

JOURNEE SOUVENIR JEAN-CLAUDE BERNARD
VENREDI 1^{ER} MAI 2009

CONTACT : Daniel ARNAUDET – 269, route du collège – 46000 CAHORS
Téléphone : 05.65.35.42.25
E-mail : cahors.cyclotourisme@orange.fr

Après quelques années d'interruption, le club cyclotouriste de Cahors est heureux de vous accueillir à la journée souvenir Jean-Claude Bernard dont **le départ et l'arrivée se feront depuis le hall du Palais des Sports – Place Bessières à Cahors (46)**.

Pour cette journée nous avons prévu trois circuits route de 98, 73 et 50km le matin où vous pourrez faire **halte à St-Géry pour le casse-croûte**. Ils vous emmèneront des bords du Lot avec notamment les falaises de Bouziès et le site merveilleux de St-Cirq-Lapopie, au causse de Limogne et du pays de Lalbenque où vous apercevrez gariottes et murs de pierres sèches, et un circuit route l'après-midi de 40km. Si vous le désirez vous pourrez rentrer directement à Cahors.

A partir de 12h00 **au Mont St-Cyr le repas de midi sera tiré du sac ou à l'initiative de chacun**. Sur le site vous trouverez une aire ombragée et une aire couverte avec les commodités. Vous trouverez sur place le restaurant du Mont St-Cyr (ouvert le 1^{er} mai) où vous pouvez réserver directement au 05.65.36.83.51.

Depuis le Mont St-Cyr magnifique point de vue sur la ville de Cahors enserrée dans la boucle du Lot.

PROGRAMME	REGLEMENT
07h00 à 09h30 : Inscriptions et départ du hall du Palais des Sports – café, gâteaux A partir de 12h00 : Pique-nique au Mont St-Cyr A partir de 17h00 : Boisson au retour à La Barbacane	Article 1 : Cette randonnée est ouverte à tous cyclotouristes affiliés ou non à la F.F.C.T. Article 2 : Les participants mineurs devront être munis d'une autorisation parentale ou se trouver sous couvert de leur club. Article 3 : Les participants sont tenus de respecter le code de la route et les observations qui pourraient être faites par les organisateurs. Article 4 : Le fait de participer à la randonnée implique l'acceptation du présent règlement. Contact sur le parcours : 06.87.94.85.01
PRESTATIONS	
Inscriptions FFCT : gratuit Inscriptions non FFCT : 5,00€ Casse-croûte : 2,00€	
RENSEIGNEMENTS	
S.O.S. : 112 Gendarmerie : 17 SAMU : 15	

CIRCUITS

MATIN :

Circuit A (98km)

Cahors (Palais des Sports) - Côte des Evêques - D653 - Laroque des Arcs - D653 - Vers - D662 - St-Géry (**casse-croûte**) - D662 - Bouziès-Bas - traverser pont de Bouziès - D40 - carrefour D40/D8 - D8 - St-Cirq-Lapopie - avant le pont à droite D8 - Crégols - D8 - Cénevières - dans le village à droite VC - Mas de Bassoul - Benech - Limogne-en-Quercy - D24 - D53 - Beauregard - D53 - Saillac - Jamblusse - à droite D22 - Bach - D22 - Escamps - D22 - D26 - D22 - Laburgade - au carrefour à gauche D10 vers Lalbenque - 500m après à droite VC - au bas de la descente à droite D6 - passage sous autoroute A20 - D6 - Hautesserre - D6 - La Marchande - à droite route de St-Cirice - VC - **Le Mont St-Cyr (pique-nique)**.

Circuit B (73km)

Cahors (Palais des Sports) - Côte des Evêques - D653 - Laroque des Arcs - D653 - Vers - D662 - St-Géry (**casse-croûte**) - D662 - Bouziès-Bas - traverser pont de Bouziès - D40 - carrefour D40/D8 - D8 - St-Cirq-Lapopie - avant le pont à droite D8 - Crégols - au carrefour D8/D26 à droite D26 - Concots - En face D26 - Cremps - D26 - D22 - Laburgade - au carrefour à gauche D10 vers Lalbenque - 500m après à droite VC - au bas de la descente à droite D6 - passage sous autoroute A20 - D6 - Hautesserre - D6 - La Marchande - à droite route de St-Cirice - VC - **Le Mont St-Cyr (pique-nique)**.

Circuit C (50km)

Cahors (La Barbacane) - D653 - Laroque des Arcs - Vers - D662 - St-Géry (**casse-croûte**) - 1km après à droite - Pont de St-Géry - D10 - carrefour D10/D8 - en face D10 - carrefour D10/D911 - en face D10 - Aujols - Laburgade - au carrefour en face D10 vers Lalbenque - 500m après à droite VC - au bas de la descente à droite D6 - passage sous autoroute A20 - D6 - Hautesserre - D6 - La Marchande - à droite route de St-Cirice - VC - **Le Mont St-Cyr (pique-nique)**

APRES-MIDI :

Circuit 1 – (40km)

Le Mont St-Cyr - VC - St-Cirice - VC - La Marchande - D6 - Hautesserre - à droite VC - Pouzergues - à gauche D149 - Le Cayran - carrefour D149/D49 - à droite D149 - contournement aérodrome - Saint-Cevet - à droite VC - Ventaillac - au carrefour VC/D820 en face D47 - Le Montat - D47 - rond-point D47/D820 - à gauche D820 - **Cahors (Palais des Sports)**