapoujade – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante : **78km**

Cahors ----- Bonnet – à gauche D25 – D50 – Lavercantière – à droite D6 sur 100m et à gauche D25 – Rampoux – 1,5km après à gauche D47 – Catus ----- Cahors.

SAMEDI 4 : Départ à 14h00 100km

Cahors – La Chartreuse – D8 - Pradines – Douelle – Luzech – Castelfranc – D45 – D660 – Goujounac – Frayssinet le Gélat – D673 – Montcabrier – à gauche D58 – D68 – Puy-L'Evêque – Grézels – Lagardelle – Anglars – à droite D45 sur 4km et à gauche D67 – Sauzet – 1km avant Villesèque à gauche D12 – D27 – Trespoux – Roquebillière – Cahors.

Variante : **80km**

Cahors ----- Goujounac – à gauche VC – Pomarède – à gauche D67 – Prayssac – D67 – Anglars ----- Cahors.

LUNDI 6 : Départ à 14h00 100km

Cahors – Le Bartassec – D820 – roc de l'Agasse – route de Montcuq – Labastide-Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – St-Laurent-Lolmie – Bas de Lauzerte – D953 vers Valence – St-Pierre-de-Nazac – à gauche D957 vers Moissac sur 2km et à gauche D57 (vallée de la Barguelonne) – St-Hilaire-de-Durfort – D57 – Près de Cazes-Mondenard – 500m avant Cazillac D31 – D16 – St-Aureil – Castelnau – D19 – D820 à gauche – Ventaillac – D47 – Le Montat – Cahors.

Variante : 82km

Cahors ----- Bas de Lauzerte – D34 – D31 – Cazillac – à droite D31 – D16 – St-Aureil ----- Cahors.

MERCREDI 8 : Départ à 14h00 100km

Cahors – route de Lalbenque – La Marchande - Hautesperre – avant le château à droite VC – Pouzergues – à gauche D149 – Le Cayran – à droite D149 – St-Cevet – Fontanes – D47 – Montdoumerc – Belfort-du-Quercy – D47 – Lapenche – à droite D103 – Caussade – D964 vers Montricoux sur 6km et à gauche D95 – St-Cirq – D76 – Septfonds – en face D9 – Cayrieuch – Puylaroque – Belmont-Ste-Foi – 2km après à gauche – D6 – Lalbenque – D6 – D49 (vallée du Tréboulou) – Arcambal – Cahors.

Variante : 80km

Cahors ----- Lapenche – à gauche D103 – à la D17 en face VC – Cayrieuch ----- Cahors.

SAMEDI 11 : Départ à 14h00 83km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue Des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 - Arcambal – Concots – à droite VC – Bach – Varaire – Limogne – à gauche D40 – Lugagnac – Près de Crégols – St-Cirq-Lapopie – Les Vitarelles – à gauche D8 – Peyrefite – à la D911 à droite – Arcambal – Cahors.

LUNDI 13 : Départ à 14h00 82km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd– D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – Vers – St-Géry – Conduché – Cabrerets – Liauzu – à gauche D40 – Blars – à gauche VC – à la D653 à gauche – Guillot – Vers – Laroque-des-Arcs– Cahors.

MERCREDI 15 : Départ à 14h00 83km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot – St-Martin-de-Vers – St-Sauveur-la-Vallée – Labastide-Murat – à gauche D677 – à la D820 à droite sur 100m et à gauche D5 sur 5,5km et à gauche D23 – Gigouzac – en face VC – Brouelles – D47 – Calamane – Espère – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

SAMEDI 18 : Départ à 14h00 81km

Cahors – La Chartreuse – D8 - Pradines – Douelle – Mercuès – Calamane – St-Denis-Catus – Catus – Montgesty – Maussac – à gauche D150 – Les Arques - à la D45 à gauche – Castelfranc – Albas – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

LUNDI 20 : Départ à 14h00 78km

Cahors – La Chartreuse – D8 Pradines – Douelle – Parnac – à gauche D230 – La Bouysse – Cournou – D12 – D656 – Sauzet – vers St-Matré sur 4km et à gauche D45 vers St-Daunès sur 1km puis à droite D23 – Belmontet – à gauche D4 – Montcuq – D4 – Escayrac – Les Vignals – 500m après à droite D54 – Cézac – Lhospitalet – Cahors.

MERCREDI 22 : Départ à 14h00 80km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les sept Ponts – D659 - Lhospitalet – Castelnau – D659 vers Molières sur 10km et à gauche D83 jusqu'à la D820 – à gauche sur 300m et à droite D149 – Fontanes – Lalbenque – Hautesperre – Cahors.

SAMEDI 25 : Départ à 14h00 80km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue Des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 - Arcambal – 1km après à droite VC – Aujols – VC – Cremps – Escamps – Bach – Jamblusse – à gauche D53 – Saillac – à gauche D52 – Varaire – vers Bach sur 300m et à droite D52 – D911 – Concots – Arcambal – Cahors.

LUNDI 27 : Départ à 14h00 85km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue Des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 - Arcambal – Galessie – Les Mazuts – Les

Vitarelles – St-Cirq-Lapopie – Tour de Faure – St-Martin-Labouval – à gauche D24 – Nougayrac – Sauliac-sur-Célé – Liauzu – Cabrerets – Conduché – St-Géry – Vers – Laroque-des-Arcs – Cahors.

MERCREDI 29 : Départ à 14h00

Brevet Audax de 100km : Responsable de l'organisation **Jean-Claude Millot** – Départ à **13h30** du parking St-Georges.

Cahors – Vers – D653 – St-Martin-de-Vers – D13 – Sabadel-Lauzès – D13 – vallée de la Sagne – Cabrerets – D41 – Conduché – D662 – Tour-de-Faure – St-Martin-Labouval – D8 – D24 – Cènevrières – D24 – Limogne – D911 – Concots – Arcambal – Cahors.

Circuit habituel : Départ à 14h00 **82km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot – St-Martin-de-Vers – St-Sauveur-la-Vallée – Labastide-Murat – D677 – Murat – à la N 20 à droite sur 200m et à gauche D5 – Uzech – St-Denis-Catus – Calamane – Mercuès – Douelle – Pradines – Cahors.

JEUDI 30 : Permanence à La Barbacane de 18h00 à 19h00