


Parcours Octobre

Responsable commission Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Jean-Francois Deslandes		25-27,5 Km/h	
	Gr2	Responsable parcours	Jean-Yves Chancelier		22-25 Km/h	
	Gr3	Responsable parcours			20-22 Km/h	
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohu	17-20 Km/h	
	TG	Tous Groupes				
Octobre 2023	GR	Parcours	Km	Dénivelé	Orientation	Heure de départ
Les Samedi	VPT	Vélo pour Tous Parcours du jour en fonction des capacités du moment				Local Club 13h30
	TG	Parcours affiché dans le programme de la semaine				Gymnase du bois
Dimanche 1 ^{er}	Gr1	37-1G	90	850	S	Gymnase du bois 8h30
	Gr2	54-1D	84	650	SE	
	Gr3	32-2G	64	550	NO	
	Gr4	15-2G	60	450	SE	
	TG	19-3D	57	460	S	Gymnase 9h00
Mercredi 4	Gr1	29G-M	79	600	S	Gymnase du bois 8h30
	Gr2					
	Gr3	06G	68	550	O	
	Gr4					
Samedi 7	Permanence au local de 10h à 12h					
Dimanche 8	Gr1	100-2D	82	700	O	Gymnase du bois 8h30
	Gr2	56-4D	79	500	O	
	Gr3	09-1G	69	435	NO	
	Gr4	49-2D	64	350	SO	
	TG	07G	61	450	SE	Gymnase 9h00
Mercredi 11	Gr1	16-1D-M	83	570	SO	Gymnase du bois 8h30
	Gr2					
	Gr3	33D	66	340	S	
	Gr4					
Dimanche 15	Gr1	Cyclo Rando 2023 2 parcours, un parcours découverte marche, découverte patrimoine au profit du service pédiatrique de Mignot				Salle des fêtes de Maurepas à partir 7h30
	Gr2					
	Gr3					
	Gr4					
	TG					
Mercredi 18	Gr1	15-1G-M	76	650	SE	Gymnase du bois 8h30
	Gr2					
	Gr3	37-2D	67	500	S	
	Gr4					
Dimanche 22	Gr1	39-2G	85	600	NO	Gymnase du bois 8h30
	Gr2	116G	76	530	S	
	Gr3	47-3D	67	435	O	
	Gr4	28-2G	59	360	S	
	TG	24-2G	58	470	NO	Gymnase 9h00
Mercredi 25	Gr1	43-2D	75	660	N	Gymnase du bois 8h30
	Gr2					
	Gr3	09-1D	69	435	NO	
	Gr4					
Dimanche 29	Gr1	19-2G	83	590	S	Gymnase du bois 8h30
	Gr2	55-3G	79	600	NO	
	Gr3	39-3D	68	540	O	
	Gr4	10G	64	375	SE	
	TG	28-2D	59	360	S	Gymnase 9h00

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

Parcours Novembre

Responsable comission Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Jean-Francois DESLANDES		25-27,5 Km/h	
	Gr2	Responsable parcours	Jean-Yves Chancelier		22-25 Km/h	
	Gr3	Responsable parcours			20-22 Km/h	
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohu	17-20 Km/h	
	TG	Tous Groupes				
Novembre 2023	GR	Parcours	Km	Dénivelé	Orientation	Heure de départ
Les Samedi	VPT	Vélo pour Tous Parcours du jour en fonction des capacités du moment				Local Club 13h30
	TG	Parcours affiché dans le programme de la semaine				Gymnase du bois
Mercredi 1 ^{er}	Gr1	45-2D-M	76	630	SE	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2	39-3G	68	540	O	
	Gr3	23-2-M	58	400	SO	
	Gr4	P11	50	268	S	
Samedi 4	Permanence au local de 10h à 12h					
Dimanche 5	Gr1	43-2G	75	660	N	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	49-1G	68	620	SO	
	Gr3	21-2D	59	525	NO	
	Gr4	17-3D	54	415	S	
Mercredi 8	Gr1	17-2D-M	68	515	S	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	27-2G	58	500	SE	
	Gr4					
Samedi 11	Gr1	49-1D-M	70	480	O	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	07G	61	450	SE	
	Gr3	02D-M	58	415	SO	
	Gr4	13-2D	52	220	S	
Dimanche 12	Gr1	100-3G	72	650	O	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	35-3D	62	600	S	
	Gr3	43-3D	58	500	N	
	Gr4	05-2G	47	385	SO	
Mercredi 15	Gr1	30-3D	72	600	SO	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	23-1D-M	84	720	S	
	Gr4					
Dimanche 19	Gr1	17-2G	70	600	S	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	06G	68	550	O	
	Gr3	P8Bis	57	444	SO	
	Gr4	P5Bis	47	346	SE	
Mercredi 22	Gr1	09-1D	69	435	NO	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	04G	59	425	SO	
	Gr4					
Dimanche 26	Gr1	29D	72	600	S	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	03-1D	69	520	NO	
	Gr3	15-2G	60	450	SE	
	Gr4	16-2D	48	330	SO	
Mercredi 29	Gr1	104G	72	380	SE	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	25G	61	375	NO	
	Gr4					
Samedi 2/09	Permanence au local de 10h à 12h					


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

Parcours Décembre

Responsable commission Herve Ruchot 	Gr1	Responsable parcours	Jean-Francois DESLANDES	25-27,5 Km/h		
	Gr2	Responsable parcours	Jean-Yves Chancelier	22-25 Km/h		
	Gr3	Responsable parcours		20-22 Km/h		
	Gr4	Responsable parcours	Yves Joye	Pierre Pohu	17-20 Km/h	
	TG	Tous Groupes				
Décembre 2023	GR	Parcours	Km	Dénivelé	Orientation	Heure de départ
Les Samedi	VPT	Vélo pour Tous Parcours du jour en fonction des capacités du moment				Local Club 13h30
	TG	Parcours affiché dans le programme de la semaine				Gymnase du bois
'Samedi 2	Permanence au local de 10h à 12h					
Dimanche 3	Gr1	15-1D	76	570	SE	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	14-3G	66	500	O	
	Gr3	04D	59	425	SO	
	Gr4	P6-Bis	47	346	S	
Mercredi 6	Gr1	104D	72	380	SE	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	25G	61	375	NO	
	Gr4					
Vendredi 8	Fête de fin d'année CESA					
Dimanche 10	Gr1	116G	76	530	S	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	03-2G	63	460	N	
	Gr3	22-2G	57	350	S	
	Gr4	P10	52	275	SO	
Mercredi 13	Gr1	01-2D	66	500	SE	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	43-3D	58	500	N	
	Gr4					
Dimanche 17	Gr1	45-2G	70	510	S	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	09-1G	69	435	NO	
	Gr3	26-2D	63	370	O	
	Gr4	45-2G	48	330	SO	
Mercredi 20	Gr1	09-1D-M	69	435	NO	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	17-3G	54	415	S	
	Gr4					
Dimanche 24	Gr1	16-1G	75	480	S	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	104G	72	380	SE	
	Gr3	28-2D	59	360	S	
	Gr4	09-2D	47	320	NO	
Mercredi 27	Gr1	56-3G	74	440	O	Gymnase du bois 9h00 ou 13h30 selon météo
	Gr2					
	Gr3	4D	59	425	SO	
	Gr4					
Dimanche 31	Gr1	55-2G	73	570	NO	Gymnase du bois 9h00
	Gr2	49-2G	64	350	SO	
	Gr3	02-2D	61	350	SE	
	Gr4	13-2D	52	220	S	
Samedi 6/01	Permanence au local de 10h à 12h					
Vendredi 12/01	Assemblée Générale CTM CESA 20H30					

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