

INFOS D'OCTOBRE 2017

Permanences à la Barbacane : Les informations et circuits mensuels de novembre seront disponibles à la prochaine permanence à la Barbacane **le jeudi 19 octobre à partir de 18h.**

Réunions mensuelles du Comité Directeur : La prochaine réunion mensuelle de votre Comité Directeur est prévue **le jeudi 19 octobre à 18h30.**

Premiers secours Civiques : Le codep organise, **le samedi 14 octobre** une formation gratuite PSC1 à St Pierre Lafeuille. Seul, le repas, pris en commun, sera à la charge des inscrits. **Le nombre des places est limité.** Contactez très vite, Stéphane ou Roland.

Circuits route : **Les vacances sont finies et nous revenons aux horaires habituels.** Les départs se font du parking St Georges à 14h pour tous les groupes. La convivialité et le soutien des cyclos en difficulté sont des caractéristiques communes aux différents groupes. Mais c'est à chacun de se déterminer pour intégrer l'un ou l'autre, en fonction de son niveau et de sa forme du moment.

Jeunes et VTT : Depuis la mi-septembre, les jeunes ont déménagé et pris possession de leurs nouveaux locaux à la base VTT d'Auzole. Il reste des places alors faites leur de la pub autour de vous ! **Les inscriptions sont prises à partir de 8 ans.** C'est également avec plaisir qu'ils acceptent les adultes intéressés tous les mercredis et samedis après-midi.

Premières randonnées pédestres : La première sortie de l'automne se fera dans le cadre de la **Journée Eugène Nègre** au départ de la mairie de Maxou le dimanche 15 octobre. Il y aura également un parcours sur route. La suivante est planifiée pour le dimanche **19 novembre à Vers.**

Internet : Notre site internet évolue en permanence. Consultez-le régulièrement. Vous avez participé à des organisations extérieures au club, qu'elles soient ou non programmées à notre **calendrier** ? Dites-le en cliquant sur le bouton « Vos Participations » de la rubrique **« Actualités »**. Également, pour une information optimisée, n'oubliez pas de **vous inscrire à la newsletter** du site. Vous faciliteriez grandement le travail de votre secrétaire. **Au comité aussi, les enthousiasmes s'essouffent. Alors ne les gaspillons pas !**

Sites internet du Codep : Le Codep a créé un **nouveau site internet**. Il a également un compte Facebook. **Ils valent le détour ! Alors n'hésitez pas et cliquez !**

Sécurité : **Pour être respectés, soyons respectables** : le code est le même pour tous les utilisateurs de la route ! Mais n'oublions pas que, sur la route, **nous sommes toujours les plus fragiles ! Nous n'avons pas de carrosserie, alors soyons très vigilants !**

CIRCUITS D'OCTOBRE 2017

Les départs à 14h se font du parking St Georges et à 9h le dimanche matin dans l'ordre des groupes 1, 2 et 3.

[DIMANCHE 1^{er} OCTOBRE : La Transfigeacoise VTT à Cardaillac](#)

Dimanche 1^{er} : 74 km

Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Luzech – Camy – Castelfranc – D45/D660 – 2 km avant Goujounac 1^{ère} route à gauche D172 – Niaudon – Prayssac – Castelfranc – Anglars Juillac – à gauche D8 Albas – à droite D37 – Sauzet à gauche D656 – 1 km avant Villesèque à gauche D12/D27 – Trespoux – La Coronelle – Cahors.

Lundi 2 : 70 km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Roc de l'Agasse – Route de Montcuq – Labastide Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – St Laurent Lolmie – à gauche D28 – Lolmie – à la D57 à gauche sur 500 m et à droite D29 – Saux – au carrefour D29/D31 prendre de suite à gauche D16 – St Aureil – Castelnau – D19 – D820 à gauche – Ventaillac – D47 – Le Montat – Cahors.

Mercredi 4 : 70 km

Cahors – route de Lalbenque – La Marchande – Hauteserre – avant le château à droite VC – Pouzergues – à gauche D149 – Le Cayran – à droite D149 – St Cevet – Fontanes – D47 – Montdoumerc – Belfort du Quercy – à gauche D56/D20b/D99 – St Hilaire – 2 km après à gauche D19 – Lalbenque – D6 – D49 (vallée du Tréboulou) – Cahors.

Samedi 7 et Dimanche 8 : 74 km

Cahors – D911 – au feu à gauche – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – Concots – 3,5 km avant Limogne à gauche VC – Lugagnac – D40 – Près de Crégols à gauche D8 – St Cirq Lapopie – Les Vitarelles – à gauche D10 – Peyrefitte – à la D911 à droite – Arcambal – Cahors.

[DIMANCHE 8 OCTOBRE : Clôture du Codep46 à Carluçet Route VTT et Marche](#)

Lundi 9 : 70 km

Cahors – Pont Louis Philippe – les quais à droite – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – St Gély – Conduché – Cabrerets – D13 (vallée de la Sagne) – à la D653 à gauche – Guillot – Vers – Laroque des Arcs – Cahors.

Mercredi 11 : 73 km

Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Mercuès – Calamane – St Denis Catus – Catus – St Médard – Rostassac – à droite D660 vers Goujounac sur 2,5 km et à gauche D50 – Le Cluzel – Castelfranc – Albas – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

[DIMANCHE 15 OCTOBRE : Journée Eugène Nègre à Maxou](#)

[DIMANCHE 15 OCTOBRE : Randonnée du Boulanger VTT à Strenquels](#)

Samedi 14 et dimanche 15 : 72km

Cahors – Pont Louis Philippe – les quais à droite – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque des Arcs – Vers – Guillot – St Martin de Vers – à gauche D13 – à la D820 à gauche sur 1 km et à droite VC – Ussel – à la D127 à gauche – Gigouzac – en face VC – Brouelles – D47 – Calamane – Espère – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

Lundi 16 : 71 km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D659 – Lhospitalet – Castelnau Montratier – D4 vers Montpezat sur 9 km et à gauche D83 jusqu'à la D820 – à gauche sur 300 m et à droite D149 – Fontanes – Lalbenque – Hauteserre – Cahors.

Mercredi 18 : 70 km

Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Parnac – à gauche D230 – La Bouysse – Cournou – D12 – D656 – Sauzet – D37 – Saint-Pantaléon – traverser la D653 – D37 Escayrac – Les Vignals – à droite D55 – Boisse – Pern – D55 jusqu'à la D19 – D820 à gauche – Ventaillac – D47 – Le Montat – Cahors.

Samedi 21 et dimanche 22 : 70 km

Cahors – D911 – au feu à gauche – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – 1 km après à droite VC – Aujols – VC – Cremps – Escamps – Bach – Varaire – à gauche D52 – D911 – Concots – Arcambal – Cahors.

Lundi 23 : 75 km

Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Mercuès – Calamane – Nuzéjols – à gauche D9 – au sommet à droite D109 – à droite D13 St Denis Catus – Gigouzac – D127 vers D820 sur 5 km et à droite VC – Ussel – à la D820 à gauche sur 1 km puis à droite D13 – St Martin de Vers – Guillot – Vers – Laroque – Cahors.

Mercredi 25 : 71 km

Cahors – D911 – au feu à gauche – rue des Jacobins – Rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – Avenue Edouard Herriot – Avenue Jean Lurçat – D911 – Arcambal – Galessie – Les Mazuts – Les Vitarelles – St Cirq Lapopie – Tour de Faure – Conduché – Cabrerets – D13 sur 1 km et à gauche VC – Le Viarnes – Le Bosc – Guillot – Vers – Laroque des Arcs – Cahors.

Samedi 28 et dimanche 29 : 75 km

Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Cournou – D12 – traverser la D656 – St Pantaléon – D653 à droite vers St Daunès – Montcuq – D55 – St Cyprien – Les Vignals – Lascabanes – Labastide Marnhac – Cahors.

Lundi 30 : 71 km

Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D659 – Lhospitalet – Castelnau Montratier – D4 vers Montpezat sur 9 km et à gauche D83 jusqu'à la D820 – à gauche sur 300 m et à droite D149 – Fontanes – Lalbenque – Hauteserre – Cahors.