


# Calendrier des sorties du trimestre 2 - 2020



## AVRIL 2020

### Dimanches

Responsable commission Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Bernard Avenel			25-27,5 Km/h
	Gr2	Responsable parcours	Michel Perdriaud			22-25 Km/h
	Gr3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas			20-22 Km/h
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohu		17-20 Km/h
	TG	Tous Groupes				
<b>Avril 2020</b>	<b>GR</b>	<b>Parcours</b>	<b>Km</b>	<b>Dénivelé</b>	<b>Orientation</b>	<b>Heure de départ</b>
<b>Samedi 4</b>	<b>Permanence au local de 10h à 12h</b>					
<b>Dimanche 5</b>	Gr1	Rallye de la Mauldre 25/45/70/95 Km				GP : Gymnase du bois 7h30/SP 8h15 PP : Gymnase du bois 8h00/SP 8h45
	Gr2	Gymnase Philippe COUSTEAU				
	Gr3	BEYNES				
	Gr4	(Pris en charge par le club)				
	TG	21-2D	59	525	NO	
<b>Dimanche 12 (Pâques)</b>	Gr1	Hauteur et Vallées CLUB				Gymnase du bois 7h30 8h00 8h00
	Gr2	103km ; D+ 1050m				
	Gr3	66km ; D+ 600m				
	Gr4	40km ; D+ 334m				
<b>Lundi 13</b>	Gr1	26-1D	90	600	SO	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	29G	72	600	SO	
	Gr3	54-2D	66	520	SE	
	Gr4	22-2D	61	350	O	
	TG	-	-	-	-	
<b>Dimanche 19</b>	Gr1	45 eme Hauteurs et Vallées				7h00 à 9h00 CESA
	Gr2	40/66/103 Km				
	Gr3	CESA Maurepas				
	Gr4					
	TG					
<b>Dimanche 26</b>	Gr1	54-1D	84	650	SE	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	55-2D	73	570	NO	
	Gr3	45-2D	70	510	SE	
	Gr4	49-2D	64	350	SO	
	TG	26-2D	63	370	O	



# AVRIL 2020

## Semaines

Responsable commission Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Bernard Avenel		25-27,5 Km/h	
	Gr2	Responsable parcours	Michel Perdriaud		22-25 Km/h	
	Gr3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas		20-22 Km/h	
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohu	17-20 Km/h	
	TG	Tous Groupes				
<b>Avril 2020</b>	<b>GR</b>	<b>Parcours</b>	<b>Km</b>	<b>Dénivelé</b>	<b>Orientation</b>	<b>Heure de départ</b>
Mercredi 1er	Gr1	15-1G	76	570	SE	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	52-2	72	420	SO	
	TG	AR EPERNON				
<b>Samedi 4</b>	<b>Permanence au local de 10h à 12h</b>					
Mercredi 8	Gr1	110D	76	680	NO	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	37-2G	67	500	S	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 15	Gr1	116G	76	530	S	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	56-3G	74	440	O	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 22	Gr1	15-1D	76	570	SE	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	01-2D	66	500	SE	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 29	Gr1	110G	76	680	NO	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	46-2D	66	680	NO	
	TG	AR EPERNON				



# MAI 2020


## Dimanches

Responsable commission Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Bernard Avenel		25-27,5 Km/h	
	Gr2	Responsable parcours	Michel Perdriaud		22-25 Km/h	
	Gr3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas		20-22 Km/h	
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohu	17-20 Km/h	
	TG	Tous Groupes				
<b>Mai 2020</b>	<b>GR</b>	<b>Parcours</b>	<b>Km</b>	<b>Dénivelé</b>	<b>Orientation</b>	<b>Heure de départ</b>
<b>Vendredi 1er</b> <b>Pot des</b> <b>Clochettes</b>	Gr1	22-1G	75	470	SE	Gymnase du bois 8h00
	Gr2					
	Gr3	104G	72	380	SE	
	Gr4					
	TG					
<b>Samedi 2</b> Permanence au local de 10h à 12h						
<b>Dimanche 3</b>	Gr1	<b>Rallye des Clochers</b> 20/40/75/100 Km Pré Romain – ORGERUS				GP :
	Gr2					Gymnase 7H00/SP 8H00
	Gr3					PP :
	Gr4					Gymnase 7H30/SP 8H30
	TG	27-2D	58	500	SE	Gymnase 9h00
<b>Jeudi 7</b> réunion mensuelle maison de Sologne à 20h30						
<b>Vendredi 8</b> <b>Armistice</b> <b>1945</b>	Gr1	66-2G	100	440	SO	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	69-2G	95	420	SO	
	Gr3	47-2D	85	485	O	
	Gr4	09-1D	69	435	NO	
	TG	-	-	-	-	
<b>Dimanche 10</b>	Gr1	56-1G	103	570	EO	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	14-2D	86	600	O	
	Gr3	15-1D	76	570	SE	
	Gr4	56-3D	74	440	O	
	TG	49-2D	64	350	NO	
<b>Dimanche 17</b>	Gr1	28-1D	102	600	SE	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	14-2D	86	600	O	
	Gr3	15-1D	76	570	SE	
	Gr4	56-3D	74	440	O	
	TG	49-2D	64	350	NO	
<b>Jeudi 21</b> <b>Ascension</b>	Gr1	55-1G	102	750	NO	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	26-1D	90	600	SO	
	Gr3	22-1G	75	470	SE	
	Gr4	09-1G	69	435	NO	
	TG	-	-	-	-	
<b>Dimanche 24</b>	Gr1	105D	105	774	O	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	01-1G	83	660	SE	
	Gr3	16-1G	75	480	SO	
	Gr4	09-1D	69	435	NO	
	TG	35-3D	62	600	S	
<b>Dimanche 31</b>	Gr1	<b>38ème Randonnée Royale</b> jardins de l'Hôtel de Ville 16, rue de Pontoise, Saint-Germain-en-Laye parcours 50 km, 70 km, 90 km et 110 km				GP :
	Gr2					Gymnase 6h45/SP 8h00
	Gr3					PP :
	Gr4					Gymnase 7h30/SP 8h45
	TG	04D	59	425	SO	Gymnase 9h00



# MAI 2020

## Semaines

Responsable commision Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Bernard Avenel		25-27,5 Km/h	
	Gr2	Responsable parcours	Michel Perdriaud		22-25 Km/h	
	Gr3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas		20-22 Km/h	
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohu	17-20 Km/h	
	TG	Tous Groupes				
<b>Mai 2020</b>	<b>GR</b>	<b>Parcours</b>	<b>Km</b>	<b>Dénivelé</b>	<b>Orientation</b>	<b>Heure de départ</b>
<b>Samedi 2</b>	<b>Permanence au local de 10h à 12h</b>					
<b>Mercredi 6</b>	Gr1	58G	87	700	NO	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	51-2D	75	480	NO	
	TG	AR EPERNON				
<b>Jeudi 7</b>	<b>réunion mensuelle maison de Sologne à 20h30</b>					
<b>Mercredi 13</b>	Gr1	63-2D-M	93	600	SO	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	16-1D-M	75	480	SO	
	TG	AR EPERNON				
<b>Mercredi 20</b>	Gr1	61-2G	94	620	O	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	110D	76	680	NO	
	TG	AR EPERNON				
<b>Mercredi 27</b>	Gr1	73G	88	730	O	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	19-2G	83	590	S	
	TG	AR EPERNON				

### 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

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



# JUIN 2020


Dimanches

Responsable commision Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Bernard Avenel		25-27,5 Km/h	
	Gr2	Responsable parcours	Michel Perdriaud		22-25 Km/h	
	Gr3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas		20-22 Km/h	
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohnu	17-20 Km/h	
	TG	Tous Groupes				
<b>Juin 2020</b>	<b>GR</b>	<b>Parcours</b>	<b>Km</b>	<b>Dénivelé</b>	<b>Orientation</b>	<b>Heure de départ</b>
<b>Samedi 6</b>	<b>Permanence au local de 10h à 12h</b>					
<b>Dimanche 7</b>	Gr1	Rallyes des Essarts le Roi 25/50/75/100 Km Ecole Caudoint 19, rue de Rome				GP :
	Gr2					Gymnase 7h30/SP 8h10
	Gr3					PP :
	Gr4					Gymnase 8h00/SP 8h45
	TG	26-2G	63	370	O	Gymnase 9h00
<b>Dimanche 14</b>	Gr1	28-1D	102	600	S	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	59-2D	88	530	SO	
	Gr3	22-1D	75	470	SE	
	Gr4	22-1G	75	470	SE	
	TG	25D	61	375	NO	Gymnase 9h00
<b>Dimanche 21</b>	Gr1	100-1G	99	800	O	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	100-2D	82	700	NO	
	Gr3	43-2D	75	660	N	
	Gr4	54-2G	70	520	SE	
	TG	30-2D	62	515	SO	Gymnase 9h00
<b>Dimanche 28</b>	Gr1	55-1D	102	750	NO	Gymnase du bois 8h00
	Gr2	54-1D	84	650	SE	
	Gr3	16-1G	75	480	SO	
	Gr4	09-1G	69	435	NO	
	TG	35-3G	60	290	S	Gymnase 9h00
<b>Jeudi 2/07</b>	<b>réunion mensuelle maison de Sologne à 20h30</b>					
<b>Samedi 4/07</b>	<b>Permanence au local de 10h à 12h</b>					



# JUIN 2020

## Semaines

Responsable commission Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Bernard Avenel		25-27,5 Km/h	
	Gr2	Responsable parcours	Michel Perdriaud		22-25 Km/h	
	Gr3	Responsable parcours	Jean-Jacques Mas		20-22 Km/h	
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohu	17-20 Km/h	
	TG	Tous Groupes				
<b>Juin 2020</b>	<b>GR</b>	<b>Parcours</b>	<b>Km</b>	<b>Dénivelé</b>	<b>Orientation</b>	<b>Heure de départ</b>
Mercredi 3	Gr1	63-2D-M	94	650	SO	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	16-1G	75	480	SO	
	TG	AR EPERNON				
<b>Samedi 6</b>	<b>Permanence au local de 10h à 12h</b>					
Mercredi 10	Gr1	13-1D	91	500	S	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	23-1D-M	82	400	S	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 17	Gr1	100-2G	88	700	O	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	100D	76	680	NO	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 24	Gr1	21-1G	85	730	NO	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	110G	76	680	NO	
	TG	AR EPERNON				
Mercredi 1er Juillet	Gr1	63-2D-M	94	650	SO	Tous groupes Gymnase du bois 8h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	16-1D-M	75	480	SO	
	TG	AR EPERNON				
<b>Jeudi 2/07</b>	<b>réunion mensuelle maison de Sologne à 20h30</b>					
<b>Samedi 4/07</b>	<b>Permanence au local de 10h à 12h</b>					