



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



AOÛT 2009

INFORMATIONS

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

Randonnée :

Du 2 au 9 août : Semaine fédérale à Saint-Omer (62).

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 de septembre : Elles seront à votre disposition le jeudi 22 août à la permanence de 18h à 19h.

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

Internet : Communiquez votre adresse e-mail à cahors.cyclotourisme@orange.fr, ainsi que samise 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

Les départs se font du parking Saint-Georges

SAMEDI 1^{er} : Départ à 08h00

100km

Cahors - Chemin de la Chartreuse - D8 - Pradines - Douelle - Luzech - D8 - Camy - Castelfranc - à droite D811 sur 150m et à gauche D45 - Les Junies - carrefour D45/D660 - en face D660 sur 1km - à gauche VC - Pomarède - à droite VC - Goujounac - en haut du village à droite VC - à la D673 à droite sur 500m puis à droite D46 - Montgesty - à droite D50 - Pontcirq - 500m après traverser la D660 et prendre en face D50 - Lieu dit Le Cluzel - 1,5km après à gauche VC - Sals - Labastide-du-Vert - à droite D811 vers Castelfranc sur 1km et à gauche VC - Fages - à gauche VC - Crayssac - Lapoujade - La Grézette - Douelle - Pradines - Cahors.

Variante 1 :

89km

Cahors - Pomarède - à droite VC - Goujounac - à droite D 660 sur 7 kms - à droite D50 - Lieu dit Le Cluzel - Cahors.

Variante 2 :

51km

Cahors - Promenade de Coty - Quai Lagrive - rue des Jacobins - Rue Jacques Brel - Chemin des Pierres - Avenue Edouard Herriot - Avenue Jean Lurçat - D911 - Arcambal - Concots - D42 vers Crégols sur 4km et à gauche D197 - Berganty - D8 - Les Vitarelles - Arcambal - D911 - Cahors.

LUNDI 3 : Départ à 08h00

103km

Cahors - Chemin de la Chartreuse - D8 - Pradines - Douelle - à gauche D12 - Cournou - D 12 - traverser la D656 - D12 - Saint-Pantaléon - Saint-Daunès - Montcuq - 4km après à droite D229 - Lebreil - Eglise de Saint-Félix - à droite VC - Moulin Bessou - à droite - vallée de la Séoune - Belmontet - à gauche D4 - Saint-Matré - à droite D656 sur 1,5km et à gauche D50 - Le Boulvé - après le bourg à droite continuer sur D50 - Bélaise - Anglars-Juillac - Albas - Luzech - Douelle - Pradines - Cahors.

Variante 1 :

Cahors - Cournou - D12 - D656 - Sauzet - 4km après à droite D45 - Anglars-Juillac - Cahors.

Variante 2 :

47km

Cahors - Le Bartassec - D820 - Roc de l'Agasse - D653 - route de Montcuq sur 500m - à gauche D7 - Labastide-Marnhac - Lascabanes - Les Vignals - à gauche D55 - moulin de Boisse - près Pern - Lhospitalet - à droite D54 - Granejous - au carrefour D54/D47 - à gauche D47 - Le Montat - D820 - Les Sept Ponts - Cahors.

MERCREDI 5 : Départ à 08h00

100km

Cahors - Le Bartassec - D820 - Les Sept Ponts - D47 - Le Montat - Ventaillac - à droite D820 sur 300m - à droite D19 - 300m après à gauche VC - Saint Barthélémy - Saint-Paul-de-Loubressac - en haut du village à droite D49 vers La Cabrette sur 2,5km et à gauche D66 - à la D38 à gauche vers Montpezat sur 300m et à droite D83 (vallée du Lemboulas) - D959 - Molières - D959 vers Montauban - 1km avant

L'Honor-de-Cos à gauche D40 – Mirabel – D69 – Montpezat – à gauche D38 vers Castelnaud sur 3km et à droite D83 – à la D820 à gauche vers Cahors sur 300m (côte de Lamadeleine) puis à droite D149 – Fontanes – Saint-Cevet – traverser D820 – Ventaillac – Le Montat – Cahors.

Variante 1 : **80km**

Cahors ----- 1,5km avant Molières à gauche D20 – Espanel – Montpezat ----- Cahors.

Variante 2 : **38km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat - D911 – Arcambal – Rossignol – à droite D10 – Aujols – Laburgade – à droite D22 – D49 – vallée du Tréboulou – Arcambal – D911 – Cahors.

SAMEDI 8 : Départ à 08h00 **103km**

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 – Laburgade – Lalbenque – D6 – D42 - Belmont-Sainte-Foi – Puylaroque – au bas du village à gauche D9 – Cayriech – Septfonds – D926 – Caussade – à droite D926e - à droite D103 – Lapenche – Belfort – D47 – D10 – 3,5km avant Lalbenque à gauche D62 – Gare de Lalbenque – D49 – Cieurac – 1,5km après prendre D49 (vallée du Tréboulou)– Arcambal – Cahors.

Variante 1 : **84km**

Cahors ----- Puylaroque – vers Caussade sur 4km et à droite D103 – Lapenche ----- Cahors.

Variante 2 : **42km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd– D653 – Chemin des Tuileries - Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot et retour Cahors même itinéraire.

LUNDI 10 : Départ à 08h00 **100km**

Cahors – Chemin de la Chartreuse – D8 - Pradines – Douelle – Luzech – Albas – Anglars-Juillac – Lagardelle – Grézels – à gauche D28 – Saint-Jean – à droite VC – Floressas – à droite D44 sur 1 km – à gauche sur 1km D58 et à gauche VC – Lacapelle-Cabanac –Mauroux – à gauche D4 vers Saint-Matré sur 7km et à droite D44 –D656 – Saint-Matré – Bovila – Sauzet – 1km avant Villesèque à gauche D12 – Trespoux – à droite VC – La Coronelle – Le Bartassec – Cahors .

Variante 1 : **83km**

Cahors ----- Saint Jean – Le Boulvé – à droite D50 – à la D656 à gauche – Bovila ----- Cahors.

Variante 2 : **47km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat - D911 – Arcambal – Rossignol – D10 – Aujols – Laburgade – Lalbenque – St-Cevet – Ventaillac – traverser D820 – D47 – Le Montat – Cahors.

MERCREDI 12 : Départ à 08h00 **102km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd– D653 – Chemin des Tuileries - Laroque-des-Arcs – D22 – Valroufié – D22 – Près de Francoulès – Saint-Michel-de-Cours – Cours – à gauche D166 – à gauche D653 - Guillot – vers Figeac sur 17km et à droite D17 – Marcilhac-sur-Célé – Sauliac-sur-Célé – Cabrerets – Conduché – Bouziès – Traverser le Lot D40 – Parking de Saint-Cirq-Lapopie – D8 - Les Vitarelles – Arcambal – Cahors.

Variante 1 : **82km**

Cahors ----- Guillot – Vers Figeac sur 12km et à droite D42 – Orniac – Cabrerets ----- Cahors.

Variante 2 : **47km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd– D653 – Chemin des Tuileries - Laroque-des-Arcs – Vers – Saint-Géry – carrefour Les Masseries – retour itinéraire inverse.

SAMEDI 15 : Départ à 08h00 **100km**

Cahors – Chemin de la Chartreuse – D8 - Pradines – Douelle – La Grézette – Lapoujade – Crayssac – en haut du village à droite D9 – Le Pouzat – D23 - côte du Loup – lac de Catus – à gauche Saint-Médard-Catus – à droite VC – Montgesty – à gauche D13 - Maussac – Gindou – à droite D25 vers Rampoux sur 2km puis à droite D47 (vallée de l'Ourajoux) – Catus – D13 - Saint-Denis-Catus – Gigouzac – à droite VC – Brouelles – Calamane – gare d'Espère - Mercuès – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante 1 : **83km**

Cahors ----- à droite au lac de Catus et à gauche D 13 – Montgesti – à droite D 50 vers Thédirac sur 2 km et à droite D 47 6 Catus -----Cahors.

Variante 2 : **42km**

Cahors – Le Bartassec – D820 – Lhospitalet – Granéjols – D47 – Ventaillac – St-Cevet – Le Cayran – vallée du Tréboulou – Arcambal – Cahors.

LUNDI 17 : Départ à 08h00 **103km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd– D653 – Chemin des Tuileries - Laroque-des-Arcs – à gauche D22 – Valroufié – Francoulès – à droite D49 – Cours – D166 – Guillot – D32 – St-Martin-de-Vers – St-Sauveur-la-Vallée – Labastide-Murat – D10 – Montfaucon –

Seniergues – D801 vers D820 sur 4km – à gauche D23 – Soucirac – D820 – Pont de Rhodes - - D23 – St-Germain-du-Bel-Air – dans le village à gauche – en haut de la côte à droite – D25 – Bonnet – à gauche D12 – Uzech – St-Denis-Catus – Calamane – gare d’Espère – Mercuès – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante 1 : **83km**

Cahors ----- Labastide-Murat – D17 – Vaillac – Pont de Rhodes ----- Cahors.

Variante 2 : **46km**

Cahors – Le Bartassec – D820 – Roc de l’Agasse – route de Montcuq – Labastide-Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – Escayrac – près Saint-Pantaléon – D653 – Le Cluzel – Cahors.

MERCREDI 19 : Départ à 08h00 **100km**

Cahors – Le Bartassec – D820 – Roc de l’Agasse – route de Montcuq – D7 - Labastide-Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – Saint-Laurent-Lolmie – Bas de Lauzerte – à droite D953 - D2 – Montaigu-de-Quercy – à droite D41 – Couloussac – à droite D55 – Moulin Bessou – à gauche - Belmontet – vallée de la Séoune - D23 – D45 – D656 – Sauzet – 1km avant Villesèque à gauche D12 – Trespoux – 300m après la mairie à droite VC – La Coronelle – Le Bartassec – Cahors.

Variante 1 : **82km**

Cahors ----- Saint-Laurent-Lolmie – 3km après à droite D85 – Près de Montlaurun – 4km après à droite D653 – Montcuq – à gauche D28 vers D656 – à la D23 à droite – Sauzet ----- Cahors.

Variante 2 : **47km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat - D911 – Arcambal – Rossignol – après carrefour des Fournets – à droite VC vers Cremps – Cremps – Laburgade – D22 – D49 – vallée du Tréboulou – Arcambal – D911 – Cahors.

SAMEDI 22 : Départ à 08h00 **100km**

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D659 - Lhospitalet – 3,5km après à droite D55 – Boisse – à la D7 à gauche – Saint-Laurent-Lolmie – Bas de Lauzerte – D73 sur 9,5km – Saint Gervais – à droite D41 jusqu’à la D2 et à droite – Bas de Lauzerte – D953 – D653 - Montcuq – D55 – Saint-Cyprien – Les Vignals – Lascabanes – Labastide-Marnhac – Cahors.

Variante 1 : **85km**

Cahors ----- Lhospitalet – Castelnaud – à droite D19 – Saint-Aureil – D16 – D31 – Cazillac – D31 – D34 – Bas de Lauzerte ----- Cahors.

Variante 2 : **42km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat - D911 – Arcambal – vallée du Tréboulou – passer sous l’autoroute et à gauche D49 – Le Cayran – St-Cevet – vers D820 – Ventaillac – D47 – 3km après à gauche D54 – Granéjols - Lhospitalet – Cahors.

LUNDI 24 : Départ à 08h00 **102km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat - D911 – Arcambal – Concots – Limogne – vers Villefranche-de-Rouergue sur 8km et à droite VC – Loupiac – Laramière – à droite D55 – Beauregard – à gauche D40 – D19 - Saint-Projet – au bas du village à droite D33 vers Saillac sur 100m et à gauche D33b – Saillagol – Jamblusse – D22 - Bach – Escamps – D55 - Lalbenque – Hautesserre – Cahors.

Variante 1 : **82km**

Cahors ----- Limogne – Varaire – au milieu du village à gauche VC – 500m avant Jamblusse à droite D22 – Bach ----- Cahors.

Variante 2 : **42km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat - D911 – Arcambal – à droite Le Tréboulou – au carrefour avec D22 à gauche – Laburgade – à gauche D10 – Aujols – D10 – Rossignol – à gauche D911 – Arcambal – Cahors

MERCREDI 26 : Départ à 08h00 **100km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd- D653 – Chemin des Tuileries - Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot – Vers Figeac sur 12km et à gauche D42 – Sénailac – D17 – Soulomès – Labastide-Murat – Montfaucon – D2 vers D820 sur 5km et à gauche D17 – Vaillac – D17 – Labastide-Murat - D32 – Saint-Sauveur-la-Vallée – Saint-Martin-de-Vers – Guillot – Vers – Laroque – Cahors.

Variante 1 : **83km**

Cahors ----- Soulomès – Labastide-Murat – Saint-Sauveur-la-Vallée ----- Cahors.

Variante 2 : **47km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat - D911 – Arcambal – Rossignol – D10 – Aujols - Laburgade – Lalbenque – St-Cevet – Ventaillac – traverser D820 – D47 – Le Montat – Cahors.

JEUDI 27 : Permanence à la Barbacane de 18h00 à 19h00

SAMEDI 29 : Départ à 08h00 100km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd– D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – Vers – à l'église à gauche V.C – Pech Picou – Merlan – Cabrerets – vallée du Célé – Liauzu – Sauliac-sur-Célé – Marcihac-sur-Célé – à droite VC – Saint-Chels – D143 – Larnagol – Calvignac – Cènevrières – Crégols – D26 – Concots – à droite D52 – Esclauzels – Les Vitarelles – Les Mazuts – Arcambal – Cahors.

Variante 1 : 83km

Cahors ----- Cabrerets – Conduché – Tour de Faure – Crégols – D40 – Lugagnac – Limogne – Concots ---
--- Cahors.

Variante 2 : 42km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – Lhospitalet – Cézac – Les Vignals – Lascabanes – Labastide-Marnhac – Cahors.

LUNDI 31 : Départ à 08h00 100km

Cahors – Chemin de la Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Cessac – La Grézette – Espère – Saint-Denis-Catus – Catus – au lac à droite D13 vers Montgesty sur 1km et à gauche D172 – Lherm – à droite D37 sur 2,5km puis à gauche D46 – à la D45 à droite Cazals – à gauche D673 – Montcléra – Frayssinet-Le-Gélat – à gauche D660 – Goujounac – vers Cahors sur 5km et à droite D151 – Les Junies – D37 – vallée de la Masse – Castelfranc – Camy – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante 1 : 83km

Cahors ----- Lherm – à droite D37 sur 2,5km et à gauche D46 – à la D45 à gauche sur 6km puis à gauche D660 vers Rostassac sur 1km et à droite D151 – Les Junies ----- Cahors.

Variante 2 : 38km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – Rossignol – à droite D10 – Aujols – Laburgade – à droite D22 – D49 – vallée du Tréboulou – Arcambal – D911 – Cahors.