



**Chacun est libre de faire ou non les circuits proposés ou bien un parcours plus adapté à la forme du moment.**

Rappel : Le club a souscrit une assurance pour recevoir des non licenciés ou licenciés d'autres fédérations pour 3 fois. Au-delà, la prise de licence est obligatoire (en cas d'accident grave impliquant un licencié et un non licencié l'assurance du club ne jouera pas). Alors, chacun doit être vigilant et informer le comité directeur si d'aventure un cas posait problème.

### Samedi 2 :

**101km:** Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – Concots – 5km après à droite D52 – Varaire – vers Limogne sur 500m et à droite D55 – Beauregard – D40 vers St Projet sur 500m et à gauche VC – Vidaillac – D24 – Puylagarde – à droite D33 – St Projet – au bas du village à droite D33 – Saillac – Varaire – Bach – Vaylats – Lalbenque – D6 vers Cahors sur 6km et à droite D49 – Vallée du Tréboulou – Cahors.

**84km:** Cahors → Varaire – à droite D52 – Saillac – D53 – Jamblusse – à droite D22 Bach → Cahors.

**60km:** 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 St Cirq Lapopie sur 7 km et à gauche Pradines sur VC – D8 – Les Vitarelles – Arcambal – D911 – Cahors.

### Lundi 4 :

**100km:** Cahors – La Chartreuse – Pradines – Douelle – La Grézette – Espère – Calamane – St Denis Catus – Catus – à droite D47 – vallée de l'Ourajoux – Salviac – Pont Carral – vers Gourdon sur 4km et à droite D81 – D12 – Concorès – Peyrilles – Uzech – St Denis Catus – Calamane – D47 vers Maxou sur 1,5km et à droite VC – Mas Delleu – Auzole – vieille route de Paris – Cahors.

**83km:** Cahors → Catus - à droite D47 - au carrefour D47/D25 à droite D25 – Rampoux – Lavercantière – à gauche D25 – Bonnet – à droite D12 Uzech → Cahors.

**62 km:** Cahors – La Chartreuse – Pradines – Douelle – La Grézette – Espère – Calamane- à droite vers Maxou - Les Carrières-Brouelles-à gauche et en haut de la côte, en face-Gigouzac-Saint-Denis-Catus-côte de Boissières-Calamane-Route de la gare Mercuès-Douelle-Pradines-Cahors.

### Mercredi 6 :

**102km:** Cahors – Laroque – Vers – St Géry – Conduché – Tour de Faure – St Martin Labouval – Larnagol – à gauche D143 – 500m avant St Chels à droite D82 vers Cajarc sur 2,5km et à gauche D17 – Marcilhac sur Célé – Sauliac – Cabrerets – à droite D13 sur 1km et à gauche VC – Merlan – Pech Picou – Vers – Laroque des Arcs – Cahors.

**86km:** Cahors → St Martin Labouval – à gauche D24 Nougayrac – Col du Lièvre – Sauliac → Cahors.

**60 km:** Cahors – Laroque – Vers – St Géry – Conduché -Cabrerets-A la sortie à gauche (vers Pech Merle, puis à la D 10 en face Merlan-Trégantou-Vers-Cahors

- **Samedi 9 : VADROUILLES GOURMANDES (Annulées).**

## Samedi 9 :

**101km:** Cahors – route de Lalbenque – La Marchande – Hautesserre – au carrefour du Tréboulou à droite D49 vers Le Cayran – puis tout droit D149 – à la D19 à gauche sur 1,5 km et à droite D49 – Fontanes – Montdoumerc – Belfort du Quercy – Lapenche – à droite D103 – Caussade – D964 vers Montricoux sur 6km et à gauche D95 – St Cirq – D76 – Septfonds – D9 – Cayrieuch – Bas de Puylaroque – D20 – au sommet à droite D20b – D99 – à la D6 à gauche – Lalbenque – à gauche D19 vers D820 sur 200m et à droite VC – Pauliac – Le Cayran – D149 vers Pouzergues – à droite Hautesserre – Cahors.

**80km:** Cahors – route de Lalbenque – La Marchande – Hautesserre – en bas de la descente, au carrefour du Tréboulou à droite D49 vers Le Cayran – puis tout droit D149 – à la D19 à gauche sur 1,5 km et à droite D49 – Fontanes – Montdoumerc – Belfort du Quercy-D 47 Lapenche -A gauche D 103, puis D 17 - Puy Laroque - 7 km à gauche D6 - Lalbenque - à gauche D19 vers D820 sur 200m et à droite VC – Pauliac – Le Cayran – D149 vers Pouzergues – à droite Hautesserre – Cahors.

**62 km:** Cahors – route de Lalbenque – La Marchande – Hautesserre – en bas de la descente, au carrefour du Tréboulou à droite D49 vers Le Cayran – puis tout droit D149 – à la D19 à gauche sur 1,5 km et à droite D49 – Fontanes – Montdoumerc - A gauche 500 m et à droite Belfort du Quercy - A gauche D 56 pendant 4 km et à gauche D 20 bis et à gauche D 6 Lalbenque - à gauche D19 vers D820 sur 200m et à droite VC – Pauliac – Le Cayran – D149 vers Pouzergues – à droite Hautesserre – Cahors.

## Lundi 11:

**100km:** Cahors – La Chartreuse – Pradines – Douelle – à gauche D12 vers Cournou sur 2km et à gauche VC – Le Bournaguet – D27 à droite – D656 – Sauzet – à l'entrée du village à gauche D185 – Bagat – St Daunès – Montcuq – Bas de Lauzerte – vers Valence sur 2km et à gauche D81 vers Lafrançaise sur 9km et à gauche D16 sur 9,5km puis à gauche D29 – Saux – à droite D57 – vallée de la Barguelonne – D104 – à la D659 à gauche – Lhospitalet – Cahors.

**81km:** Cahors → Bas de Lauzerte – D54 – vallée du Lendou – St Laurent Lohmie – 1km avant Les Vignals à droite D55 – Boisse – D55 – D659 → Cahors.

**69 km:** Cahors – La Chartreuse – Pradines – Douelle – Vers Luzech - Saint-Vincent-Sauzet- A gauche 4 km sur D 656 - A gauche D 45 -Saint-Daunès - A gauche D 653 sur 3 km puis à droite D 37 - Escayrac - Lascabanes - Labastide-marnhac-Cahors.

## Mercredi 13:

**102km:** Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – au feu à gauche Galessie – Les Mazuts – Les Vitarelles – D52 – Esclauzels – Concots – vers Limogne sur 5km et à droite D52 – Varaire – vers Limogne sur 500 m et à droite D55 – Beauregard – à gauche D53 sur 2km et à gauche D24 – Limogne – D19 vers Cajarc sur 1,5km et à gauche D143 – Calvignac – Cènevières – Crégols – St Cirq Lapopie – Les Vitarelles – Arcambal – Cahors.

**80km:** Cahors → Concots – Limogne – D40 – Lugagnac – Crégols – St Cirq Lapopie – Les Vitarelles – Arcambal – Cahors.

**70 km:** Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – au feu à gauche Galessie – Les Mazuts – Les Vitarelles – D52 – Esclauzels – Concots - Vers St-Cirq 0,5 km, puis à droite Vers Crégols- Saint-Cirq-Lapopie- – Les Vitarelles – Arcambal – Cahors

## Samedi 16:

**100km:** Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – Labastide Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – St Laurent Lohmie – Bas de Lauzerte – à droite D2 vers Montaigu de Quercy sur

7,5km et à droite D60 – vallée de la Séoune – Moulin Bessou – à gauche D55 – Couloussac – à droite D41 – Saux – St Matré – Sauzet – à gauche D23 – St Vincent Rive D'Olt – Douelle – Pradines – Cahors.

**80km:** Cahors → St Laurent Lohmie – 2,5km après à droite D85 – Près de Montlauzun – 1km après à droite D45 – D28 à gauche – Montcuq – St Daunès – à gauche D45 – à droite D656 – Sauzet – à gauche D23 – St Vincent Rive D'Olt – Douelle – Pradines – Cahors.

**69 km** - Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – Labastide Marnhac – Lascabanes – Après 4 km, à gauche Escayrac - A la D 653 à gauche 3 km - Saint-Daunès- – à gauche D45 – à droite D656 – Sauzet – à gauche D23 – St Vincent Rive D'Olt – Douelle – Pradines – Cahors.

- **DIMANCHE 17 MAI : BOUCLE MARNHACOISE (Annulée).**

### Lundi 18:

**101km:** Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – vers Figeac sur 17km et à droite D17 – Marcilhac sur Célé – Sauliac – à gauche D24 – Nougayrac – St Martin Labouval – Tour de Faure – Conduché – St Géry – Vers – Laroque – Cahors.

**81km:** Cahors → vers Figeac sur 14km et à droite VC – Blars – D40 – Cabrerets – Conduché → Cahors.

**70 km:** Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – Guillot -En haut de la côte, à droite vers Saint-Géry pendant 2,5 km, puis Cabrerets-Conduché-Saint-Géry- Vers- Cahors.

### Mercredi 20:

**102km:** Cahors – La chartreuse – Pradines – Douelle – Mercuès – Calamane – à droite D47 – lieu-dit Les Carrières – à gauche VC – Brouelles – à la sortie du bourg à gauche VC – Gigouzac – D23 – lieu-dit Loubières – à droite D5 vers D820 sur 2,5km et à gauche VC – St Germain du Bel Air – à droite D23 vers D820 sur 2km et à gauche D17 – St Chamarrand– D704 – Gourdon – D12 – Concorès – Peyrilles – Uzech– St Denis Catus – Calamane – Espère – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

**80km:** Cahors → St Germain du Bel Air – à gauche D2 – avant Concorès à gauche D12 – Peyrilles → Cahors.

**72 km:** Cahors – La Chartreuse – Pradines – Douelle –Mercuès-Gare de mercuès-Calamane-D13 - St-Denis-Catus-Catus-St-Médard-Rostassac (en face rte riverains) - Castelfranc-Camy-Luzech-Douelle-Pradines-Cahors.

- **Samedi 23: BREVET RANDONNEUR MONDIAL 200 KM à CAHORS (Annulé).**

### Samedi 23:

**103km:** Cahors – Le Bartassec – passer sous la rocade et à droite Route de Fontanet – La Coronelle – Trespoux – D27 – D12 – St Pantaléon – D653 à droite – St Daunès – St Jean – 3km après à droite D228 – Ste Croix – Moulin Bessou – à gauche D23/D60 - à droite D24 - Montaignu de Quercy – à gauche D2 – Bas de Lauzerte – D34 Cazillac – en face D57/D104 – vallée de la Barguelonne – à la D659 à gauche Lhospitalet – Cahors.

**81km:** Cahors → St Jean – D653 – D953 – Bas de Lauzerte → Cahors.

**69 km :** Cahors-La Courounelle-Trespoux -D27/D12)-St-Pantaléon (D653 à droite)-Saint-Daunès-Montcuq-Lauzerte (Auléry)-A gauche D54 - St-Laurent lohmie-Lascabanes-Labastide-mqarnhac-Cahors.

## Lundi 25 :

**105km:** Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D47 – Le Montat – Ventailac – à droite D820 sur 500m – à droite D19 sur 500m – à gauche VC St Paul de Loubressac – en haut du village à droite D49 vers La Cabrette sur 2km et à gauche D66 – D4 à gauche – D38 – Montpezat – à droite D20 sur 1km et à gauche D69 – Auty – D22 vers Caussade – au bas de la côte avant A20 prendre à droite la D90 (// à l' A20 ) vers Réalville sur 8km et à droite D40 – Mirabel – D66 – St Amans – D959 – à droite Molières – Castelnau Montratier – D659 vers Cahors sur 3km et à droite VC – Boyer – 3,5km après à gauche D55 – Pern – Lhospitalet – Cahors.

**80km:** Cahors → Auty – à droite D22 Espanel – D20 vers Molières sur 2km et à droite D959 – Castelnau Montratier – D659 – Lhospitalet – Cahors.

**74 km** - Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D47 – Le Montat – Ventailac – à droite D820 pendant 3 km, puis à droite vers St-Paul de L.- D 49, 6 km puis à gauche D4 Montpezat du Quercy - Vers 820 3 km puis en face D 105 Montdoumerc -D 10 -Lalbenque -Laburgade - Aujols - Arcambal - Cahors

## Mercredi 27:

**100km:** 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 – Cremps – Escamps – Bach – Varaire – à droite D52 – Saillac – St Projet – dans le village à droite D33 – Puylagarde – D97 vers Caylus sur 4km et à droite V.C – Loze – à droite D19 – Bas de St Projet – à gauche D33b – Saillagol – Jamblusse – à droite D22 Bach – Escamps – D42 – Concots – Arcambal – Cahors.

**82km:** Cahors → Saillac – D53 – Jamblusse → Cahors.

**71 km** -Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal - Concots-D 52 Varaire - A droitete D 19 Bach - A droite D 22 Escamps - Cremps-Les Fournets- Arcambal - Cahors.

- 30 mai au 1er juin: **W.E. DES LOTOISES à AUBUSSON D'AUVERGNE (Reporté).**

## Samedi 30:

**100km:** Cahors – La Chartreuse – Pradines – Douelle – Mercuès – avant Calamane – à gauche D144 – D6 – Catus – D13 vers Montgesty sur 1km et à gauche D172 – Lherm – à droite D37 sur 3km et à gauche D46 – à la D45 à droite – vallée de la Masse – Cazals – Salviac – à droite D47 – Vallée de l'Ourajoux vers Catus sur 7km et à droite D25 – Gindou – D13 – Maussac – Montgesty – Catus – St Denis Catus – Calamane – Mercuès – Douelle – Pradines – Cahors.

**83km:** Cahors → Cazals – à droite D13 – Gindou – Maussac → Cahors

**69 km:** Cahors – La Chartreuse – Pradines – Douelle – Vers Luzech - Saint-Vincent-Sauzet- A gauche 4 km sur D 656 - A gauche D 45 -Saint-Daunès - A gauche D 653 sur 3 km puis à droite D 37 - Escayrac - Lascabanes - Labastide-marnhac-Cahors.



**CIRCUIT PERMANENT DE 46 km:** St Georges – Laroque des Arcs – prendre la D653 – Vers – St Géry – 1 km après, tourner à droite sur la D10 – traverser le pont et à gauche sur 3 km – au carrefour, tourner à droite sur la D8 – Arcambal – à droite sur la D911 – Cahors.

# CIRCUITS DE JUIN 2020.

Attention : Compte tenu de la période de confinement, notre pratique a dû être abandonnée, et il va sans dire qu'en augmentant nos distances, il faut rester humbles et ne pas précipiter les choses (Alors prudence, les performances ce sera pour plus tard).

## Lundi 1er:

**100 km:** Cahors – Pont Louis Philippe – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – Guillot – vers Figeac sur 3 km et à gauche D10 – Lauzès – St Cernin – D10 vers Soulomès sur 4 km et à droite D17 vers Sénaillac sur 1 km puis à gauche D71 – Caniac du Causse – D71 vers Quissac sur 1 km et à gauche D42 – 1 km avant Fontanes du Causse à gauche D25 – Labastide Murat – D10 – Montfaucon – à gauche D2 vers D820 sur 5 km et à gauche D17 – Vaillac – Labastide Murat – St Sauveur la Vallée – St Martin de Vers – Guillot – Vers – Laroque – Cahors.

**83 km:** Cahors → Labastide Murat – St Sauveur la Vallée → Cahors.

**73 km:** Cahors – Pont Louis Philippe – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – Guillot – vers Figeac sur 3 km et à gauche D10 – Lauzès-St-Cernin (dans le village à gauche) - St-Sauveur la Vallée-Guimmoet-Vers-Cahors.

## Mercredi 3:

**101 km:** Cahors – La Chartreuse - D8 - Pradines – Douelle – Luzech – Albas – Anglars Juillac – à droite traverser le Lot – D67 – Prayssac – vers Pomarède sur 200 m et au rond-point à gauche (passer devant le restaurant Le Vidal) – Le Théron – 1,5 km après à droite D44 – Loupiac – Pomarède – Frayssinet le Gélât – D660 vers Villefranche du Périgord sur 3,5 km et à droite D46 – St Caprais – continuer sur la D46 jusqu'à la D673 et à droite sur 400 m puis à gauche D46 – Montgesty – à gauche D46 vers Uzech sur 3,5 km – à la D6 à droite – Catus – au lac à gauche D23 – côte du Loup – Crayssac – à droite D9 – Caix – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

**81 km:** Cahors → Prayssac – D67 vers Pomarède sur 1 km et à droite D172 – Niaudon – 4 km après à droite D660 – Rostassac – St Médard Catus – Lac de Catus – à droite D23 → Cahors.

**64 km:** – La Chartreuse - D8 - Pradines – Douelle – Luzech – Albas – Anglars Juillac – à droite traverser le Lot – D67 – Prayssac-D 811 - Castelfranc-Camy-Luzech-Doudelle-Cahors.

## Samedi 06:

**104 km:** Cahors – Le Bartassec – D820 – Sept Ponts – Lhospitalet – 3,5 km avant Castelnau à droite D104 – D57 – Cazillac – D31 – D34 – Bas de Lauzerte – D2 – Montaigu de Quercy – à droite D41 – Couloussac – à droite D55 – Moulin Bessou – en face D55 vers Montcuq sur 2,5 km et à droite VC – Ste-Croix – Montcuq – D653 vers Cahors – à gauche St Pantaléon – D37 – D12 – D27 – Trespoux – La Coronelle – Cahors.

**81 km:** Cahors → Bas de Lauzerte - D953 Montcuq → Cahors.

**68 km:** Cahors – Le Bartassec – D820 – Sept Ponts – Lhospitalet – 3,5 km avant Castelnau à



droite D104 – D57 – Cazillac - A droite 4 km rejoindre la D 54 puis à droite St-Laurent-Lolmie-Lascabanes-Labastide-Marnhac-Cahors.

- 7 juin: RANDONNEE DE LA BOURIANE à GOURDON (Annulée).

### Lundi 08:

**101 km:** Cahors – route de Lalbenque – côte de la Marchande – Hautesserre – à droite VC – Pouzergues – à gauche D149 – Le Cayran – D49 – St Cevet – Fontanes – D149 jusqu'à la D820 et à gauche sur 300 m puis à droite D83 – à la D38 à gauche – Montpezat de Quercy – vers Molières sur 2 km et à gauche D69 – Mirabel – D40 – 1 km avant L'Honor de Cos à droite D959 – Molières – vers Castelnau sur 3 km et à droite D83 – à la D38 à gauche vers Castelnau sur 200 m et à droite D66 – St Paul de Loubressac – St Barthélémy – à la D19 à droite – à la D820 à gauche – Ventaillac – Le Montat – Cahors.

**87 km:** Cahors → Montpezat – D20 – Espanel – 1,5 km avant Molières à droite D959 – vers Castelnau sur 2 km et à droite D83 → Cahors.

**69 km** Cahors – route de Lalbenque – côte de la Marchande – Hautesserre – à droite VC – Pouzergues – à gauche D149 – Le Cayran – D49 – St Cevet – Fontanes –D47 Montdoumerc-A gauche puis à droite Belfort du Quercy-puis 4 km et à gauche D 56 vers Puylaroque-D20bis puis D99 St-Hilaire-D19 à gauche Lalbenque-St-Cvet-Ventaillac-le Montat-Cahors.

### Mercredi 10:

**103 km:** Cahors – D911 – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – 8 km après à droite VC – Les Fournets – Cremps – Escamps – Bach – D22 – Jamblusse – D85 – Caylus – à droite D926 vers Caussade sur 2 km et à droite D20 – Puylaroque – à droite Belmont Ste Foi – après 2 km à gauche D6 - Lalbenque – Laburgade – D22 – D49 – Vallée du Tréboulou – Cahors.

**85 km:** Cahors → Bach - Varaire – dans le village à droite VC – 500 m avant Jamblusse à droite D22 – Bach – D19 vers Puylaroque sur 8 km et à droite D6 – Lalbenque → Cahors.

**72 km:** : Cahors – D911 – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – 8 km après à droite VC – Les Fournets – Cremps – Escamps – Bach – D22 – Avant Jamblusse, à gauche Varaire-A gauche D 19 -Bach-1,5 km vers Puylaroque, puis à droite D 19 Lalbenque-D6 -Haitesserre-Cahors.

### Samedi 13:

**101 km:** Cahors – Pont Louis Philippe – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – St Géry – Conduché – Tour de Faure – St Martin Labouval – à gauche D24 – Nougayrac – Sauliac sur Célé – Marcilhac sur Célé – à gauche D17 – à la D653 à gauche – Guillot – Vers – Laroque – Cahors.

**81 km:** Cahors → Conduché – Cabrerets – Liauzu – à gauche D40 – Blars – à gauche VC – à la D653 à gauche → Cahors.

**73 km :** Cahors – Pont Louis Philippe – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – St Géry – Conduché –La Sagne-Le Bosc-D653-Guillot-Vers-Cahors.

## 14 juin: JOURNEE DES SPORTS NATURE du CDOS au LIAUZU (Annulé).

### Lundi 15:

**100 km:** Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – La Grézette – Espère – Calamane – 1 km après à gauche – Nuzéjols – D9 – en haut de la côte à droite – D109 – Viaduc de St Denis Catus – Catus – à droite D47 – Salviac – à droite D 673 vers Gourdon sur 3 km et à droite D6 – Dégagnac – à gauche D2 – Concorès – Peyrilles – St Denis Catus – Calamane – Mercuès – Douelle – Pradines – Cahors.

**84 km:** Cahors → 9 km avant Salviac à droite D25 Rampoux – Lavercantière – D25 – Bonnet → Cahors.

**74 km:** Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – La Grézette – Espère – Calamane-St-Denis-Catus-Gigouzac-D 127 vers D820 - A gauche 200 m puis à droite Lamothe-Cassel-St-Sauveur la vallée-St-Martin de Vers-Guillot-Vers-cahors.

### Mercredi 17:

**100 km:** Cahors – Le Bartassec – passer sous la rocade et à droite VC – La Coronelle – Trespoux – D27 – D12 – D656 – Sauzet – 4 km après à gauche D45 vers St Daunès sur 1 km et à droite D23 – Belmontet – Moulin Bessou – à la D2 à gauche vers Lauzerte sur 1 km et à droite D60 sur 7,5 km puis à gauche D41 – St Pierre de Nazac – D953 – Bas de Lauzerte – D54 – St Laurent Lohmie – Les Vignals – Lascabanes – Labastide Marnhac – Cahors.

**81 km:** Cahors → à la D2 à gauche Bas de Lauzerte → Cahors.

**70 km:** Cahors – Le Bartassec – passer sous la rocade et à droite VC – La Coronelle – Trespoux – D27 – D12 – D656 -500 m après à droite vers Trébaix - Cambayrac-A la D23 à gauche – Sauzet – 4 km après à gauche D45 vers St Daunès sur 1 km et à droite D23, 4 km à gauche D 28 - Le Trépadou-St-Daunès-A gauche 2,5 km sur D653 et à droite D37 Escaurac-Lascabanes-D7 Labastide-Marnhac-Cahors.

### Samedi 20:

**100 km:** Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D49 – Le Montat – Ventailac – St Cevet – Lalbenque – Montdoumerc – D10 – Montpezat Gare – Montpezat de Quercy – D38 vers D820 sur 1,5 km et à droite VC – Auty – D22 – Caussade – D964 vers Montricoux sur 500 m et à gauche D75 – St Cirq – à gauche D76 – Septfonds – en face D9 – Cayriech – à gauche VC – D103 – Lopenche – à droite D47 - Belfort – Lalbenque – Hautesperre – Cahors.

**80 km:** Cahors → D38 jusqu'à la D820 - en face VC Grez – 1,5 km après à gauche D103 – Lopenche – à droite D47 - Belfort – Lalbenque – Hautesperre – Cahors.

**70 km:** Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D49 – Le Montat – Ventailac – St Cevet – Lalbenque -D55 Escamps-D22-Bach-D171, 1,5 Km puis D19-Vaylats-Lalbenque-D10 Laburgade-Aujols-Rosignol-D911-Arcambal-Cahors.

## Dimanche 21 juin: RONDE DE L'OURAJOU à SALVIAC (Annulée).

### Lundi 22:



**102 km:** Cahors – Pont Louis Philippe – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – à l'église à gauche VC – Pech Picou – Merlan – Cabrerets – Sauliac sur Célé – Marcihac sur Célé – à droite D17 sur 8 km et à droite D82 – près St Chels à gauche D143 – Larnagol – St Martin Labouval – Tour de Faure – St Géry – Vers – Laroque – Cahors.

**79 km:** Cahors → Merlan - D10 à gauche Le Bosc – à droite D653 sur 6,5 km – Lentillac du Causse – à la D42 à droite Orniac – à la sortie à gauche VC vers Les Noueyrailles – à la D40 à droite - La Pescalerie – à droite Cabrerets – Conduché → Cahors.

### Mercredi 24:

**100 km:** Cahors – D911 – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – Concots – Limogne – Varaire – Bach – Belmont Ste Foi – Puylaroque – D17 vers Caussade sur 4 km et à droite D103 – Lapenche – Belfort – Lalbenque – Hautesserre – Cahors.

**86 km:** Cahors → Arcambal - 8 km après à droite VC – Les Fournets – Cremps – Escamps – Bach → Cahors.

**73 km:** Cahors – D911 – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – Concots – D42 , puis D26 vers Crégols-Bas de St-Cirq Lapopie-Traverser le Lot-Tour de Faure-Conduché-St-Géry-Vers-Cahors.

### Samedi 27:

**100 km:** Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – La Grézette – Lapoujade – Crayssac – lac de Catus – St Médard – Rostassac – Goujounac – Frayssinet le Gélât – D673 vers Fumel sur 4 km et à gauche D189 – Cassagnes – Puy-L'évêque – Grézels – Lagardelle – Anglars – Castelfranc – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

**85 km:** Cahors → Goujounac – à gauche VC – Pomarède – à gauche D67 – Prayssac – D67 – traverser le lot – Anglars → Cahors.

**70 km:** Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – La Grézette – Lapoujade – Crayssac – lac de Catus – St Médard – Rostassac -A droite D660 -4 km puis à gauche D 37 les Junies-A la D811 à droite Castelfranc -Camy-luzech-Douelle-cahors.

- Dimanche 28 juin: CIRCUIT DES COMBETTES à ROUFFILHAC (?).

### Lundi 29:

**100 km:** Cahors – Arcambal – Les Mazuts – Les Vitarelles – St Cirq Lapopie – Tour de Faure – St Martin Labouval – Larnagol – Calvignac – à gauche D8 vers Gaillac sur 1,5 km et à droite D79 – St Jean de Laur – à droite D53 vers D911 sur 2,5 km et à droite D143 – D19 – Limogne – à droite D40 – Lugagnac – Tour de Faure – Conduché – St Géry – Vers – Laroque – Cahors.

**83 km:** Cahors → Larnagol – Cènevères – Crégols – Tour de Faure → Cahors.

**70 km:** Cahors – Arcambal – Les Mazuts – Les Vitarelles – Berganty--Puis D42 à gauche - St-Cirq-lapopie-Tour de faure - Saint-Géry-Vers-cahors.St Cirq Lapopie



**CIRCUIT PERMANENT DE 46 KM :**

**Départ** : St Georges – Laroque des Arcs – prendre la D653 – Vers – St Géry – 1 km après, tourner à droite sur la D10 – traverser le pont et à gauche D10 – Les Vitarelles, tourner à droite sur la D8 – Arcambal – à droite sur la D911 – Cahors