


Calendrier des sorties du trimestre 2 - 2019



AVRIL 2019

Responsable commission Alain Lesauvage 0666094808 	Gr 1	Responsable parcours	Bernard Avenel		Moy 25,5-27,5 km/h	
	Gr 2	Responsable parcours	Michel Perdriaud		Moy 22,5-25,5 km/h	
	Gr 3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas		Moy 21-22,5 km/h	
	Gr 4	Responsable parcours			Moy 19-21 km/h	
	TG	Tous Groupes			Moy 20-22,5 km/h	
Avril 2019	GR	Parcours	Km	Dénivellé	Orientation	Heure de départ
Samedi 06	Permanence au local de 10 h à 12 h					
Dimanche 07	1	Rallye de la Mauldre (pris en charge par le club) Gymnase Philippe COUSTEAU à BEYNES Parcours 25/45/70/100 km			GP : Halle 7h30/SP 8h15 PP : Halle 8h00/SP 8h45	
	2					
	3					
	4					
Dimanche 14	1	35-2 D	92	800	SE	8h00
	2	47-2 D	85	485	O	
	3	23-1 G	82	400	S	
	4	52-2	72	420	SO	
	TG	44-3 D	66	340	SO	9h00
Dimanche 21	1	Hauteur et Vallées CLUB 40km ; D+ 334m 66km ; D+ 600m 103km ; D+ 1050m			7h30	
	2					
	3					
	4					
Lundi 22 (Pâques)	1	40-2 G	96	650	SO	8h00
	2	21-1 G	85	725	NO	
	3	01-1 D	83	660	SE	
	4	56-3 G	74	440	O	
	TG	20-2 D	62	600	S	9h00
Samedi 27	Les Randonnées de la Montapeine (voir tableau semaine)					
Dimanche 28	1	44 ème HAUTEUR et VALLEES 40/66/103 km CESA Maurepas			7h00 à 9h00	
	2					
	3					
	4					

Codification du sens des parcours


D (Droite) => Sens horaire => Sens des aiguilles d'une montre

G (Gauche) => Sens anti-horaire => Sens inverse des aiguilles d'une montre

Pour les sorties en semaine et les Brevets
voir tableaux correspondants et le site internet



MAI 2019

Responsable commission Alain Lesauvage 0666094808 	Gr 1	Responsable parcours	Bernard Avenel		Moy 25,5-27,5 km/h	
	Gr 2	Responsable parcours	Michel Perdriaud		Moy 22,5-25,5 km/h	
	Gr 3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas		Moy 21-22,5 km/h	
	Gr 4	Responsable parcours			Moy 19-21 km/h	
	TG	Tous Groupes			Moy 20-22,5 km/h	
Mai 2019	GR	Parcours	Km	Dénivellé	Orientation	Heure de départ
Dimanche 05	1	55-1 D	102	750	NO	8h00
	2	30-1 G	90	550	SO	
	3	22-1 D	75	470	SE	
	4	17-2 D	70	600	S	
	TG	10 D	64	375	SE	9h00
Jeudi 09	Réunion mensuelle maison de Sologne à 20 h 30					
Samedi 11	Permanence au local de 10 h à 12 h					
Dimanche 12	1	Rallye des Clochers (pris en charge par le club) 20 / 40 / 75 / 100 km Pré Romain - ORGERUS			GP : Halle 7h00/SP 8h00 PP : Halle 7h30/SP 8h30	
	2					
	3					
	4					
Samedi 18	Villepreux-Les Andelys-Villepreux (voir tableau semaine)					
Dimanche 19	1	28-1 G	102	600	S	8h00
	2	61-2 D	94	620	O	
	3	16-1 D	75	480	SO	
	4	54-2 D	70	520	SE	
	TG	49-2 D	64	350	SO	9h00
Dimanche 26	1	Rallye des Essarts le Roi (pris en charge par le club) 25 / 50 / 75 / 100 km Ecole Caudoint 19 rue de Rome			GP : Halle 7h00/SP 7h30 PP : Halle 7h30/SP 8h00	
	2					
	3					
	4					
Jeudi 30	Les Coteaux de la Seine (voir tableau semaine)					
Jeudi 30 Ascension	1	66-2 D	100	440	SO	8h00
	2	13-1 G	91	500	S	
	3	51-2 G	75	740	NO	
	4	56-3 D	74	440	O	

Codification du sens des parcours

D (Droite) => Sens horaire => Sens des aiguilles d'une montre

G (Gauche) => Sens anti-horaire => Sens inverse des aiguilles d'une montre

Pour les sorties en semaine et les Brevets
voir tableaux correspondants et le site internet



JUIN 2019

Responsable	Gr 1	Responsable parcours	Bernard Avenel		Moy 25,5-27,5 km/h	
commission Alain Lesauvage 0666094808	Gr 2	Responsable parcours	Michel Perdriaud		Moy 22,5-25,5 km/h	
	Gr 3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas		Moy 21-22,5 km/h	
	Gr 4	Responsable parcours			Moy 19-21 km/h	
	TG	Tous Groupes			Moy 20-22,5 km/h	
Jun 2019	GR	Parcours	Km	Dénavellé	Orientation	Heure de départ
Dimanche 02	1	LA RANDONNÉE ROYALE (pris en charge par le club) Gymnase Schnapper, rue Schnapper 78100 Saint Germain en Laye Parcours 50 - 70 - 100 - 120			GP : Halle 6h45/SP 8h00 PP : Halle 7h30/SP 8h45	
	2					
	3					
	4					
	TG					
Samedi 08	Permanence au local de 10 h à 12 h					
Dimanche 09	1	66-2 D	100	440	SO	8h00
	2	26-1 D	90	600	SO	
	3	22-1 D	75	470	SE	
	4	17-2 G	70	600	S	
	TG	22-2 D	61	350	SE	9h00
Lundi 10 Pentecôte	1	56-2 D	96	570	O	8h00
	2	54-1 G	84	650	SE	
	3	23-1 D	82	400	S	
	4	46-2 D	66	680	NO	
Dimanche 16	1	28-1 G	102	600	S	8h00
	2	19-2 G	83	590	S	
	3	51-2 G	75	740	NO	
	4	39-3 D	68	540	O	
	TG	25 D	61	375	NO	9h00
Samedi 22	Rallye La Monticyclo (Voir tableau semaine)					
Dimanche 23	1	56-1 D	103	570	O	8h00
	2	14-2 D	86	600	O	
	3	16-1 D	75	480	SO	
	4	104 G	72	380	SE	
	TG	30-2 D	62	515	SO	9h00
Dimanche 30	1	55-1 G	102	750	NO	8h00
	2	12 D	84	600	SE	
	3	23-1 D	82	400	S	
	4	55-2 D	73	570	NO	
	TG	28-2 G	59	360	S	9h00
Jeudi 04/07	Réunion mensuelle maison de Sologne à 20 h 30					
Samedi 06	Permanence au local de 10 h à 12 h					

Codification du sens des parcours

D (Droite) => Sens horaire => Sens des aiguilles d'une montre

G (Gauche) => Sens anti-horaire => Sens inverse des aiguilles d'une montre

Pour les sorties en semaine et les Brevets
voir tableaux correspondants et le site internet



AVRIL 2019

Responsable Commission : Alain Lesauvage 0666094808						
Avril 2019	GR	Parcours	Km	Dénivellé	Orientation	Heure de départ
Mercredi 03	1	01-1 G	86	660	SE	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	116 G	76	530	S	
	TG	AR EPERNON				
Samedi 06	Permanence au local de 10 h à 12 h					
Mercredi 10	1	12 G	84	600	SE	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	110 D	76	680	NO	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 17	1	19-2 D-M	83	590	S	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	23-1 G	82	400	S	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 24	1	24-1 D	84	820	NO	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	15-1 G	76	570	SE	
	TG	AR EPERNON				
Samedi 27		Les Randonnées de Montapeine 40 ème édition Tarif : 8€ Stade Tauziet Avenue Salvador Allende 77100 MEAUX Contact : JM Bocher 0607775424				Stade Tauziet 215 : 6h30 à 8h00 160 : 6h30 à 9h30

Codification du sens des parcours

D (Droite) => Sens horaire => Sens des aiguilles d'une montre

G (Gauche) => Sens anti-horaire => Sens inverse des aiguilles d'une montre

Les samedis, tous groupes, départ 13h30 du local.
Voir programmation sur le site internet

Lundi, mardi, jeudi, vendredi
Rendez-vous 13h30 parking Gymnase du Bois. Parcours selon participants



MAI 2019

Responsable Commission : Alain Lesauvage 0666094808						
Mai 2019	GR	Parcours	Km	Dénivellé	Orientation	Heure de départ
Mercredi 01 Pot des Clochettes	1	22-1 G	75	470	SE	8h00
	2					
	3	03-1 D	69	520	NO	
	4					
Mercredi 08	1	69-2 D-M	95	670	SO	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	16-1 D	75	480	SO	
	TG	AR EPERNON				
Jeudi 09	Réunion mensuelle maison de Sologne à 20 h 30					
Samedi 11	Permanence au local de 10 h à 12 h					
Mercredi 15	1	13-1 D-M	91	660	S	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	15-1 G	76	570	SE	
	TG	AR EPERNON				
Samedi 18		Villepreux-Les Andelys-Villepreux 210 km Sur La Route des Andelys 140 km 140 km 9€ ; 210 km 12€ avec sandwich et 15€ avec repas Gymnase A Mimoun avenue du Général de Gaulle 78450 Villepreux Contact Paul ARSAC : 0130554954				Gymnase A Mimoun 140 km : 7h00 à 9h00 210 km : 6h30 à 7h30
Mercredi 22	1	73 D	88	730	O	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	110 G	76	680	NO	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 29	1	58 D	87	700	NO	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	51-2 D	75	740	NO	
	TG	AR EPERNON				
Jeudi 30		La Randonnée des Coteaux de La Seine 58-83-119-137-156-206 km 58 à 137 km 4€ ; 156 et 206 km 5€ sans repas et 13€ avec Stade Aimé Bergeal 37 rue Louise Michel 78200 Mantes La Ville Contact CAMV : 0686341966 ou 0666125513				Stade Bergeal 58 à 137 km 7h00 à 9h00 156 et 206 km 6h30 à 8h00

Codification du sens des parcours

D (Droite) => Sens horaire => Sens des aiguilles d'une montre

G (Gauche) => Sens anti-horaire => Sens inverse des aiguilles d'une montre

Les samedis, tous groupes, départ 13h30 du local.
Voir programmation sur le site internet

Lundi, mardi, jeudi, vendredi
Rendez-vous 13h30 parking Gymnase du Bois. Parcours selon participants



JUIN 2019

Responsable Commission : Alain Lesauvage 0666094808

Jun 2019	GR	Parcours	Km	Dénivellé	Orientation	Heure de départ
Mercredi 05	1	69-2 D-M	95	420	SO	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	16-1 D	75	480	SO	
	TG	AR EPERNON				
Samedi 08	Permanence au local de 10 h à 12 h					
Mercredi 12	1	13-1 D	91	500	S	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	15-1 G-M	79	650	S	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 19	1	73 D	88	730	O	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	110 D	76	680	NO	
	TG	AR EPERNON				
Samedi 22		La Monticyclo 100 - 150 - 200 km 100 km 5€ ; 150 km 8€ 200 km 10€ avec sandwich et 15€ avec repas Contact VCMB : Isabelle Claire 0130435825				Centre sportif Pierre de Coubertin 100 km 7h30 à 9h00 150 km 7h30 à 8h30 200 km 6h00 à 7h30
Mercredi 26	1	58 D	87	700	NO	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	2					
	3	51-2 D	75	740	NO	
	TG	AR EPERNON				
juillet 2019	1	24-1 D	84	820	NO	Tous groupes Gymnase du Bois 8h00 ou 13h30 selon météo
2						
Mercredi 03	3	16-1 D-M	83	570	SO	
	TG	AR EPERNON				
Jeudi 04	Réunion mensuelle maison de Sologne à 20 h 30					
Samedi 06	Permanence au local de 10 h à 12 h					

Codification du sens des parcours

D (Droite) => Sens horaire => Sens des aiguilles d'une montre

G (Gauche) => Sens anti-horaire => Sens inverse des aiguilles d'une montre

Les samedis, tous groupes, départ 13h30 du local.
Voir programmation sur le site internet

Lundi, mardi, jeudi, vendredi
Rendez-vous 13h30 parking Gymnase du Bois. Parcours selon participants