



CIRCUITS de JANVIER 2023.

Les départs se font à 13h30 du parking Saint-Georges.

Lors des départs sur Arcambal, on évite la D911 pour ne pas gêner la circulation, en privilégiant un passage par la promenade de Coty, quai Jean Lagrive – au rond point à droite rue des Jacobins – après la voie ferrée à gauche rue Jacques Brel – puis le chemin des pierres, tout droit jusqu'au passage sous la voie ferrée, chemin de la Bouriette menant au club hippique de Bégoux, pour ressortir au passage à niveau de Cavaniès.

Parcours permanent de 46 km proposé en fin de page.

LUNDI 2:

56 km: Cahors St-Georges – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D47 Le Montat – Ventailac – à droite D820 sur 200m – à droite D19 direction Castelnau sur 1km – à gauche VC – St Barthélémy – St Paul-de-Loubressac – D49 à droite – à D66 à gauche sur 500m – VC à gauche (vers La Bouffie, descente rapide – Les Auzets) – à D83 à gauche – D820 à gauche sur 300m – à droite D83bis/D149 Fontanes – Lalbenque – D6 Hauteserre – Cahors.

42 km: Cahors St-Georges à Ventailac – en face VC St-Cevet – D149 à gauche – D19 à droite vers Lalbenque sur 80m – D149 à gauche Le Cayran – en face D49 Pech de Fos – à D6 à droite sur 40m – D49 à gauche vallée du Treboulou – **D911 à gauche – Cahors.**

MERCREDI 4:

54 km: Cahors St-Georges – Chemin du Bartassec – La Coronelle – Trespoux – à gauche D27/D12 – à la D656 à droite – Sauzet – après 4km D45 à gauche – Saint-Daunès – D653 à gauche – Saint-Pantaléon – Le Cluzel – Cahors.

40 km: Cahors St-Georges à la D656 en face D12 – **Saint-Pantaléon – D653 à gauche à Cahors.**

SAMEDI 7:

53 km: Cahors St-Georges – Chemin de la Chartreuse – Pradines – Douelle – Mercuès – D12 Calamane – Boissières – Saint-Denis-Catus – à droite D13 Gigouzac – à droite VC vers Brouelle sur 2,5km – à D9 à gauche jusqu'à D820 – D820 à droite – Pélacoy – au giratoire à gauche D49 – Francoulès – à la D22 à droite Valroufié – Laroque-des-Arcs – Cahors.

44 km: Cahors St-Georges à Calamane – D12 sur 1km puis VC à gauche Nuzéjols – D12 à gauche sur 1,4km – après le VC vers Mas de Serres prendre VC à gauche vers Calamane sur 2,3km – VC à droite (avant D12) Espère – D142 – traverser D811 – D142/D145/D240 – au Mas de Laroque D72 à gauche/D107/D12 Douelle – D8 à gauche – Cahors.

Ou 38 km: Cahors St-Georges à près Calamane – à gauche VC sur 100 mètres et encore à gauche VC Espère à Cahors.

LUNDI 9:

55 km: Cahors St-Georges – Arcambal – 8km après à droite VC – Les Fournets – Cremps – Escamps – Concots – Arcambal – Cahors.

41 km: Cahors St-Georges – Arcambal – 7km après à droite D10 – Aujols – Laburgade – D22 à droite – D49 à droite vallée du tréboulou – **D911 à gauche – Cahors.**

MERCREDI 11:

54 km: Cahors St-Georges – Laroque-des-Arcs – Vers – à gauche Guillot – vers Figeac sur 4 km et à droite D10 sur 8km – à droite VC – Merlan – Pech Picou – Vers – Cahors.

41 km: Cahors St-Georges à Vers – Saint-Géry – **et retour.** (*Ou juste après la 2ème barrière ferroviaire prendre VC à droite sur 300 m – à droite jusqu'à D662 (3 virages successifs à faible visibilité) dans Saint-Géry = 42 km*) à Cahors.

Jeudi 12 : Permanence du club à 17 h 30 (Renouvellement Licences).

SAMEDI 14:

59 km: Cahors St-Georges – D6 Côte de La Marchande – Hautesserre – à droite VC – Pouzergues – à gauche D149 – Le Cayran – à droite D149 – St Cevet – Fontanes – D26 Saint-Paul-de-Loubressac – Castenau-Montratier – D19 à droite sur 1,5km – D659 à gauche – Lhospitalet – Cahors.

40 km: Cahors St-Georges à Saint-Cevet – à droite VC vers Ventailac – juste avant la D820 à gauche VC parallèle sur 500m – à droite D19 – à D55 à droite – Pern – à D659 à droite – Lhospitalet – Cahors.

LUNDI 16:

58 km: Cahors St-Georges – Pradines – Douelle – Mercuès – Calamane – Saint-Denis-Catus – Catus – après le lac à gauche D23 – Crayssac – à D145 à gauche – Lapoujade – Mas Vieil – à droite D72 – Mas de Laroque – Lagrézette/D107/D12 – Douelle – D8 à gauche – Cahors.

43 km: Cahors St-Georges à Douelle – Luzech – à droite D9 – Caïx – D9/D145– Lapoujade à Cahors.

MERCREDI 18:

56 km: Cahors St-Georges – Chemin du Bartassec – Labastide-Marnhac – Lascabanes – à D4 à droite Escayrac – Montcuq – à droite D653 – Saint-Pantaléon – à gauche D12/D27 – Trespoux – à droite La Coronelle – Cahors.

41 km: Cahors St-Georges à Labastide-Marnhac – à D67 à droite – Le Cluzel – D653 à gauche – **Saint-Pantaléon – à droite D12/D27 à Cahors.**

SAMEDI 21:

60 km: Cahors St-Georges – Arcambal – D8 à gauche – Galessie – Les Mazuts – Les Vitarelles – D8 vers Saint-Cirq-Lapopie – au point de vue à gauche D40 (route touristique) – Bouziès – Saint-Géry – Vers – Cahors.

45 km: Cahors St-Georges aux Vitarelles – D10 à gauche – **Saint-Géry à Cahors.**

LUNDI 23:

55 km: Cahors St-Georges – chemin du Bartassec – D47 Le Montat – Ventailac – D820 à droite sur 400m – D19 à droite – à D55 à droite – Pern – Boisse – à D7 à droite sur 1km – D54 à droite – Cézac – Lhospitalet – Granéjols – à D47 à gauche – Le Montat – Cahors.

41 km: Cahors St-Georges à Pern – D659 à droite sur 800m – à gauche VC – Granval – **D54 à droite – Lhospitalet à Cahors.**

MERCREDI 25:

60 km: Cahors St-Georges – Pradines – Douelle – Luzech – Albas – Castelfranc – Camy – Luzech – à gauche D9 – Caïx – D9/D145 Lapoujade – Mas Vieil – D72 à droite – Mas de Laroque – Lagrèzette – D107/D12 – Douelle – Pradines – Cahors.

43 km: Cahors St-Georges à Luzech – à droite D9 – **Caïx à Cahors.**

Jeudi 26 : Permanence du club à 17 h 30 (Renouvellement Licences).

SAMEDI 28:

60 km: Cahors St-Georges – Laroque-des-Arcs – Vers – D653 Guillot – à D10 à droite vers Saint-Géry – Les Masseries – à D662 à droite – Saint-Géry – Vers – Laroque-des-Arcs – Cahors.

41 km: Cahors St-Georges à Vers – Saint-Géry – **et retour.** (Ou juste après la 2ème barrière ferroviaire prendre VC à droite sur 300 m – à droite jusqu'à D662 (3 virages successifs à faible visibilité) dans **Saint-Géry = 42 km**) à Cahors.

Samedi 28 janvier : Galette des rois du club (Salle polyvalente, sous la tribune du stade Pierre ilbert à Terre-rouge

LUNDI 30:

60 km: Cahors St-Georges – D6 – Côte de la Marchande – Hauteserre – Lalbenque – D55 Escamps – D22 à droite – Bach – D19 à gauche sur 100m – VC à gauche – Concots – D911 à gauche – [Arcambal – Cahors](#).

44 km: Cahors St-Georges à Lalbenque – D10 – Laburgade – Aujols – Rossignol – D911 à gauche à [Cahors](#).

CIRCUIT PERMANENT : 46 Km: St-Georges – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – 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 FEVRIER 2023.

Les départs se font à 13h30 du parking Saint-Georges.

Lors des départs sur Arcambal, on évite la D911 pour ne pas gêner la circulation, en privilégiant un passage par la promenade de Coty, quai Jean Lagrive – au rond point à droite rue des Jacobins – après la voie ferrée à gauche rue Jacques Brel – puis le chemin des pierres, tout droit jusqu'au passage sous la voie ferrée, chemin de la Bouriette menant au club hippique de Bégoux, pour ressortir au passage à niveau de Cavanès.

Parcours permanent de 46 km proposé en fin de page.

MERCREDI 1:

66 km: Cahors St-Georges– Chemin du Bartassec – D820 – les Sept Ponts – D659 – Lhospitalet – Castelnau-Montratier – vers Molières sur 9 km et à gauche D83 (Vallée du Lemboulas) – à la D38 à gauche D4 sur 300 m et à droite D66 – St Paul-de-Loubressac – en bas du village à droite au cimetière – VC St-Barthélémy – D19/D820 – traverser D820 et à gauche VC parallèle jusqu'à Ventailac – à gauche D47 Le Montat – Cahors.

46 km: Cahors St-Georges à D659 près de Castelnau-Montratier – à D19 à gauche jusqu'à D820 à Cahors.

VENDREDI 3 : Soirée des Trophées des Sports du Grand Cahors (Foyer Valentré).

SAMEDI 4:

64 km: Cahors St-Georges – Chemin du Bartassec – D820 – à droite D653 (Route de Montcuq) – Le Cluzel – D656 à droite Villesèque – 100 m avant Sauzet à droite D23 – St Vincent-Rive-d'Olt – Luzech – D9 – Caix – D9 – Col de Crayssac – Crayssac – à la sortie du village D9 – à la D811 à droite puis à gauche D6 vers Catus sur 500 m et à droite D9/D12 – Nuzéjous – Calamane – gare d'Espère – Mercuès – D12 Cessac – Douelle – D8 – Pradines – Cahors.

46 km: Cahors St-Georges à Saint-Vincent-Rive-d'Olt – à D8 à droite – Douelle – Cahors.

LUNDI 6:

68 km: Cahors St-Georges – Arcambal – 8 km après Arcambal à droite VC Les Fournets – Cremps – D22 Escamps – Bach – à gauche D19 Varaire – à gauche D52 – à D911 à gauche – Concots – Arcambal – Cahors.

52 km: Cahors St-Georges à Cremps – D26 à gauche – Concots à Cahors.

MERCREDI 8:

65 km: Cahors St-Georges – Chemin du Bartassec – à droite route de Fontanet – La Coronelle – Trespoux – D27 à gauche – après Les Salles à droite D12 –

Cournou – à gauche D230 vers Parnac – à gauche D8 vers Luzech – à gauche St-Vincent-Rive-d'Olt – D23 – Sauzet – avant l'entrée de Sauzet à gauche D656 vers Cahors sur 500 m et à droite D37 – St-Pantaléon – à la D653 à gauche sur 500 m – VC à droite Lascabanes – D7 à gauche Labastide-Marnhac – Cahors.

48 km: Cahors St-Georges à Les Salles – D12 vers D956 – D956 à droite – 500m avant Sauzet **D37 à gauche – Saint-Pantaléon** – D653 à gauche – Le Cluzel – à droite D67 – à **D7 à gauche Labastide-Marnhac à Cahors.**

SAMEDI 11:

67 km: Cahors St-Georges – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Laroque-des-Arcs – Vers – D653 Guillot – Le Bosc – à droite D10 vers St-Géry sur 2 km et à gauche VC – Le Viarnes – Cabrerets – D41 – Conduché – à droite D662 – St Géry – Vers – Cahors.

48 km: Cahors St-Georges à Vers – D662 Saint-Géry – après 2 km D10 à gauche sur 1,5 km – VC à droite sur 400m Les Masséries – au 1er croisement à gauche sur 20 m puis à droite – à D662 à droite – **Saint-Géry à Cahors.**

Dimanche 12 : Rando pédestre de Francoulès, suivie du repas à la "Mémée du Quercy".

LUNDI 13:

65 km: Cahors St-Georges – D6 Côte de la Marchande – Hauteserre – à droite VC Pouzergues – à gauche D149 Le Cayran – à droite D149 jusqu'à Saint-Cevet (à D19 à droite puis D149 et VC à gauche St Cevet) – à D19 à droite Lalbenque – D19 Vaylats – à gauche D42 Escamps – Concots – D911 **Arcambal – Cahors.**

47 km: Cahors St-Georges au Cayran – à droite **D149 vers** Saint-Cevet – à D19 à gauche – **Lalbenque** – D10 Laburgade – Aujols – Rossignol – **D911 à gauche Arcambal – Cahors.**

MERCREDI 15:

64 km: Cahors St-Georges – Le Bartassec – Chemin de Belle-Croix – D820 – les Sept-Ponts – D659 Lhospitalet – 3,5 km après à droite D55 – Boisse – D55 – à la D7 à gauche sur 2,5 km et à gauche VC (sous St Cyprien) – à la D104 à gauche (Vallée de la Barguelonne) jusqu'à la D659 à gauche sur 500 m puis à droite VC (Vallée de la Barguelonne) – Boyer – 4 km après à droite D55/D19 à gauche – à la D820 traverser et à gauche VC parallèle à D820 – Ventailac – D47 – Le Montat – Cahors.

46 km: Cahors St-Georges à Boisse – à gauche D64 – **D659 à gauche sur 500 m puis à droite VC (Vallée de la Barguelonne) à Cahors.**

SAMEDI 18:

66 km: Cahors St-Georges – Chemin de la Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Pont de Douelle – D12/D107/ D72 – Lagrézette – Mas de Laroque – D145 à gauche – Mas Vieil – Lapoujade – D23 à droite Crayssac – traverser D811 – D23 descendre la Côte du Loup – le Lac vert – D13 Catus – St-Denis-Catus – Gigouzac

– à droite VC Brouelles – D47 Calamane – à gauche D12 gare d'Espère – Mercuès
– D12 Cessac – Douelle – Pradines – Cahors.

50 km: Cahors St-Georges à D811 après Crayssac – à droite sur 1,5 km – à gauche D6 sur 2,6 km – à droite D144 (croisement en épingle à cheveu) sur 1,5 km – à D9 prendre VC en face vers Calamane – à **D12 à droite à Cahors.**

SAMEDI 18 : Journée Jean-Pierre Gardillou (A/R Cajarc en Vallée du Lot).

LUNDI 20:

63 km: Cahors St-Georges – Arcambal – à gauche D8 Galessie – Les Vitarelles – Saint-Cirq-Lapopie – Tour-de-Faure – D662 à gauche Conduché – Saint-Géry – Vers – à gauche D49B sur près de 3km – à droite VC Mondières – Galessie – D8 à droite – **Arcambal – Cahors.**

48 km: Cahors St-Georges aux Vitarelles – à gauche D10 – traverser le Lot – **D662 à gauche Saint-Géry – Vers – à gauche D49B** jusqu'aux Mazuts – D8 à droite – **Galessie à Cahors.**

MERCREDI 22:

61km: Cahors St-Georges – Le Bartassec – D820 – Roc de l'Agasse – Route de Montcuq – D7 à gauche – Labastide-Marnhac – Lascabanes – Les Vignals – 1km après à droite – D4 – Escayrac – Montcuq – D653 à droite – St-Daunès – 1km après à gauche D185 – Bagat – VC Sauzet – à droite D656 – 1km avant Villesèque à gauche D12 – D27 – Trespoux – Lacapelle – route de la Chartreuse à droite – Cahors.

49km: Cahors St-Georges à Escayrac – à D37 à droite – Saint-Pantaléon – D12 – traverser D656 – **D12/D27 – Trespoux – Lacapelle – route de la Chartreuse à droite – Cahors.**

SAMEDI 25:

67km: Cahors St-Georges – le Bartassec – Chemin de Belle Croix – D820 – les Sept Ponts – D47 Le Montat – Ventailac – à droite D820 sur 400 m – à droite D19 sur 1 km – à gauche VC St-Barthélémy – St-Paul-de-Loubressac – en haut du village à droite D49 vers La Cabrette sur 2 km et à gauche D66 – à la D38 à gauche vers Montpezat-de-Quercy sur 300 m puis à droite D83 (Vallée du Lemboulas) – à la D959 à droite/D659 Castelnau-Montratier – Lhospitalet – Cahors.

52km: Cahors St-Georges au bas de Saint-Paul-de-Loubressac – D26 à droite (vallée de la Lupte) – à D4 à droite/D659 – **Castelnau-Montratier à Cahors.**

LUNDI 27:

62km: Cahors St-Georges – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Laroque-des-Arcs – à l'église à gauche D7/D22 Valroufié – vers Francoulès – à D49 à droite Cours – D166 – à D653 à gauche Guillot – à D10 à droite Le Bosc – Les Masséries – à D662 à gauche – Saint-Géry – Vers – Savanac – Cahors.

43km: Cahors St-Georges à D653 après Cours – à droite Vers à Cahors.

CIRCUIT PERMANENT : 46 Km: St-Georges – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – D653 – Chemin des Tuileries – Laroque-des-Arcs – 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.](#)