



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



OCTOBRE 2009 INFORMATIONS

Circuits : Les départs se font du parking St-Georges.

Sorties VTT : elles reprendront à partir du 1er novembre, à 14h00, au départ du parking St-Georges.

Assemblée générale du club : elle aura lieu le dimanche 6 décembre à 08h30 à La Chartreuse. Elle sera suivie d'un repas.

Galette des rois : Elle aura lieu le samedi 9 janvier 2010 à 18h00 à La Barbacane.

Randonnée :

Dimanche 18 octobre : Concentration de clôture du CODEP à PRAYSSAC.

Inscriptions de 08h00 à 09h00 à l'espace Maurice Faure

Repas tiré du sac, à 12h30, à la salle polyvalente.

Le minibus sera mis à disposition. Pensez à vous inscrire. Rassemblement à 07h30 à La Barbacane.

Dimanche 25 octobre :

Comme l'année dernière, Michel Ponchet et ses amis les CRF (Cyclos Randonneurs Flâneurs) nous invitent à la journée souvenir Eugène Nègre, président fondateur du club de Cahors.

Cette concentration nous permettra de nous rendre à vélo de Cahors à Maxou où le rendez-vous est donné pour 11h30.

Un circuit court, à définir, vous sera communiqué. Retour à vélo.

Un pot de l'amitié sera offert à la salle des fêtes vers 12h15. Pour ceux qui souhaitent passer un moment ensemble, la salle des fêtes sera à notre disposition pour un pique-nique tiré du sac.

Renseignements auprès de Michel Ponchet : michel.ponchet@aliceadsl.fr ou au 05.65.37.30.82.

Réunion d'informations : le club organise le **jeudi 22 octobre 2009 à 20h30, à La Barbacane, une réunion d'informations sur la vie du club. Venez nombreux.**

Feuilles du mois de novembre : Elles seront distribuées exceptionnellement le jeudi 22 octobre à l'occasion de la réunion d'informations.

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.

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 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

Les départs se font du parking Saint-Georges

SAMEDI 3°: Départ à 14h00

73km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd– D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – Vers – Saint-Géry – Conduché – Cabrerets – à gauche D13 – vers Sabadel-Lauzès sur 1km et à gauche VC vers Pech Merle sur 300m et vers Merlan sur 500m et à droite VC – Le Viarnes – Le Bosc – Guillot – 2km après à droite D166 – Cours – 300m avant Francoulès à gauche D22 – Valroufié – Laroque – Cahors.

Variante :

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 5 : Départ à 14h00**76km**

Cahors – chemin de la Chartreuse – D8 - Pradines – Douelle – Luzech – Camy – Castelfranc – D45 vers Goujounac sur 5km et à droite D37 – Les Junies – D37 – Traverser la D660 et continuer en face D37 – Lherm – à droite D172 – D13 - Catus – 500m avant St-Denis-Catus à droite D109 – Nuzéjols – Calamane – Espère – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante :**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 – Granejols – au carrefour D54/D47 – à gauche D47 – Le Montat – D820 – Les Sept Ponts – Cahors.

MECREDI 7 : Départ à 14h00**70km**

Cahors – Le Bartassec – D820 – Roc de l'Agasse - Route de Montcuq – D7 - Labastide-Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – 1km après à droite D4 – Escayrac – Montcuq – D4 – Belmontet – à droite D23 – vallée de la Séoune – D45 – D656 - Sauzet – 1km avant Villesèque à gauche D12 – D27 – Trespoux – à droite VC – La Coronelle – Cahors.

Variante :**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 10 : Départ à 14h00**70km**

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D659 - Lhospitalet – 9km après à droite vallée de la Barguelonne - D104 sur 10km et à gauche D29 – Saux – 2km après prendre D29 vers Molières sur 7km et à gauche D68 – D659 - au bas de Castelnau prendre en face D26 – bas de St-Paul-de-Loubressac – à gauche VC – St-Barthélémy – à la D19 à droite – carrefour avec D820 – à gauche sur 300m – Ventaillac – à gauche D47 – Le Montat – Cahors.

Variante :**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 12 : Départ à 14h00**74km**

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 – D22 - Escamps - D22 – Bach – D22 – 500m avant Jamblusse à gauche VC – Varaire à gauche sur 200m et à droite D52 – D911 – Concots – Arcambal – Cahors.

Variante :**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.

MECREDI 14 : Départ à 14h00**74km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd– D653 – Chemin des Tuileries - Laroque-des-Arcs – Vers – D653 - Guillot – St-Martin-de-Vers – à droite D13 – Sabadel-Lauzès – D13 – vallée de la Sagne - Cabrerets – Conduché – St-Géry – Vers – Laroque – Cahors.

Variante :**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 17 : Départ à 14h00**72km**

Cahors – chemin de la Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – traverser le pont – Cessac – Mercuès – au 2^{ème} feu à droite – gare d'Espère – D12 - avant Calamane à droite D47 – Brouelles – à gauche VC – Gigouzac – D13 - St-Denis-Catus – Catus – St-Médard-Catus – à gauche VC (direction cause de Cahors) – à la D811 à gauche sur 2km et à droite Crayssac – D9 – Caix - Lapoujade – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante :**42km**

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

DIMANCHE 18 : CONCENTRATION de CLOTURE DU CODEP à PRAYSSAC. Inscriptions de 08h00 à 09h00 à l'espace Maurice Faure – Repas tiré du sac, à 12h30, à la salle polyvalente.

Le minibus sera mis à disposition. Pensez à vous inscrire. Rassemblement 07h30 à La Barbacane.

LUNDI 19 : Départ à 14h00 77km

Cahors – Le Bartassec – La Coronelle – Trespoux – D27 – D12 – St-Pantaléon – Montcuq – à droite D28 – à la D656 à droite Bovila – à gauche VC – D50 – Bélaye – Anglars – Albas – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante : 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.

MECREDI 21 : Départ à 14h00 70km

Cahors – route de Lalbenque – côte de Hautesperre – à droite VC – Pouzergues – à gauche D149 – Le Cayran – St-Cevet – Fontanes – Montdoumerc – à droite D10 vers Montpezat-Gare – à gauche D57 – D56 – Belfort-de-Quercy – D56 – D20b – D99 – St-Hilaire – 2km après à gauche D19 – Lalbenque – Laburgade – Aujols – VC – Arcambal – Cahors.

Variante : 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 24 : Départ à 14h00 70km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – D8 – Les Vitarelles – St-Cirq-Lapopie – pont de Tour-de-Faure à droite D8 – avant Crégols à droite D26 – Concots – D26 – Cremps – D26 – Lalbenque – Hautesperre – Cahors.

Variante : 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.

JEUDI 22 : Réunion club à La Barbacane à 20h30.**DIMANCHE 25 : Concentration cyclotouriste – Souvenir Eugène Nègre à Maxou.****LUNDI 26 : Départ à 14h00 72km**

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – Vers – D662 – St-Géry – Conduché – à gauche D41 – Cabrerets – à gauche D13 vers Sabadel-Lauzès sur 1km et à droite D42 – Orniac – à la sortie du village à gauche VC – Lentillac-du-Causse – D653 – Guillot – Vers – Laroque – Cahors.

Variante : 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

MECREDI 28 : Départ à 14h00 72km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – à gauche D22 vers Valroufié sur 4km et à gauche VC – St-Pierre-Lafeuille – traverser D820 – D47 – Maxou – D47 – D12 – Calamane – St-Denis-Catus – à droite D13 – Gigouzac – à gauche D127 sur 6km et à droite VC – Ussel – à la D820 à gauche sur 500m et à droite D13 – St-Martin-de-Vers – D32 – Guillot – Vers – Laroque – Cahors.

SAMEDI 31 : Départ à 14h00 75km

Cahors – Chemin de la Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – St-Vincent-Rive-d'Olt – D23 – Sauzet – prendre en face VC – Bagat – D185 – D653 – St-Daunès – Montcuq – à gauche D28 – St-Laurent-Lolmie – D7 – Les Vignals – Lascabanes – Labastide-Marnhac – Cahors.

Variante : 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.