



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



AVRIL 2011 INFORMATIONS

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

Circuits VTT : Voir informations ci-dessous.

Réunion des Bénévoles journée J.C.B. 2011 : **JEUDI 7 Avril 2011 de 17h à 18h** à la Barbacane.

Réunion du comité directeur : après la réunion des Bénévoles de la J.C.B., le comité Directeur se réunira le **JEUDI 7 Avril 2011 à 18 h** à La Barbacane.

Brevet Randonneur Mondial 300km : **SAMEDI 16 Avril** (Informations complémentaires à demander à Daniel Arnaudet ou à lire dans la rubrique Brevets du site internet).

Réunion des Adhérents : le Mardi **19 Avril 2011 à 20h 30** à La Barbacane. **Soirée Gaufres et Photos.** Les épouses sont invitées. Afin de déterminer la quantité de gaufres nécessaires, nous vous demandons de prévenir de votre présence à cahors.cyclotourisme@orange.fr ou par téléphone au 05 65 21 71 55 avant le 15 AVRIL.

Journée J.C.B. 2011 et Soirée 60^{ème} Anniversaire du CLUB : Samedi **30 avril 2011**. Nous espérons vous voir nombreux à cette journée et nous vous rappelons que vous devez vous inscrire pour les repas de midi et du soir. (Inscription sur le site ou en répondant au bulletin d'inscription que vous avez reçu avec le programme de la journée.

Feuilles du mois de MAI 2011: Elles seront à votre disposition le **JEUDI 28 Avril**. 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.

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 VTT

- SAMEDI 02 AVRIL 2011** : DEPART à 14h00 Parking du Mas de Saboth à
VERS – Circuit **35 km**
- SAMEDI 09 AVRIL 2011** : DEPART à 14h00 Parking du Mas de Saboth à
VERS – Circuit **25 km**
- SAMEDI 16 AVRIL 2011** : DEPART à 14h00 Parking du Mas de Saboth à
VERS – Circuit **35 km**
- SAMEDI 23 AVRIL 2011** : DEPART à 14h00 PARKING St-GEORGES
Les bords du Lot – Circuit du Mont St Cyr
Retour par Bégoux et les bords du Lot. **28Km**
- SAMEDI 30 AVRIL 2011** : Journée J.C.B. 2011 à partir de 9 Heures DEPART
Mas de Saboth à VERS, 2 circuits sont proposés,
(**35 km et 25 km**)

CIRCUITS AVRIL 2011

Les départs se font du parking Saint-Georges

SAMEDI 2 : Départ à 14h00 81km

Cahors – Chemin de la Chartreuse - Pradines – Douelle – Luzech – Caix – à gauche D9–
Col de Crayssac - Crayssac – Lac de Catus – à gauche St-Médard-Catus– Rostassac – à
droite vers Goujounac sur 7km et à gauche D172 – Niaudon – Prayssac – D67 -
traverser le Lot – Anglars-Juillac – Castelfranc – D9 – Camy - Luzech – Douelle –
Pradines – Cahors.

Variante : 73km

Cahors – Pradines – Douelle – Luzech – Caix – à gauche D9 – Col de Crayssac -
Crayssac – Lac de Catus – St-Médard-Catus – Rostassac – vers Goujounac sur 2,5km et
à gauche D50 – Le Cluzel – Castelfranc – D9 – Camy - Luzech – Douelle – Pradines –
Cahors.

Parcours plus court : 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 4 : Départ à 14h00 104km

Cahors – Le Bartassec – passer sous la rocade et à droite VC – La Coronelle – Trespoux
– D27 – D12 – St-Pantaléon – St-Daunès – Saint-Jean – 3km après à droite D228 –
Ste-Croix – Moulin Bessou – D55 – Couloussac – à gauche D41 – Montaigu-de-Quercy –
à gauche D2 – Bas de Lauzerte – D34 – D31 - Cazillac – D57 (vallée de la Barguelonne)
– D104 – juste avant la D659 à gauche D64 - Boisse – à droite D55 vers Pern - à la
D659 à gauche Lhospitalet – Cahors.

Variante : 81km

Cahors – Le Bartassec – passer sous la rocade et à droite VC – La Coronelle – Trespoux – D27 – D12 – St-Pantaléon – St-Daunès – Saint-Jean – Bas de Lauzerte – D34 – D31 – Cazillac – D57 (vallée de la Barguelone) – D104 – juste avant la D659 à gauche D64 – Boisse – à droite D55 vers Pern – à la D659 à gauche Lhospitalet – Cahors.

Parcours plus court : 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 6 : Départ à 14h00 101km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D47 - Le Montat – Ventailac – à droite D820 sur 300m et à droite D19 sur 1,5km et à gauche VC - St-Barthélémy – St-Paul-de-Loubressac – en haut du village à droite D49 vers La Cabrette sur 2km et à gauche D66 – à la D38 à gauche vers Montpezat sur 200m et à droite D83 (vallée du Lemboulas) – D959 – Molières – D959 vers Montauban – 1km avant L'Honor de Cos à gauche D40 – Mirabel – D69 – Montpezat-de-Quercy – D38 vers Castelnau sur 2,5km et à droite D83 – à la D820 à gauche vers Cahors sur 300m et à droite D149 – Fontanes – St-Cevet – Le Cayran – à gauche D149 – Pouzergues – Hautesperre – Cahors.

Variante : 87km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D47 - Le Montat – Ventailac – à droite D820 sur 300m et à droite D19 sur 1,5km et à gauche VC - St-Barthélémy – St-Paul-de-Loubressac – en haut du village à droite D49 vers La Cabrette sur 2km et à gauche D66 – à la D38 à gauche vers Montpezat sur 200m et à droite D83 (vallée du Lemboulas) – 1,5km avant Molières à gauche D20 – Espanel – Montpezat – D38 vers Castelnau sur 2,5km et à droite D83 – à la D820 à gauche vers Cahors sur 300m et à droite D149 – Fontanes – St-Cevet – Le Cayran – à gauche D149 – Pouzergues – Hautesperre – Cahors.

Parcours plus court : 42km

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

SAMEDI 9 : Départ à 14h00 100km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat - D911 – – Arcambal – à gauche Galessie -Les Vitarelles – D52 – Esclauzels – Concots – vers Limogne sur 5km et à droite D52 – Varaire – vers Limogne sur 500m et à droite D55 – Beauregard – à gauche D53 sur 2km et à gauche D24 – à l'entrée de Limogne à droite – D19 vers Cajarc sur 1,5km et à gauche D143 – Calvignac – Cènevrières – Crégols – St-Cirq-Lapopie – Les Vitarelles – Arcambal – Cahors.

Variante : 80km

Cahors – Arcambal – à gauche Galessie- Les Vitarelles – D52 – Esclauzels – Concots – Limogne – D40 – Lugagnac – Crégols – St-Cirq-Lapopie – Les Vitarelles – Arcambal – Cahors.

Parcours plus court : 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.

LUNDI 11 : Départ à 14h00 101km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd–D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot – vers Figeac sur 17km et à droite D17 – Marcilhac-sur-Célé – Sauliac-sur-Célé – à gauche D24 – Nougayrac – St-Martin-Labouval – Tour-de-Faure – Conduché – St-Géry – Vers – Laroque-des-Arcs – Cahors.

Variante : 81km

Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd–D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot – vers Figeac sur 14km et à droite VC – Blars – D40 – Cabrerets – Conduché – St-Géry – Vers – Laroque-des-Arcs – Cahors.

Parcours plus court : 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.

MERCREDI 13 : Départ à 14h00 100km

Cahors – Chemin de la Chartreuse - Pradines – Douelle – Mercuès – Calamane – St-Denis-Catus – Uzech – Bonnet – Peyrilles – Concorès – vers Gourdon sur 2km et à gauche D2 – Dégagnac – à droite D6 vers Gourdon sur 4km et à gauche D673 – Salviac – à gauche D47 – Vallée de l'Ourajoux- Catus – avant St-Denis-Catus et avant le viaduc – à droite D109 – Nuzéjols – Calamane – Espère – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante : 82km

Cahors – Chemin de la Chartreuse - Pradines – Douelle – Mercuès – Calamane – St-Denis-Catus – Uzech – Bonnet – à gauche D25 – Lavercantière – vers Dégagnac sur 200m et à gauche D25 – Rampoux – 2km après à gauche D47 – Vallée de l'Ourajoux- Catus – St-Denis-Catus – à droite D109 – Nuzéjols – Calamane – Espère – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

Parcours plus court : 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 – Ventailac – traverser D820 – D47 – Le Montat – Cahors.

SAMEDI 16 : 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 sur 9km – St-Pierre-de-Nazac – à droite D41 vers Touffailles sur 5,5km puis à droite D60 (Vallée de la Séoune) jusqu'à la D2 – à gauche vers Montaigu-de-Quercy sur 1km et à droite D60 (Vallée de la Séoune) – Moulin Bessou – avant Belmontet à droite D23 – à gauche D45 – D656 – Sauzet – 1km avant Villesèque à gauche D12 – D27 – Trespoux – Roquebillière – Cahors.

Variante : 86km

Cahors – le Bartassec – D820 – Roc de l'Agasse – route de Montcuq – Labastide-Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – St-Laurent-Lolmie – Bas de Lauzerte – à droite D2 vers Montaigu-de-Quercy sur 7,5km et à droite D60 – Moulin Bessou – Belmontet – D23 – D45 – D656 – Sauzet – 1km avant Villesèque à gauche D12 – D27 – Trespoux – Roquebillière – Cahors.

Parcours plus court : 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.

LUNDI 18 : Départ à 14h00 104km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – Lhospitalet – à droite D54 – Cézac – Les Vignals – 1km après à droite D4 – Escayrac – Montcuq – D4 – Belmontet – D4 – St-Matré – D4 – Mauroux – Lacapelle-Cabanac – D5 sur 1km – VC vers Floressas sur 4km – à gauche D44 – Grézels – Lagardelle – Anglars-Juillac – Albas – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante : 82km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – Lhospitalet – à droite D54 – Cézac – Les Vignals – 1km après à droite D4 – Escayrac – Montcuq – D28 jusqu'à la D656 et à droite – Bovila – à gauche VC – D50 – Bélaise – Anglars-Juillac – Albas – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

Parcours plus court : 42km

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

MERCREDI 20 : Départ à 14h00 100km

Cahors – côte de La Marchande – Hauteserre – Lalbenque – D10 – D47 – Belfort-de-Quercy – Lapenche – D103 – Cayrieuch – 400m après à gauche D9 – Septfonds – en face D76 – St-Cirq – à droite D75 – entrer dans Caussade – au rond-point de la mairie à droite direction Cahors et 100m après à gauche – traverser la D820 – D22 – Auty – à droite VC – Montpezat-de-Quercy – D20 – traverser D820 – Montpezat-Gare – Montdoumerc – Lalbenque – St-Cevet – Ventaillac – Le Montat – Cahors.

Variante : 80km

Cahors – côte de La Marchande – Hauteserre – Lalbenque – D10 – D47 – Belfort-de-Quercy – Lapenche – à droite D103 vers Caussade sur 3km – 300m après lieu-dit Borredon à droite VC – Grez – traverser D820 et prendre en face D38 – Montpezat-de-Quercy – D20 – traverser la D820 – Montpezat-Gare – Montdoumerc – Lalbenque – St-Cevet – Ventaillac – Le Montat – Cahors.

Parcours plus court : 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.

SAMEDI 23 : Départ à 14h00 100km

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 Vitarelles – St-Cirq-Lapopie – Crégols – Cènevrières – Calvignac – D8 vers Gaillac sur 1,5km et à droite D79 – St-Jean-de-Laur – continuer D79 vers D911 et à droite – Limogne – Concots – Arcambal – Cahors.

Variante : 80km

Cahors – Arcambal – Les Vitarelles – St-Cirq-Lapopie – Crégols – Cènevrières – à droite D24 – Limogne – Concots – Arcambal – Cahors.

Parcours plus court : 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.

LUNDI 25 : Départ à 14h00 105km

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 – au château à gauche D677 sur 2km et à droite D22 – D194 – La Croix Blanche – Beaumat – à gauche VC – Pont de Rhodes – D820 vers Souillac sur 2km et à droite D23 – Soucirac – 2km après à droite D802 – Séniergues – Montfaucon – Labastide Murat – Soulomès – St-Cernin – Lauzès – Guillot – Vers – Laroque-des-Arcs – Cahors.

Variante : 77km

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 droite D17 – Soulomès – St-Cernin – Lauzès – Guillot – Vers – Laroque-des-Arcs – Cahors.

Parcours plus court : 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 – Ventailac – D47 – 3km après à gauche D54 – Granéjols – Lhospitalet – Cahors.

MERCREDI 27 : Départ à 14h00 100km

Cahors – chemin de la Chartreuse – Pradines – Douelle – Luzech – Castelfranc – Anglars-Juillac – Lagardelle – Grézels – en haut de Puy-L'Evêque D28 direction Martignac – à la D673 à droite – Frayssinet-le-Gélat – Goujounac – Rostassac – St-Médard-Catus – Lac de Catus – D23 – côte du Loup – Crayssac – Lapoujade – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

Variante : 85km

Cahors – chemin de la Chartreuse – Pradines – Douelle – Luzech – Castelfranc – Anglars-Juillac – à droite traverser le lot – Prayssac – D67 – Pomarède – à droite VC – Goujounac – Rostassac – St-Médard-Catus – Lac de Catus – D23 – côte du Loup – Crayssac – Lapoujade – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

Parcours plus court : 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.

JEUDI 28 : permanence à La Barbacane de 18h00 à 19h00

SAMEDI 30 AVRIL : JOURNEE JEAN-CLAUDE BERNARD et 60^{ième} Anniversaire du club – DEPART DU HALL DU PALAIS DES SPORTS à CAHORS – REPAS AU DOMAINE du MAS DE SABOTH – VERS – INSCRIPTIONS AUX REPAS DU MIDI ET DU SOIR OBLIGATOIRES