



À vélo tout est plus beau !

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- ⊗ J'APPLIQUE ET JE RESPECTE LE CODE DE LA ROUTE
- ⊗ J'UTILISE UNE BICYCLETTE EN PARFAIT ÉTAT MÉCANIQUE
- ⊗ JE SUIS CORRECTEMENT ASSURÉ
- ⊗ JE MAINTIENS UN ESPACE DE SÉCURITÉ AVEC LE CYCLISTE QUI ME PRÉCÈDE
- ⊗ JE CHOISIS UN PARCOURS CONVENANT À MES CAPACITÉS PHYSIQUES
- ⊗ J'OBSERVE LES CONSIGNES DES ORGANISATEURS
- ⊗ JE RESPECTE LA NATURE ET L'ENVIRONNEMENT (PAPIER D'EMBALLAGE)
- ⊗ LE PORT DU CASQUE EST OBLIGATOIRE

EN CAS DE PROBLÈME :

LEYSSENNE : 06 87 75 47 19

EN CAS D'URGENCE :

- ✓ POMPIERS : 18
- ✓ SAMU : 15
- (PORTABLES : 112)



SARRAN (19)

« LA RAYMOND POINCHEVAL »



Amicale
Cyclos
Marcheurs
Sarran

DIMANCHE
21 JUILLET 2024



AU PROGRAMME

✓ **INSCRIPTIONS :**

↳ À PARTIR DE 07H00 À LA SALLE POLYVALENTE DE SARRAN

↳ **CYCLOS :** 5 € POUR LES LICENCIÉS, 7 € POUR LES NON LICENCIÉS

↳ GRATUITE POUR LES MARCHEURS

✓ **TOMBOLA**

✓ **VIN D'HONNEUR À LA SALLE POLYVALENTE VERS 12H30**

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS VOUS POUVEZ CONTACTER :

➤ SYLVAIN COMBASTEIL

AU **06 45 71 86 60**

➤ GILLES LEYSSENNE

AU **06 87 75 47 19**

MAIL :
GILLESLEYSSENNE@YAHOO.FR



MARCHEURS :

DÉPART À 08H30 (EN GROUPE AVEC ACCOMPAGNATEUR) DE LA SALLE POLYVALENTE POUR UN PARCOURS DE HUIT KILOMÈTRES .

CIRCUIT N°1 - 32 KMS – D+450 m

SARRAN	CV 8	0
La pradelle-étang de la tine	D142	4
Les tessaunières	D 143	8
XCV(direct.pranchère)	CV	10,2
montagnac	D 60	14,2
XCV(direct. treins)	CV	16,7
EYREIN	D 135 E3	20,2
Gare d'eyrein	D 135 E	22,3
vitrac	D 135 E- D135	26,8
SARRAN RAVITO		31,5

CIRCUIT N°2 - 55 KMS – D+800 m

SARRAN	CV 8	0
La pradelle-étang de la tine	D 142	4
Les tessaunières	D 143	8
X CV (direct. pranchère)	CV	10,2
montagnac	D 60	14,2
Le jardin	D 60	22,2
X D 18	D 18	24,2
Marcillac (RAVITO)	D 978	30,2
Pont de malèze	D 99	32,2
Champagnac la noaille	D 99/ D60 E	36,7
X D 10	D 60 E/D 135 E	39,5
Gare d'eyrein(par lallé)	D 135 E	46,1
vitrac	D 135 E/D 135	50,6
SARRAN		55,3

CIRCUIT N° 3 - 86 KMS – D+1150 m

SARRAN	CV 8	0
La pradelle-étang de la tine	D 142	4
Les tessaunières	D 143	8
X CV (direct. pranchère)	CV	10,2
montagnac	D 60	14,2
Le jardin	D 60	22,2
X D 18	CV	24,2
X D 146(par puyhabillier)	D 146	27,3
St hilaire gare	D 16	31,5
lapleau	D 98 / D 98 E	35,5
Poteau du gay	D 978	42,1
St merd de lapleau	D 978	48,1
Marcillac (RAVITO)	D 978	54,9
Pont de malèze	D 99	56,9
Champagnac la noaille	D 99 / D60 E	61,4
XD 10	D 10	64,2
clergoux	D 135 E	67,7
Gare d'eyrein	D 135 E	77
vitrac	D 135 E / D 135	81,5
SARRAN		86,2