



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



JUILLET et AOUT 2012

INFORMATIONS

Circuits Route: Les départs se font du parking St-Georges et dans l'ordre 1 - 2 - 3.
Attention !!! pour ces 2 mois, les départs sont à 8 H.

SAMEDI 7 Juillet à 11h30 au Mont St Cyr:

Avant de clore définitivement l'aventure de PEQ2012 et de débiter dans de bonnes conditions celle des vacances d'été, le Comité d'Organisation a souhaité inviter tous les bénévoles de PEQ à une «Grillades-Party».

Tous les licenciés de Cahors CycloTourisme sont également invités.

La participation est gratuite mais, afin de pouvoir nous compter et d'éviter les gâchis, **l'inscription est obligatoire** (par téléphone ou par mail).

Nous laissons aux participant(e)s la faculté de nous montrer leurs talents pour les desserts. **Là encore, merci de prévenir.**

DIMANCHE 8 Juillet: Randonnée du Vignon à STRENQUELS

DIMANCHE 22 Juillet: Randonnée de LUZECH

Feuilles du mois de Septembre Elles seront à votre disposition **le jeudi 30 Août**, jour de la Permanence de **18h à 19h à La Barbacane.**

Si vous ne pouvez les retirer, veuillez nous fournir une enveloppe (25x15) timbrée à 0,90€ à votre nom et adresse. Nous vous les expédierons.

Sécurité : Pour votre sécurité et celle des autres, respectez le code de la route (feux rouges, stops, 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.

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.

Circuits JUILLET et AOUT 2012

Attention pour ces 2 mois les départs sont à 8 heures .

Circuits Juillet

Les départs du parking Saint-Georges

LUNDI 2 :

Départ à 8 h 00

101 km

Cahors – Pradines – Douelle – La Grézette – Espère – Calalmane – à l'entrée du village à gauche D 144 – D 6 – Catus – D 13 vers Montgesty sur 1 km et à gauche D 172 – Lherm – à droite D 37 sur 2,5 km puis à gauche D 46 - à la D 45 à droite – Cazals – D 673 – Montcléra – Frayssinet le Gélat – Vers Fumel sur 300 m et à gauche D 44 – Pomarède – D 44 vers Puy L'Evêque sur 5 km et à gauche V.C – Le Théron – Prayssac – D 67 – Traverser le Lot – Anglars – Albas – à droite D 37- Sauzet – 1 km avant Villesèque à gauche D 12 – D 27 – Trespoux – à droite V.C – La Coronelle – Cahors .

Variante : 80 km

Cahors ----- Lherm – à gauche D 172 – à la D 45 à gauche sur 1 km puis à droite D 660 vers Goujounac sur 1 et à gauche D 172 – Niaudon – Prayssac ----- Cahors.

MERCREDI 4 :

Départ à 8 h 00

102 km

Cahors – Labastide Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – St Laurent Lohmie – Bas de Lauzerte – Vers Valence sur 2 km et à gauche D 2 – Durfort Lacapelette – 5,5 km après à gauche D 56 (Vallée du Lembous) jusqu'à la D 16 et à droite – St Aureil – Castelnau – D 659 vers Cahors sur 3 km et à gauche D 64 – Boisse – à droite D 55 – D 659 – Lhospitalet – Cahors .

Variante : 83 km

Cahors ----- Bas de Lauzerte – Vers Valence sur 1 km et à gauche D 34 – D 31 – Cazillac – à droite D 31 – D 16 – St Aureil ----- Cahors.

SAMEDI 7 :

Départ à 8 h 00

102 km

Cahors – Le Montat – 4 km après à droite V.C – Le Baylou – Terry – St Barthélémy – St Paul de Loubressac – en haut du village à droite D 49 – La Cabrette – Molières – D 959 vers Montauban sur 8 km – 1 km avant L'Honor de Cos à gauche D 40 – Mirabel – à gauche D 69 – Montpezat – D 20 – D 105 – Montpezat Gare – D 10 – Montdoumerc – D 10 vers Lalbenque sur 4 km et à gauche D 62 – Gare de Lalbenque – à la D 19 à gauche sur 200 m et à droite D 49 vers Cieurac – 1 km avant à gauche V.C – Le Cayran – D 149 – Pouzergues – Hautserre – Cahors .

Variante : 80 km

Cahors ----- 1,5 km avant Molières à gauche D 20 – Espanel – à droite D 22 – Auty – à gauche V.C – Montpezat ----- Cahors.

DIMANCHE 8 : Randonnée du Vignon à STRENQUELS

LUNDI 9 : Départ à 8 h 00 103 km

Cahors – Arcambal – 8 km après à droite V.C – Les Fournets – Cremps – Escamps – Bach – Jamblusse – à gauche D 53 vers Saillac sur 2,5 km et à droite D 33b – Saillagol – Bas de St Projet – D 19 – Loze – Lacapelle Livron – à gauche V.C et à gauche D 97 – Puylagarde – D 97 - D 24 – Vidaillac – Limogne – Concots – Arcambal – Cahors .

Variante : 85 km

Cahors ----- Jamblusse – à gauche D 53 – Saillac – Beauregard – D 53 vers Promilhanes sur 2 km et à gauche D 24 – Limogne ----- Cahors.

MERCREDI 11 : Départ à 8 h 00 105 km

Cahors – Laroque des Arcs – Vers – St Géry – Conduché – Cabrerets – D 13 sur 1 km et à droite D 42 – Orniac – D 42 – Sénailiac – à gauche D 17 – Soulomès – D 10 vers Montfaucon sur 1,5 km et à gauche D 17 – Vaillac – 500 m avant la D 2 à gauche V.C – Beaumat – La Croix Blanche – à la D 677 à gauche – Labastide Murat – St Sauveur la Vallée – St Martin de Vers – Guillot – Vers – Laroque – Cahors .

Variante : 85 km

Cahors ----- Soulomès – à la sortie à gauche V.C – St Sauveur la Vallée ----- Cahors.

SAMEDI 14 : Départ à 8 h 00 101 km

Cahors – Pradines Douelle – La Grézette – Lapoujade – Crayssac – en haut du village à droite D 9 – à la D 811 à droite sur 300 m et à gauche D 6 – Catus – St Médard – Rostassac – D 660 – Goujounac – Frayssinet le Gélat – D 660 vers Villefranche sur 3,5 km et à gauche D 46 vers Loubéjac sur 3,5 km puis à gauche D 28 – La Jasse – La Thèze – à la D673 à gauche – 300 m avant Frayssinet à droite D 44 – Pomarède – D 67 – Prayssac – Castelfranc – Camy – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors .

Variante : 85 km

Cahors ----- Frayssinet le Gélat – D 44 – Pomarède ----- Cahors.

LUNDI 16 : Départ à 8 h 00 103 km

Cahors – Labastide Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – St Laurent Lohmie – Bas de Lauzerte – D 2 – Montaigu – à droite D 41 – Couloussac – à droite D 55 – Moulin Bessou – D 55 – Lastours – Montcuq – St Daunès – St Pantaléon – à gauche D 12 – Cournou – Douelle – Pradines – Cahors .

Variante : 81 km

Cahors ----- Bas de Lauzerte – D 953 – Montcuq ----- Cahors.

MERCREDI 18 : Départ à 8 h 00 104 km

Cahors – Le Montat – 4 km après à droite V.C – Le Baylou – Terry – à la D 19 à droite vers Castenau sur 7 km et à gauche D 214 – Flaugnac – à la D 26 à droite – Bas de Castelnau – D 26 – D 68 – Vazerac – D 68 jusqu'à la D 2 et à droite – Durfort Lacapelette – à droite D 16 vers Castelnau – Au carrefour D 16 – D 31 – D 29 prendre en face la D 29 – Saux – 500 m après à droite D 57 – D 104 – à la D 659 à gauche – Lhospitalet – Cahors .

Variante : 85 km

Cahors ----- Vazerac – à droite D 34 vers Cazes Mondenard sur 7 km et à droite D 16 – au carrefour D 16 – D 31 – D 29 prendre en face D 29 – Saux ----- Cahors.

SAMEDI 21 : Départ à 8 h 00 103 km

Cahors – Le Montat – Ventaillac – St Cevet – Fontanes – Montdoumerc – Belfort – D 47 – Lapenche – à droite D 103 – Caussade – à la sortie à droite (direction St Vincent) sur 500 m et à gauche D 90 sur 6 km – 1 km avant St Nazaire à droite D 40 – Mirabel – D 66 – St Amans – Molières – D 20 – Espanel – Montpezat – à gauche D 38 vers Castelnau sur 3,5 km et à droite D 66 – Stade de St Paul de Loubressac – N 20 – Ventaillac – D 47 – Le Montat – Cahors .

Variante : 83 km

Cahors ----- Caussade – D 22 – Auty – D 22 vers Espanel sur 3 km et à droite D 69 – Montpezat ----- Cahors.

DIMANCHE 22: Randonnée de LUZECH**LUNDI 23 : Départ à 8 h 00 100 km**

Cahors – Arcambal – 4 km après à gauche D 49 – Les Mazuts – Vers Les Vitarelles sur 1 km et à gauche V.C – Pasturat – Pont de St Géry – Conduché – Tour de Faure – St Martin Labouval – Larnagol – Calvignac – Monter dans le village et prendre la D 143 – Limogne – Varaire – Bach – Vaylats – Lalbenque – Laburgade – D 22 vers Cahors sur 2 km et à droite D 49 (Tréboulou) - Arcambal – Cahors .

Variante : 83 km

Cahors ----- Arcambal – Concots – Limogne ----- Cahors.

MERCREDI 25 : Départ à 8 h 00 101 km

Cahors – Laroque – Vers – Guillot – Vers Figeac sur 3 km et à gauche D 10 – Lauzès – St Cernin – Soulomès – Labastide Murat – D 10 – Montfaucon – D 2 – Pont de Rhodes – Frayssinet le Gourdonnais – à gauche D 22 – La Croix Blanche – à droite D 22 – à la D 677 à droite – Murat – à gauche V.C – Vers Lamothe Cassel sur 500 m et à gauche V.C – St Sauveur la Vallée – St Martin de Vers – Guillot – 2 km après à droite D 166 – Cours – Francoulès – à gauche D 22 – Valroufié – Laroque – Cahors .

Variante : 81 km

Cahors ----- Labastide Murat – D 677 – Murat ----- Cahors.

SAMEDI 28 : Départ à 8 h 00 103 km

Cahors – Labastide Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – St Laurent Lolmie – Bas de Lauzerte – D 2 – Montaigu – à droite D 41 – Couloussac – à droite D 55 – Moulin Bessou – D 55 – Lastours – Montcuq – St Daunès – St Pantaléon – à gauche D 12 – Cournou – Douelle – Pradines – Cahors .

Variante : 81 km

Cahors ----- Bas de Lauzerte – D 953 – Montcuq ----- Cahors.

LUNDI 30 : Départ à 8 h 00 104km

Cahors – Le Montat – 4 km après à droite V.C – Le Baylou – Terry – à la D 19 à droite vers Castelnau sur 7 km et à gauche D 214 – Flaugnac – à la D 26 à droite – Bas de Castelnau – D 26 – D 68 – Vazerac – D 68 jusqu'à la D 2 – Durfort Lacapelette – à droite D 16 vers Castelnau – au carrefour D 16 – D 31 – D 29 prendre en face D 29 – Saux – 500 m après à droite D 57 – D 104 – à la D 659 à gauche – Lhospitalet – Cahors .

Variante : 85 km

Cahors ----- Vazerac – à droite D 34 vers Cazes Mondenard sur 7 km et à droite D 16 – au carrefour d 16 – D 31 – D 29 prendre en face D 29 – Saux ----- Cahors

Circuits août

Les départs du parking Saint-Georges

MERCREDI 1 :

Départ à 8h00

101km

Cahors - vieille route de Paris - Auzole - 3km après à droite - V.C - au bas de la descente à gauche - D47 - Calamane - St Denis - Catus – vers Montgesty sur 1km et à gauche - D172 - Lherm - à droite - D37 - puis à gauche - D46 – St André-à droite - D45 - Cazals - Marminiac - à droite D63 - Salviac - à droite - D2 - D47 - Catus - D6 - D811 - Espère - Caillac - Douelle - Pradines - Cahors.

Variante : 85km

Cahors ----- - Cazals - Gindou - D25 - D47 - Catus ----- Cahors.

SAMEDI 4 :

Départ à 8h00

101km

Cahors - Pradines - Douelle - Luzech - Albas - Castelfranc - D45 vers Cazals sur 7km et à gauche - D660 vers Goujounac sur 1km et à gauche - D172 - Niaudon - Prayssac - Puy L'Evêque - vers Grézels sur 4km et à droite - D44 – Floressas - à gauche - D58 - D28 - Le Boulvé - à gauche - D50 - Bélaise - Anglars - Castelfranc - Luzech - Douelle - Pradines - Cahors.

Variante : 79km

Cahors ----- - Castelfranc - Prayssac - Pescadoires - Anglars ----- - Cahors.

LUNDI 6 :

Départ à 8h00

100km

Cahors - Labastide-Marnhac – Lascabanes - dans le village à droite - V.C - St Jean - 2,5km après à gauche - D653 - St Daunès - Montcuq - bas de Lauzerte - traverser la départementale - 500m après à droite D73 sur 6km et à gauche - D60 sur 3,5km puis à gauche - D41 - St Pierre de Nazac - bas de Lauzerte - - D54 - St Laurent Lolmie. - Les Vignals - à la sortie à droite - D54 – Cézac - Lhospitalet - Cahors.

Variante : 83km

Cahors ----- - bas de Lauzerte – à gauche D953 sur 2km –à gauche D34 - D31 - Cazillac - 3km après à gauche - D28 - Lolmie - St Laurent Lolmie----- - Cahors.

MERCREDI 8 :

Départ à 8h00

103km

Cahors – Le Montat - Ventaillac - Stade de St Paul de Loubressac - à gauche - D49 - La Cabrette - 2,5km après à gauche - D959 - 1,5km avant Molières à gauche - D20 - Espanel - à droite - D22 - Auty - Caussade - D17 - bas de Puylaroque - à gauche - D20 sur 5,5km et à droite - D20b - D99 - puis à gauche - D6 – Lalbenque - Laburgade - Aujols - V.C - D911 - Arcambal – Cahors.

Variante : 88km

Cahors ----- - Espanel - Montpezat – Montpezat-Gare - Montdoumerc - Lalbenque - ---- - Cahors.

SAMEDI 11 :**Départ à 8h00****100km**

Cahors - Arcambal - Les Vitarelles - St-Cirq-Lapopie - Crégols - Cènevières - Calvignac - à droite - D79 - St Jean de Laur - à droite - D53 - Promilhanes - Beauregard - à droite - D55 - Varaire - à droite - D52 - D911 - Concots - Arcambal - Cahors.

Variante : 80km

Cahors ----- - Crégols - D40 - Lugagnac - Limogne - Varaire ----- - Cahors.

LUNDI 13 :**Départ à 8h00****102km**

Cahors - Laroque - Valroufié - Francoulès - St-Michel - Cours - D166 - Guillot - S-Martin de Vers - St Sauveur - Labastide-Murat - D677 - Goudou - Larcher - 2km après à droite - Fontanes du Causse - à droite - D42 - Caniac - Sénaillac - D42 - Orniac - Cabrerets - Conduché - St Géry - Vers - Laroque - Cahors.

Variante : 84km

Cahors ----- - St-Martin de Vers - 1km après à droite - V.C - St-Cernin - en face direction Sabadel sur 500m et à gauche - V.C vers Artix - Sénaillac ----- - Cahors.

MERCREDI 15 :**Départ à 8 h 00****103 km**

Cahors - Labastide Marnhac - Lascabanes - Les Vignals - St Laurent Lohmie - Bas de Lauzerte - D 2 - Montaigu - à droite D 41 - Couloussac - à droite D 55 - Moulin Bessou - D 55 - Lastours - Montcuq - St Daunès - St Pantaléon - à gauche D 12 - Cournou - Douelle - Pradines - Cahors .

Variante : 81 km

Cahors ----- Bas de Lauzerte - D 953 - Montcuq ----- Cahors.

SAMEDI 18 :**Départ à 8 h 00****101km**

Cahors - Le Bartassec - sous la rocade et à droite - V.C - prendre la 2° route à droite - Lacapelle - Trespoux - 2,5km après à droite - V.C - D12 - Cournou - La Bouysse - à droite - D230 - Parnac - Luzech - Albas - Anglars - Lagardelle - Grézels - Puy L'Evêque - à droite - D28 sur 1,5km et à droite - V.C - Martignac - Cassagnes - à droite - D673 - 500m avant Frayssinet à droite - D44 - Pomarède - D67 - Prayssac - Castel franc - Luzech - Douelle - Pradines - Cahors.

Variante : 86km

Cahors ----- - Puy-L'Evêque - Prayssac-Castel franc ----- - Cahors.

LUNDI 20 :**Départ à 8 h 00****100km**

Cahors - Lhospitalet - Castel nau - D659 - D26 - D68 - Vazerac - à gauche - D34 sur 300m et à droite - D109 - D20 - à l'entrée de Lafrançaise à droite - D81 sur 12km et à droite - D57 sur 8km puis à gauche - D28 - Lohmie - St Laurent Lohmie - Lascabanes - Labastide-Marnhac - Cahors.

Variante : 84km

Cahors ----- - Vazerac - à droite - D34-Cazes-Mondenard ----- - Cahors.

MERCREDI 22 :**Départ à 8 h 00****103km**

Cahors - Arcambal - à droite D49 sur 10km et à gauche - D6 - Lalbenque - Vaylats - Bach - Jamblusse - D85 - Caylus - vers Caussade sur 2km et à droite - D20 - Puylaroque - Belmont - Lalbenque - Hauteserre - Cahors.

Variante : 84km

Cahors ----- - Lalbenque - D6 vers Puylaroque sur 5km et à droite - D99 - Belfort - Lapenche - D103 sur 2km et à gauche - D17 - Puylaroque ----- - Cahors .

SAMEDI 25 :**Départ à 8 h 00****100km**

Cahors - Arcambal - D8 - Les Vitarelles - vers St-Cirq-Lapopie sur 4km et à droite - D197 - Berganty - Concots - Limogne - à droite - D24 - Vidailiac - Puylagarde - à droite - D33 - St Projet - à droite - D52 - Saillac - Varaire - Bach - Escamps - Cremps - V.C - Les Fournets - Arcambal - Cahors.

Variante : 80km

Cahors ----- - Limogne - Varaire ----- - Cahors.

LUNDI 27 :**Départ à 8 h 00****100km**

Cahors - Laroque - Vers - Guillot - St-Martin de Vers - St Sauveur - 500m après prendre la 3ème route à gauche - Meylargues - 2km après à droite vers Labastide-Murat sur 1km et à gauche - D22 - La Croix Blanche - Beaumat - à gauche - V.C - Lieu-dit Cassagnol - Pont de Rhodes - N 20 vers Souillac sur 2km et à droite - D23 - Soucirac - 2km après à droite - D1 - Séniergues - Montfaucon - Labastide-Murat - Soulomès - St Cernin - Lauzès - Guillot - Vers - Laroque - Cahors.

Variante : 81km

Cahors ----- - St Sauveur - 500m après 2ème route à gauche - V.C Vers Lamothe - 300m avant Lamothe à droite - V.C - Murat - Labastide-Murat ----- - Cahors.

MERCREDI 29 :**Départ à 8 h 00****102km**

Cahors - Laroque - D22 vers Valroufié sur 4km et à gauche - V.C - direction château du Roussillon - St Pierre Lafeuille - Maxou - Calamane - St Denis - Uzech - Bonnet - à droite - D25 - Le Piatgier - 1km après à gauche - V.C - St Germain - vers N 20 sur 2km et à gauche - D17 - St Chamarand - à gauche - D17 - St Clair - 3km après à gauche - D12 - Concorès - Peyrilles - Uzech - St Denis - à droite vers Catus sur 200m et à gauche - D109 - Nuzéjous - à gauche vers D12 - Calamane - Espère - mas de Laroque - Douelle - Pradines - Cahors.

Variante : 83km

Cahors ----- - St Germain - Concorès ----- - Cahors.

