

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



2 Jours entre LOT et DORDOGNE 27 - 28 juin 2009

Samedi : 168 km

Nous quittons Cahors en passant sur le Pont Valentré, symbole de la ville. Tout en suivant la vallée du Lot nous rejoignons Saint-Cirq-Lapopie perchée sur un pic rocheux quelques 100m au-dessus de cette vallée. Nous sautons ensuite dans la vallée du Célé pour nous trouver à Marcilhac-sur-Célé blottie au pied de sa haute falaise.

En remontant vers le causse de Gramat nous admirerons le château d'Aynac du 15^{ème} et 16^{ème} siècle. A Autoire, beau village du Quercy, trône une fontaine entourée de maisons à colombages.

Loubressac, cité médiévale, bâtie sur un promontoire domine trois vallées dont celle de la Dordogne. Le gouffre de Padirac est proche et vaut le détour.

Traversons Gramat pour rejoindre Rocamadour. Il est nul besoin de présenter cette cité. Accrochée sur les flancs escarpés d'une falaise, elle domine le canyon de L'Alzou à 150m de haut.

Notre périple nous conduit ensuite à Lacave aux grottes célèbres, puis Meyronne et Saint-Sozy, deux charmants villages aux vieilles demeures et situés de part et d'autre de la Dordogne.

Nous arrivons à Souillac, terme de cette première journée, au cadre pittoresque et charmant.



Dimanche : 154 km

En quittant Souillac nous remontons la vallée de la Borrèze et nous atteignons Salignac-Eyvignes. La fière bâtisse de son château du 12^{ème} et 13^{ème} siècle, nous ouvre les portes du Périgord Noir.

Depuis Sarlat, où les rues étroites ont conservé leur allure médiévale, nous nous dirigeons vers Domme. Une halte s'y impose pour admirer le plus célèbre panorama du Périgord Noir, mais aussi sa porte aux tours et sa halle fleurie.

D'autres charmants villages nous attendent. La Roque Gageac, niché au pied de ses hautes falaises ; Castelnaud, dont le château juché à flanc de colline sur la rive gauche de la Dordogne domine le petit bourg lové à ses pieds ; Les Milandes dont son château, ancienne demeure seigneuriale, doit sa renommée mondiale à Joséphine Baker.

En nous engageant ensuite dans la vallée et les coteaux du Céou, à travers un relief ondulant, prêtons attention aux villages de Saint-Laurent-La-Vallée et Saint-Pompon.

En entrant dans la Bouriane nous découvrons une nature préservée et boisée. Depuis Salviac nous gagnons Catus en remontant la vallée verdoyante de l'Ourajoux.

Puis d'une vallée à l'autre nous remontons ensuite pour admirer Cahors enserrée dans une boucle du Lot et garder une image inoubliable du séjour.



BCN-BPF : Saint-Cirq-Lapopie, Padirac(à proximité), Rocamadour

BCN-BPF : Domme

Un challenge sera remis au club le plus nombreux (à titre définitif au bout de 3 victoires)

2 Jours entre LOT et DORDOGNE 27 - 28 juin 2009

Bulletin d'inscription

Nom du Club: n°d'affiliation FFCT:

Contact (email):

Personne à prévenir en cas d'accident	M.Mme :
	N° de tél. :

Nom	Prénom	date de naissance	(indiquer) N° FFCT Accompagnant Autres	Montant	
				2 jours	1 jour

PREMIER PRIX DE L'ENGAGEMENT

2 jours: FFCT...85 € , Accompagnant...75 € , Autres...95 €

1 jour (sans repas du samedi soir ni hébergement et petit déjeuner): FFCT...26€ , Accompagnant...21€ , Autres...31€

Chèque à l'ordre de Cahors CycloTourisme à adresser à:
Cahors CycloTourisme Place Luctérius - La Barbacane 46000 CAHORS
Joindre à votre règlement la photocopie de votre licence FFCT et une enveloppe timbrée
En cas de désistement après le 20 juin 2009 aucun remboursement ne sera effectué.

PRESTATIONS

Parcours fléchés, Transport des bagages, Voiture balai
Assistance sur le parcours, Assistance mécanique à Souillac

SAMEDI (Accueil Cahors Stade Lucien Desprats à 6h30 - Départ de 7h à 8h)

Café et gâteaux à Cahors - Point d'eau et ravitaillement à Saint-Cirq-Lapopie (km 40)
Plateau repas à Loubressac (km 113) - Point d'eau et ravitaillement à Rocamadour (L'Hospitalet) (km141)
Boisson à l'arrivée à Souillac (km168)

A Souillac: vin d'honneur et remise des récompenses dont le challenge(*) suivi du repas régional.

Hébergement dans un Lycée en chambre de 4 lits avec sanitaires, draps non fournis (prévoir)

Vélos remisés dans un hall fermé à clé

(*) *Un challenge sera remis au club le plus nombreux (à titre définitif au bout de 3 victoires)*

DIMANCHE (Accueil à 6h30 - Départ de 7h à 8 h)

Petit déjeuner à Souillac - - Point d'eau ravitaillement à Sarlat (km 35)

Buffet froid à Saint-Pompon (km 94) - Point d'eau et ravitaillement à Catus (km 126)

Une boisson à l'arrivée à Cahors (km154)

REGLEMENT

Cette randonnée est ouverte à tous cyclotouristes affiliés ou non à la F.F.C.T.

Les participants mineurs devront être munis d'une autorisation parentale ou se trouver sous couvert de leur club.

Les participants sont tenus de respecter le code de la route et les observations qui pourraient être faites par les organisateurs.

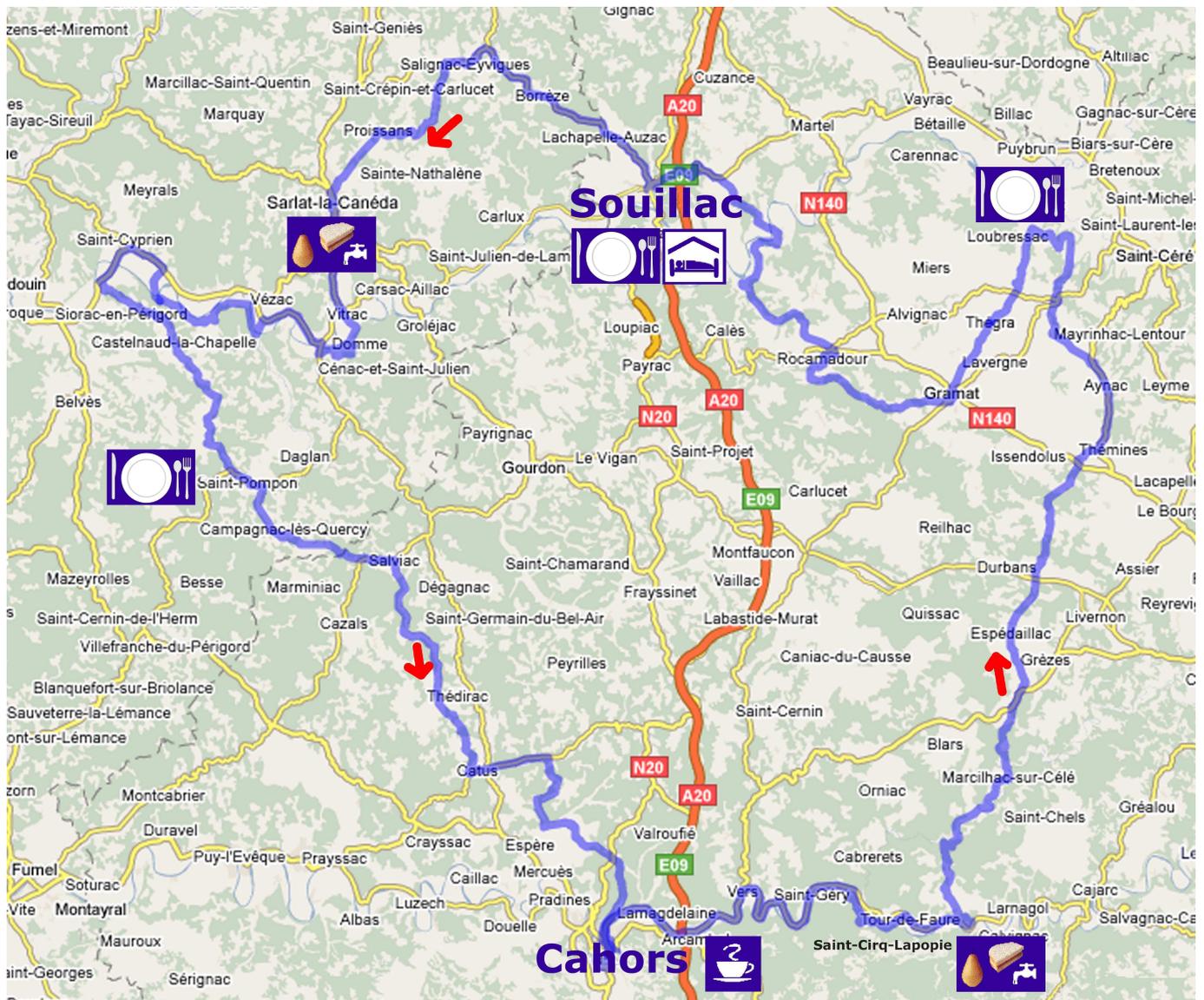
Le fait de participer à la randonnée implique l'acceptation du présent règlement.

L'assurance est obligatoire. Le port du casque est vivement conseillé.

2 Jours entre LOT et DORDOGNE

27 - 28 juin 2009

Itinéraire



Départ : **Cahors** (stade Lucien Desprats)
Ravitaillements : Saint-Cirq-Lapopie et Rocamadour (L'hospitalet)
Repas: Loubressac
Dîner, Coucher, Petit déjeuner : **Souillac**
Ravitaillements : Sarlat et Catus
Repas: Saint-Pompon
Arrivée : **Cahors**

2 Jours entre LOT et DORDOGNE

27 - 28 juin 2009

Itinéraire détaillé 1^{er} jour

Samedi 27 juin 2009: Cahors - Souillac

Lieux	Km		Routes	Observations
	Partiel	Total		
CAHORS		0		Stade Lucien Desprats
Cahors Pont-Valentré	4	4	D653	Traversée du pont à pied
Laroque-des-Arcs	6.5	10	D653	
Vers	10	20	D653	Tourner à droite
Saint-Géry	5	25	D662	
Bouziès	8	33	D40 - D8	Traverser pont sur le Lot
SAINT-CIRQ-LAPOPIE	7	40	D8 - D662	Ravitaillement
Tour-De-Faure	2	42	D662	
Saint-Martin-Labouval	5	47	D24	Tourner à gauche
Sauliac-sur-Célé	11	58	D41	Tourner à droite
Marcilhac-sur-Célé	6.5	65	D14	
Carrefour D14/D653	7	72	D653	Tourner à droite
Carrefour D653/D40	1	73	D40	Tourner à gauche
Espédaillac	5	78	D40	
La Salle Durbans	4	82	D40	
Lalinié	5	87	D40	
Thémines	4	91	D40	
Rueyres	2	93	D40	Tourner à gauche
Aynac	4	97	D940	
Carrefour D940/D38	2	99	D38	Tourner à gauche
Mayrinhac Lentour	3.5	102	D38	
Carrefour D38/D673	2	104	D38	Tout droit
Autoire	3	107	D135 - D118	A la sortie village à gauche D135
LOUBRESSAC	6	113	D118	Repas salle des fêtes
La Poujade	1	114	D14	Tourner à gauche
Carrefour D14/D673	5	119	D14	Tout droit
Thégra	3	122	D14	Tourner à gauche
Gramat	5	127	D840 - D807	
Carrefour D807/D39	1	128	D39	
Carrefour D39/VC	3	131	VC	Tourner à droite
La Pannonie	1	132	VC	Château
Carrefour VC/D32	4	136	D32	Tourner à droite
Rocamadour	3	139	D32	
L'HOSPITALET	2	141	D673 - D247	Ravitaillement
Lacave	8	149	D23	Tourner à droite
Meyronne	7	156	D15	
Saint-Sozy	1	157	D15	
Le Pigeon	4	161	D803	
SOUILLAC (Lycée Vicat)	7	168	.	Centre ville le Foirail

2 Jours entre LOT et DORDOGNE 27 - 28 juin 2009

Itinéraire détaillé 2^{ème} jour

Dimanche 28 juin 2009: Souillac - Cahors

	Km		Routes	Observations
	Partiel	Total		
SOUILLAC		0	D15 - D165 - D62	Départ à partir de 7h00
Borrèze	10	10	D62	
Carrefour D62/D60	5.5	16	D60	Tourner à gauche
Salignac -Eyvigues	2	18	D60	
Carrefour D60/D56	4	22	D56	Tourner à gauche
St-Crépin-et-Carlucet	1	23	D56	Château de Lacypierre (15 ^o siècle)
Bas de Proissans	4	27	D56	
SARLAT	8	35	D57 - D46	Ravitaillement
Vitrac	6	41	D46E	Traverser Dordogne
Domme	6	47	D46E	
Cénac	1.5	48	D46 - D703	Tourner à droite - Traverser Dordogne
Carrefour D46/D703	1	49	D703	Tourner à gauche
La Roque Gageac	3	52	D703	
Carrefour D703/D57	2	54	D57	Tourner à gauche - Traverser Dordogne
Castelnaud	1	55	D53 - VC	Tourner à droite
Les Milandes	5	60	VC	
Allas les Mines	4.5	65	VC	
Carrefour VC/D703	2.5	67	D703	Tourner à gauche
St-Cyprien	2.5	70	D703	
Carrefour D703/D48	1	71	D48 - D50	Tourner à gauche
Berbiguières	4	75	D50 - D53E	
La Chapelle-Péchaud	11	86	D53E	
Saint-Laurent-La-Vallée	3.5	89	D52	
Carrefour D52/D60	3	92	D60	Tourner à gauche
SAINT-POMPON	1.5	94	D60	Repas (groupe scolaire)
Carrefour D60/D51	1	95	D51	Tourner à droite
Campagnac-les-Quercy	4	99	D51 - D2 - D673	
Salviac	8	107	VC	En face l'église à droite
Carrefour D2/D47	1	108	D47	A droite - Vallée de l'Ourajoux
Carrefour D47/D25	5	113	D47	
CATUS	13	126	D13	Ravitaillement
Saint-Denis-Catus	4	130	D12	Tourner à droite
Calamane	7	137	D47	
Carrefour D47/VC	2	139		Tourner à droite
Auzolle	4	143	VC	
Carrefour VC/D820	1.5	144	VC - Vieille route de Paris	En face traverser D820
CAHORS	10	154	Côte des Evêques - D653 - Quai de Regourd - Pont de Cabessut - Quai de la Verrerie - Rue Ludo Rollès	Stade Lucien Desprats

Etiquette 105x57

N° inscription :

N° chambre :

Identité et adresse du participant

Nom du club



FEDERATION FRANÇAISE DE CYCLOTOURISME
LIGUE DES PYRENEES
CoDEP 46

EN CAS D'ACCIDENT

Secours : 112

Gendarmerie : 17

N° de l'organisation: 06.87.94.85.01

SECURITE

Vous êtes en promenade organisée,
pour votre sécurité, vous devez respecter:

le code de la route,
les autres usagers de la route,
les consignes des organisateurs.

PRESTATIONS

Samedi

Dimanche

Repas midi

Repas soir

Petit Déjeuner

Repas midi

CONTROLES CAHORS – SOUILLAC

CAHORS

Heure de Départ: 7h à 8h

0 km

Stade Lucien Desprats

ST-CIRQ-LAPOPIE

Heure d'ouverture: 8h00 à 10h00

40 km

Point d'eau - Ravitaillement

LOUBRESSAC

Heure d'ouverture: 11h00 à 14h30

113 km

Repas (Salle des fêtes)

L'HOSPITALET

Heure d'ouverture: 13h30 à 17h30

141 km

Point d'eau - Ravitaillement

SOUILLAC

Heure d'ouverture: à partir de 15h

168 km

Vin d'honneur à 19h Repas à 20h

Lycée VICAT

CONTROLES SOUILLAC – CAHORS

SOUILLAC

Heure de Départ: 7h à 8h

0 km

Petit déjeuner: 6h30

Lycée VICAT

SARLAT

Heure d'ouverture: 8h30 à 10h30

35 km

Point d'eau - Ravitaillement

ST-POMPON

Heure d'ouverture: 11h00 à 14h30

94 km

Repas (groupe scolaire)

CATUS

Heure d'ouverture: 13h30 à 17h00

126 km

Point d'eau - Ravitaillement

CAHORS

Heure d'ouverture: à partir 15h30

154 km

Une boisson à l'arrivée

Stade Lucien Desprats

2 jours entre LOT et DORDOGNE

27 et 28 juin 2009

CAHORS CYCLOTOURISME

Place Luctérius-La Barbacane
46000 CAHORS

e-mail: cahors.cyclotourisme@orange.fr
Site Internet: <http://www.cahorscyclotourisme.com/>