

CIRCUITS MARS 2023.

Pour ne pas gêner la circulation le trajet Cahors – Arcambal passe par promenade de Coty - quai Jean Lagrive – au rond point à droite rue des Jacobins – après la voie ferrée à gauche rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – rue Pablo Picasso – continuer jusqu'au passage sous la voie ferrée vers le club hippique de Bégoux pour ressortir au passage à niveau de Cavaniès – D911 à gauche – Arcambal.

Parcours permanent de 45 km proposé en fin de page.

MERCREDI 01:

71 km: (D.579m) Cahors – avant Arcambal à droite D49 – vallée du Tréboulou sur 8 km et à gauche D22 – Laburgade – D10 – Lalbenque – D6 vers Puylaroque sur 8 km et à gauche D42/D171/D19 – Bach – à gauche D22 Escamps – à gauche D22/D26 Cremps – à gauche Les Fournets – D911 Arcambal – Cahors.

55 km: (D.477m) Cahors à Lalbenque – à gauche D26 Cremps à Cahors.

SAMEDI 04:

- **BREVET FEDERAL 100 km.**

76 km: D.(839m) Cahors – Chemin de la Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Mercuès – gare d'Espère – D12 à droite Calamane – St-Denis-Catus – Uzech – Bonnet – à gauche D25 – vers Lavercantière sur 4,5 km et à gauche D50 – à la D6 à gauche Catus – à gauche D13 St-Denis-Catus – Calamane – prendre à droite puis à gauche la petite route parallèle à la D12 Espère – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

55 km: (D.586m) Cahors à St-Denis-Catus – à gauche D13 Catus – à D23 à gauche sur 2,5km – à gauche VC Mas de la Sourde – à D6 à droite Espère à Cahors.

LUNDI 06:

74 km: (D.655m) Cahors – La Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Luzech – Albas – Anglars-Juillac – à Lagardelle D237 à droite Pescadoires – traverser le Lot à droite – D811 à droite – Prayssac – Castelfranc – à droite D9 Camy – Luzech – D8 à gauche sur 100m – à gauche D9 Caix/D145 Lapoujade – Mas Vieil – à droite D72 – Mas de Laroque – D107/D12 – Douelle – Cahors.

53 km: (D.579m) Cahors à Albas – à droite D37 pour traverser le Lot – à D9 à droite Camy à Cahors.

MERCREDI 08:

71 km: (D.504m) Cahors – Promenade de Coty – Pont de Cabessut – Quai de Regourd D653 – Laroque – Vers – St-Géry – Tour-de-Faure – à droite vers St-Cirq-Lapopie sur 300m – à gauche D8 vers Crégols – Près de Crégols à droite D26 – Concots – Arcambal – Cahors.

60 km: (D.496m) Cahors à St-Géry – 8km après à droite Bouziès-Haut – D40 “route touristique” vers St-Cirq-Lapopie – D8 à droite – Les Vitarelles – Arcambal à Cahors.

SAMEDI 11:

71 km: (D.774m) Cahors – Le Bartassec – Chemin de Belle-Croix - D820 – Les Sept Ponts – à droite D659 - L'hospitalet – 3,5km après à gauche D55 – Pern – 2km après à droite VC – Boyer – à la D659 à gauche – Castelnau, puis vers Molières sur 9km et à gauche D83 (vallée du Lemboulas) – à la D38 à gauche vers Castelnau sur 200m et à droite D66 St-Paul-de-Loubressac – Bas du village, au cimetière à droite – St-Barthélémy – à la D19 à droite – à la D820 à gauche – Ventailac – D47 – Le Montat – Cahors.

56 km: (D.545m) Cahors à L'hospitalet – D659 Castelnau – D4 sur plus d'1km – D26 à gauche (vallée de la Lupte) – St-Paul-de-Loubressac – D26 – traverser D820 – à gauche VC parallèle à D820 - Ventailac à Cahors.

- [CONCENTRATION CYCLISTE A LABASTIDE-MURAT \(A/R pique-nique embarqué\), à l'occasion de la remise de récompenses à des cyclos lotois méritants.](#)
- **Journée Albert Burès à Espalion (12)**

LUNDI 13:

70 km: (D.733m) Cahors – Chemin de la Chartreuse – D8 – Pradines – Douelle – Luzech – D9 – Camy – Castelfranc – D45 vers Goujounac sur 7km et à droite D660 – Rostassac (vallée du Vert) – à gauche D5 – St-Médard-Catus – Lac de Catus – à droite D23 – Côte du Loup – traverser D811 – Crayssac – Lapoujade – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

61 km: (D.588m) Cahors à Castelfranc – à droite D 811 sur 11km – à droite D23 – Crayssac à Cahors.

Ou 55 km: (D.481m) Cahors à Castelfranc – à gauche D811 sur 50m et à gauche D45 – D8 à gauche – Albas – Luzech – Douelle à Cahors.

MERCREDI 15:

74 km: (D.609m) Cahors – Arcambal – Concots – D911 sur 5,5 km et à droite D52 – Varaire – D19 Bach – Vaylats – Lalbenque – D19 à gauche sur 3 km – après voie ferrée à gauche St Cevet – Ventailac – au croisement D47/D54 à gauche Granéjols – Lhospitalet – Cahors.

55 km: (D.600m) Cahors – Arcambal – vers Concots – après Rossignol VC à droite Les Fournets – Cremps – à droite D26 Lalbenque à Cahors.

SAMEDI 18:

- [BREVET FEDERAL 150 km.](#)

74 km: (D.552m) Cahors – Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot – St-Martin-de-Vers – St-Sauveur-la-Vallée – à droite V.C ruisseau de Nougayrol – Soulomès – St-Cernin – Lauzès – Guillot – Vers – Laroque-des-Arcs– Cahors.

61 km: (D.480m) Cahors à Guillot – continuer route de Figeac jusqu'à la D10 à droite – Le Bosc – Les Masséries – D662 à droite – Cahors.

LUNDI 20:

81 km: (D.735m) Cahors – Le Bartassec – à droite longer la rocade et à gauche passer dessous – La Coronnelle – Trespoux – D27/D12 – traverser la D656 – prendre en face la D12 St-Pantaléon – à droite D653 St-Daunès – Montcuq – Lauzerte – à gauche D34 puis D31 Castelnau-Montratier – à gauche D659 – Lhospitalet – Cahors.

74 km: (D.622m) Cahors à Lauzerte – à gauche D54/D7 St-Laurent-Lolmie – Les Vignals – D54 à droite Cézac – Lhospitalet – D659 à gauche – Cahors.

60 km: (D.592m) Cahors à Montcuq – à gauche D28 sur 600m et à gauche D4 – Escayrac – à la D7 à gauche Les Vignals – D54 à droite Cézac – Lhospitalet – D659 à gauche – Cahors.

MERCREDI 22:

79 km: (D.696m) Cahors – Pradines – avant Luzech à gauche D23 St-Vincent-Rive-d'Olt – Sauzet – à droite D656 vers St-Matré sur 4 km et à gauche D45 – St-Daunès – à droite D653 Montcuq – D653 sur 6,5km – à gauche VC Guitard – à gauche Laumède – à D45 sous Montlaurzun à droite – à D7 à gauche – St-Laurent-Lolmie – Les Vignals – Lascabanes – Labastide-Marnhac – Cahors .

70 km: (D.706m) Cahors à Montcuq – à gauche D28 – à D4 à gauche Escayrac – à la D7 à gauche Les Vignals à Cahors.

60 km: (D.526m) Cahors à Saint-Daunès – D653 à gauche – Le Cluzel – Cahors.

SAMEDI 25:

80 km: (D.808m) Cahors – route de Lalbenque – D6 – côte de La Marchande - Hautesperre – après l'autoroute à droite D6 vers Lalbenque – à droite D204 Cieurac – D204 puis VC tout droit avant l'autoroute – à la D19 à gauche vers Lalbenque – après le pont sous la voie ferrée à droite D62 – D10 à droite puis D47 – Belfort-du-Quercy – Lapenche – à gauche D103 – à gauche D17 – Puylaroque – D17 Belmont-Ste-Foi – D42 Vaylats – à gauche D19 – Lalbenque – D19 puis après voie ferrée VC à gauche St-Cevet – Ventailac – D47 – Le Montat – Cahors.

65 km: (D.676m) Cahors à Belfort-du-Quercy – à gauche D56/D20b/D99 – St-Hilaire – 2 km après à la **D19 à gauche – Lalbenque à Cahors.**

55 km: (D.549m) Cahors à Cieurac et à la **D19 à gauche** – Lalbenque – D6 – Pélissié – à D99 à gauche – St Hilaire – **à la D19 à gauche Lalbenque à Cahors.**

- **DIMANCHE 26 : Rando pédestre à Nadillac-Repas à Gigouzac**

LUNDI 27:

80 km: (D.840m) Cahors – Arcambal – D8 – Les Mazuts – Les Vitarelles – St-Cirq-Lapopie – avant le pont à droite D8 – Crégols – Cénevières – à droite D24 Limogne – Concots – Arcambal – Cahors.

71 km: (D.740m) Cahors à **St-Cirq-Lapopie** – avant le pont à droite D8 – avant Crégols à droite D40 – Lugagnac – dans le bourg à droite VC – à la D911 à droite **Concots à Cahors.**

55 km: (D.597m) Cahors aux Vitarelles – D8 vers **St-Cirq-Lapopie** – D197 à droite – Berganty – à D42 à droite – **Concots à Cahors.**

MERCREDI 29:

81 km: (D.794m) Cahors – Le Bartassec – D820 – D653 – D7 - Labastide-Marnhac – D7 - Lascabanes – St-Laurent-Lolmie – D7 puis D54 - bas de Lauzerte – à gauche D953 vers Valence sur 2km et à gauche D2 vers Lafrançaise sur 5km puis à gauche D57 – vallée de la Barguelonne – bas de Cazes-Mondenard – D57 – Cazillac – à droite D57 – D104 jusqu'à la D659 et à gauche D659 – Lhospitalet – Cahors.

72 km: (D.611m) Cahors à **St-Laurent-Lolmie** – 4,5 km après à gauche V.C – St-Urcisse – 2,5 km après à gauche D31 – Cazillac – **D57 à Cahors.**

62 km: (D.559m) Cahors à **St-Laurent-Lolmie** – D28 à gauche Lolmie – D28 – à **D57 à gauche, à Cahors.**

CIRCUIT PERMANENT : **45 km: (460m) St-Georges – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – 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 AVRIL 2023. **PASSAGE A L'HEURE D'ETE - 14 H**

Pour ne pas gêner la circulation le trajet Cahors – Arcambal passe par promenade de Coty - quai Jean Lagrive – au rond point à droite rue des Jacobins – après la voie ferrée à gauche rue Jacques Brel – Chemin des Pierres – rue Pablo Picasso – continuer jusqu'au passage sous la voie ferrée vers le club hippique de Bégoux pour ressortir au passage à niveau de Cavaniès) – D911 à gauche – Arcambal.

Parcours permanent de 46 km proposé en fin de page.

SAMEDI 1:

- **BREVET RANDONNEUR MONDIAL 200 km**

84 km: (D.897m) Cahors – Chemin de la Chartreuse – D8 Pradines – Douelle – Pont de Douelle – Cessac – Mercuès D12 – 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 – à gauche D13 – avant St-Denis-Catus et avant le viaduc à droite D109 – Nuzéjous – Calamane – Espère – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

68 km: (D.730m) Cahors à Saint-Denis-Catus – Uzech – à gauche D5 – Salvezou – D6 à gauche – Catus – à gauche D13 – St-Denis-Catus – D12 Calamane – VC à droite puis à gauche parallèle à D12 – Espère à Cahors.

55 km: (D.586m) Cahors à Saint-Denis-Catus – D13 à gauche Catus – D5 Lac de Catus – à D23 à gauche côte du loup sur 2,5km – à gauche VC Mas de la Sourde – à D6 à droite Espère – La Grézette à Cahors.

LUNDI 3:

79 km: (D.804m) Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D47 – Le Montat – Ventaillac – 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 D4 à gauche vers Montpezat sur 200m et à droite D83 (vallée du Lemboulas) – D959 à gauche – 1,5km avant Molières à gauche D20 – Espanel – Montpezat de Quercy – à gauche 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 – à droite Hauteserre – D6 à gauche – Cahors.

70 km: (D.758m) Cahors jusqu'à St-Paul-de-Loubressac – D49 à droite – à la D4 à gauche/D38 vers Montpezat – à D83 à gauche – à la D820 en face D83 gare de Montpezat – D105bis/D10 Montdoumerc – à gauche D47 Fontanes à Cahors.

57 km: (D.564m) Cahors jusqu'à St-Paul-de-Loubressac – en haut du village à droite D49 vers La Cabrette sur 2km et à gauche D66 – à la D4 à gauche vers Montpezat sur 1km – à gauche D83 – à la D820 à gauche vers Cahors sur 300m et à droite D149 à Cahors.

MERCREDI 5:

84 km : (D.687m) Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot – vers Figeac sur 14km et à droite VC – Blars – D40 – Cabrerets – Conduché – St-Géry – Vers – Laroque-des-Arcs – Cahors.

70 km: (D.521m) Cahors à Guillot – Route de Figeac sur 6 km – à droite Vallée de la Sagne – **Cabrerets – Conduché à Cahors.**

61 km: (D.480m) Cahors à Guillot – continuer route de Figeac jusqu'à la D10 à droite – Le Bosc – Les Masséries – D662 à droite – **St-Géry – Cahors.**

SAMEDI 8:

83 km: (D.932m) Cahors – Arcambal – à gauche D8 Galessie – Les Vitarelles – D10 à droite Rossignol – à gauche D911 Concots – Limogne – à gauche D40 – Lugagnac – près Crégols D8 à gauche – St-Cirq-Lapopie – Les Vitarelles – **Arcambal – Cahors.**

72 km: (D.799m) Cahors aux Vitarelles – D10 à droite Rossignol – à gauche D911 Concots – à gauche D42/D26 vers Crégols – avant Crégols à gauche D8 – **St-Cirq-Lapopie à Cahors.**

61 km: (D.638m) Cahors aux Vitarelles – D10 à droite Rossignol – à gauche D911 Concots – à gauche D42 – à D197 à gauche Berganty – à D8 à gauche – **Les Vitarelles à Cahors.**

- [Randonnée route et VTT à Souillac \(voir calendrier "randos lotoises"\)](#)

LUNDI 10:

84 km: (D.849m) Cahors – Le Bartassec – D820 – Les Sept Ponts – D659 Lhospitalet – à droite D54 – Cézac – Les Vignals – à gauche D7 et 1km après à droite D4 – Escayrac – Montcuq – D28 jusqu'à la D656 et à droite – Bovila – à gauche VC – D50 – Belaye – D8 – Anglars-Juillac – Albas – Luzech – Douelle – Pradines – Cahors.

72 km: (D.681m) Cahors à Montcuq – à droite D45 – D653 à droite – Saint-Daunès – à gauche D45 – D656 à droite – Sauzet – à gauche D23 – St-Vincent-Rive-d'Olt – **D8 à droite – Douelle – Cahors.**

58 km: (D.512m) Cahors à Saint-Daunès – toujours D653 – Le Cluzel – Cahors.

MERCREDI 12:

80 km: (D.874m) Cahors – D6 Hauteserre – Lalbenque – à gauche D55 Escamps – D42 Concots – à droite D911 sur 4km – à droite D52 Varaire – D19 à droite Bach – D19 vers Vaylats/D171/D42 vers Belmont-Ste-Foi – après La Barthe D6 à droite Lalbenque – D19 à gauche – après voie ferrée à gauche VC St Cevet – Ventailac – D47 Le Montat – Cahors.

73 km: (D.805m) Cahors à Lalbenque – à gauche D55 Escamps – D42 Concots – à droite D911 sur m – VC Bach – D19 vers Vaylats/D171/D42 vers Belmont-Ste-Foi – après La Barthe D6 à droite **Lalbenque à Cahors.**

60 km: (D.687m) Cahors à Lalbenque – à gauche D55 Escamps – à droite D22 Bach – à droite D19 Vaylats – **Lalbenque à Cahors.**

SAMEDI 15:

- [BREVET RANDONNEUR MONDIAL 300 km.](#)

79 km: (662m) Cahors – Le Bartassec – passer sous la rocade et à droite VC – La Coronelle – Trespoux – D27 à gauche – D12 – St-Pantaléon – D653 à droite – St-Daunès – Montcuq – D653/D953 – Bas de Lauzerte – D34 Cazillac – en face D57/D104 (vallée de la Barguelonne) – à la D659 à gauche Lhospitalet – Cahors.

73 km: (618m) Cahors à Lauzerte – à gauche D54/D7 Saint-Laurent – Les Vignals – à D54 à droite Cézac – **Lhospitalet à Cahors.**

57 km: (592m) Cahors à Montcuq – D45 à gauche – D4 à gauche – Escayrac – à D7 à gauche – Les Vignals – Lascabanes – Labastide-Marnhac – **Cahors**.

- [Dimanche 16 avril : Roc Trespousien VTT Cahors cyclisme \(Voir calendrier lotois\)](#)

LUNDI 17:

86 km: (699m) Cahors – Promenade de Coty – Pont de Cabessut – Quai de Regourd D 653 – Laroque – Vers – St-Géry – Conduché – D41 à gauche – Cabrerets – D41 sur 2,5km – D40 à gauche – Blars – D653 à gauche – Vers – Cahors.

73 km: (519m) Cahors à Cabrerets – D13 (vallée de la Sagne) – **D653 à gauche – Vers – Cahors**.

61 km: (484m) Cahors à St-Géry – 1,5km après la sortie D10 à gauche – Le Bosc – **D653 à gauche – Vers – Cahors**.

MERCREDI 19:

83 km: (728m) Cahors – chemin de la Chartreuse – D8 Pradines – Douelle – Luzech – Albas – Anglars-Juillac – à Pescadoires à droite – traverser le Lot – D811 à droite Prayssac – Castelfranc – D811 sur 1,7km et à gauche D37 sur 200m puis VC à droite La Mouline – Rostassac – D5 – St-Médard – Lac de Catus à droite D23 – côte du Loup – Crayssac – Lapoujade – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

72 km: (618m) Cahors à Albas – à D45 à droite **Castelfranc – D811 à droite sur 1,7km et à gauche D37 sur 200m puis VC à droite La Mouline – Rostassac – D5 en face – Catus – D13 St-Denis-Catus – à droite D12 Boissières – Calamane – Mercuès – Cessac – Douelle à Cahors**.

61 km: (572m) Cahors à Luzech – à droite D9 – Camy – Castelfranc – D811 à droite – D23 à droite – **Crayssac – Lapoujade – La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors**.

SAMEDI 22:

82 km: (684m) Cahors – le Bartassec – D820 – Roc de l'Agasse – D653 route de Montcuq sur 500 m – D7 à gauche 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 puis D23 – Moulin Bessou – Belmontet D23 – D45 à gauche – D656 à droite – Sauzet – 1km avant Villesèque à gauche D12 – D27 – Trespoux – Roquebilière – Cahors.

71 km: (605m) Cahors à Lauzerte – à droite D953 – à D653 à droite Montcuq – St Daunès – à D37 St Pantaléon/D12 – traverser D656 – **à D27 à droite Trespoux à Cahors**.

57 km: (602m) Cahors à Les Vignals – à D4 à droite Escayrac – Montcuq – D653 à droite – **St-Daunès à Cahors**.

- [Nouveauté : formule possible ce jour : Départ décalé de Lauzerte pour un circuit à découvrir \(pique-nique embarqué\) - Rendez-vous à Lauzerte \(9h30\)](#)

LUNDI 24:

81 km: (743m) Cahors – Arcambal – D8 Galessie – Les Vitarelles – St-Cirq-Lapopie – Crégols – Cènevrières – à droite D24 – Limogne – Concots – Arcambal – Cahors.

72 km: (771m) Cahors à jusqu'avant **Crégols** à droite D26 puis D40 – Lugagnac – dans le bourg à droite VC – à la **D911 à droite Concots à Cahors**.

63 km: (594m) Cahors à **St-Cirq-Lapopie** – dans la descente D42 à droite (500m à 10%) – **Concots à Cahors**.

(ou **66 km: (629m) Cahors à St-Cirq-Lapopie** – avant le pont à droite D8 – avant Crégols à droite D26 – **Concots à Cahors**).

MERCREDI 26:

79 km: (715m) Cahors – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – Laroque-des-Arcs – Vers – Guillot – St-Martin-de-Vers – St-Sauveur-la-Vallée – Labastide-Murat – à droite D17 – Soulomès – D17/D10 St-Cernin – vers Lauzès – à D13 à gauche Sabadel-Lauzès – à D 653 à droite Guillot – Vers – Laroque-des-Arcs – Cahors.

74 km: (549m) Cahors à St-Sauveur-la-Vallée – à droite VC vallée du ruisseau de Nougayrol – **Soulomès – à droite D17/D10 St-Cernin – Lauzès – D10 – à D653 à droite Guillot – Vers à Cahors.**

59 km: (458m) Cahors à Guillot – continuer D653 jusqu'à D10 à gauche – Lauzès – à droite VC Gravelines/D13 **Sabadel-Lauzès – à D653 à droite à Cahors.**

SAMEDI 29:

85 km: (878m) Cahors – Chemin de la Chartreuse – D8 Pradines – Douelle – Pont de Douelle – Cessac – Mercuès D12 – 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 – à gauche D13 – St-Denis-Catus – à droite D12 Calamane – à droite VC parallèle à D12 – Espère – en face D142/D145/D240 à gauche Mas de Laroque – à gauche La Grézette – Douelle – Pradines – Cahors.

69 km: (730m) Cahors à Uzech – à gauche D5 – Salvezou – D6 à gauche – **Catus à Cahors.**

56 km: (588m) Cahors à St-Denis-Catus – à gauche D13 Catus – à D23 à gauche sur 2,5km – à gauche VC Mas de la Sourde – à **D6 à droite Espère à Cahors.**

CIRCUIT PERMANENT: 45 km: (460m) St-Georges – Promenade de Coty – Quai Lagrive – Pont de Cabessut – Quai de Regourd – 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 Cahors.**