

VILLE DE
CREST



US CREST CYCLOTOURISME



LIVRET DE L'ANNÉE 2024



À vélo tout est plus beau !



SOMMAIRE

Le mot du Président	<i>Page 3</i>
Les principales dates à retenir	<i>Page 4</i>
L'organigramme du club	<i>Page 5</i>
Fiche sur la sécurité	<i>Page 6</i>
Fiche sur la formation aux premiers secours	<i>Page 7</i>
Le calendrier route	<i>Pages 8 à 18</i>
LES MANIFESTATIONS ORGANISEE PAR LE CLUB	
• La randonnée du Pas de Lauzun	<i>Page 19</i>
• La randonnée de la Roanne	<i>Page 20</i>
LES EVENEMENTS INTERNES	
• La randonnée pédestre printanière	<i>Page 21</i>
• Les sorties à la journée	
➤ <i>RANDO CYCLO-DECOUVERTE, le mercredi 15 mai</i>	<i>Page 21</i>
➤ <i>LE TRIEVES, le mercredi 29 mai</i>	<i>Page 22</i>
➤ <i>LES MONTS D'ARDECHE, le mercredi 12 juin</i>	<i>Page 22</i>
➤ <i>LE MONT PILAT, le dimanche 30 juin</i>	<i>Page 23</i>
• Les séjours	
➤ <i>Du jeudi 20 juin au dimanche 23 juin au Lavandou</i>	<i>Page 24</i>
➤ <i>Du samedi 07 au samedi 14 septembre à Capdenac</i>	<i>Page 24</i>
• Les sorties VTT	<i>Pages 25 à 27</i>
Liste des partenaires et remerciements	<i>Page 28</i>
L'annuaire des licenciés	<i>Pages 29 à 31</i>
L'annuaire des adhérents	<i>Page 32</i>



C.F.P.M.

Centre de Formation de Polissage sur Métaux. Tél : 06 62 20 69 63

LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers tous,

Le relais est passé avec la Présidence de Gérard que je remercie pour tout le travail accompli avec son équipe, dont je faisais partie depuis peu de temps, mais suffisamment pour me rendre compte de l'investissement de chacun au service de tous.

Si j'ai accepté d'assumer le poste de président, c'est que je suis animé d'un esprit associatif depuis très longtemps, et ayant été animateur, puis président d'une association au sein de mon entreprise, c'est une responsabilité qui ne m'est pas inconnue. C'est aussi pour que l'aventure continue, pour faire vivre toutes les activités mises en place par mes prédécesseurs depuis 1979, année où la section cyclotouriste voyait le jour.

Comme je l'ai dit lors de l'AG, ma première préoccupation sera de consolider les activités phares que sont les randonnées du Pas de Lauzun et la Roanne. Ces manifestations sont pour nous l'occasion de faire découvrir notre club, notre belle région, et aussi notre sens de l'hospitalité. Depuis plusieurs années, nous avons toujours fait face à ce défi qui est d'essayer de toujours nous améliorer dans l'organisation de ces randonnées. La clef de cette réussite repose sur la mobilisation de tous au service du club. Sans oublier que c'est pour nous une source financière importante, qui nous permet de financer d'autres activités pour le plaisir de tous, et j'en profite pour envoyer des remerciements appuyés à tous les collègues du club qui donnent de leur temps personnel pour aller chercher les sponsors. Donc, je compte sur vous, et sur votre sens du collectif pour vous voir nombreux à nos côtés pour l'organisation de ces manifestations.

D'autre part, j'ai pu observer le bon fonctionnement des commissions, qui sont à mes yeux une mécanique maintenant bien huilée, mais si certains d'entre vous souhaitent rejoindre une commission, sachez que vous pouvez le faire à chaque instant.

Je pense aussi qu'il faudra que nous soyons plus performant avec notre outil Web, en liaison avec les réseaux sociaux, afin de toucher davantage de personnes lors de nos manifestations. Là aussi, si certains d'entre vous utilisent les réseaux sociaux pour leurs activités personnelles, et souhaitent faire bénéficier le club de leur expérience en ce domaine, n'hésitez pas à vous rapprocher de la commission web qui vous accueillera avec plaisir.

Concernant les séjours que nous attendons tous de découvrir :

Aujourd'hui les deux séjours proposés par la commission sont complets, ce qui nous encourage à persévérer dans nos démarches, mais il reviendra à la prochaine commission mise en place pour 2025, de réfléchir sur les destinations, les capacités d'accueil, les séjours en France ou à l'étranger, les dates, bref du travail en perspective. Je sais que je peux compter sur la motivation de cette nouvelle équipe,

Je souhaite conserver les journées familiales qui sont importantes dans la vie du club, et qui nous permettent de nous retrouver avec nos conjoints, en dehors du vélo,

J'ai aussi conscience que nous nous trouvons dans une période charnière, puisque certains d'entre nous qui œuvrent depuis longtemps au sein du club, et qu'ils en soient remerciés, éprouvent le besoin de lever le pied et c'est bien normal.

Une autre raison pour laquelle j'ai accepté de prendre la suite de Gérard, c'est que d'autres membres du club plus jeunes ou motivés, ont également accepté de s'investir dans le fonctionnement du club, et d'apporter leur dynamisme, gageur de bonne santé dans une association comme la nôtre. A cette occasion, je voudrais remercier tout particulièrement Bruno, Christian, Corinne, Fred, Olivier, Yann.

Je souhaite la bienvenue aux nouveaux licenciés, qui j'espère trouveront leur place au sein de notre club, et le plaisir de faire du vélo ensemble.

Je voudrais enfin et tout particulièrement souhaiter une belle année de vélo à nos 14 féminines, qui nous font le plaisir de nous accompagner dans les séjours et que nous voyons avec grand plaisir au départ des sorties hebdomadaires.

Voilà, sans être trop long, je m'efforcerai d'être à l'écoute de chacun, et je pars toujours du principe que tout est possible à partir du moment où nous avons les moyens matériels, humains, et financiers pour réaliser nos projets.

Pour finir je vous souhaite, à toutes et à tous, une excellente année 2024 et surtout une bonne santé pour vous permettre de réaliser tous vos projets.

Soyez prudent sur les routes, et rappelez-vous, que votre comportement sur le vélo engage la responsabilité de notre club,



Merci à tous et encore bonne année 2024,

Le Président
Dominique CHAUFFOUR

LES DATES À RETENIR

LES RÉUNIONS

Salle des ACACIAS, DUMONT ou BOULODROME

- MARDI 09 JANVIER - 20h00 Acacias : galette, licences, inscriptions aux séjours 1^{er} acompte.
- MARDI 20 FEVRIER – 20h00 Dumont : CA N°1.
- MARDI 27 FEVRIER – 20h00 Boulodrome : remise du livret, préparation du « PAS DE LAUZUN ».
- MARDI 16 AVRIL – 20h00 Boulodrome : Préparation de la randonnée de la « ROANNE ».
- MARDI 28 MAI - 20h00 Dumont : CA N°2 – bilan randonnées, préparation séjours.
- MARDI 11 JUIN – 20h00 Boulodrome : Finalisation du séjour de JUIN.
- MARDI 27 AOÛT – 20h00 Boulodrome : finalisation du séjour de SEPTEMBRE.
- MARDI 22 OCTOBRE – 20h00 Dumont : CA N°3 – préparation AG.

Salle COLORIAGE

- **Assemblée Générale 2024** : SAMEDI 02 novembre à 09h00, suivie d'un repas.

LES MANIFESTATIONS ORGANISÉES PAR LE CLUB

- SAMEDI 23 MARS – 12h00 : Randonnée du « Pas de Lauzun ».
- JEUDI 09 MAI – 7h00 : Randonnée de « la Roanne ».
- SAMEDI 07 DECEMBRE – 13h30 : Participation au Téléthon.

LES SÉJOURS DU CLUB

- Du JEUDI 20 juin au DIMANCHE 23 juin au LAVANDOU.
- Du SAMEDI 07 au SAMEDI 14 septembre à CAPDENAC.

SORTIE PEDESTRE

- DIMANCHE 07 AVRIL : par Michel ETIENNE, Daniel JEAN et Alain GASQUET.

SORTIES À LA JOURNÉE

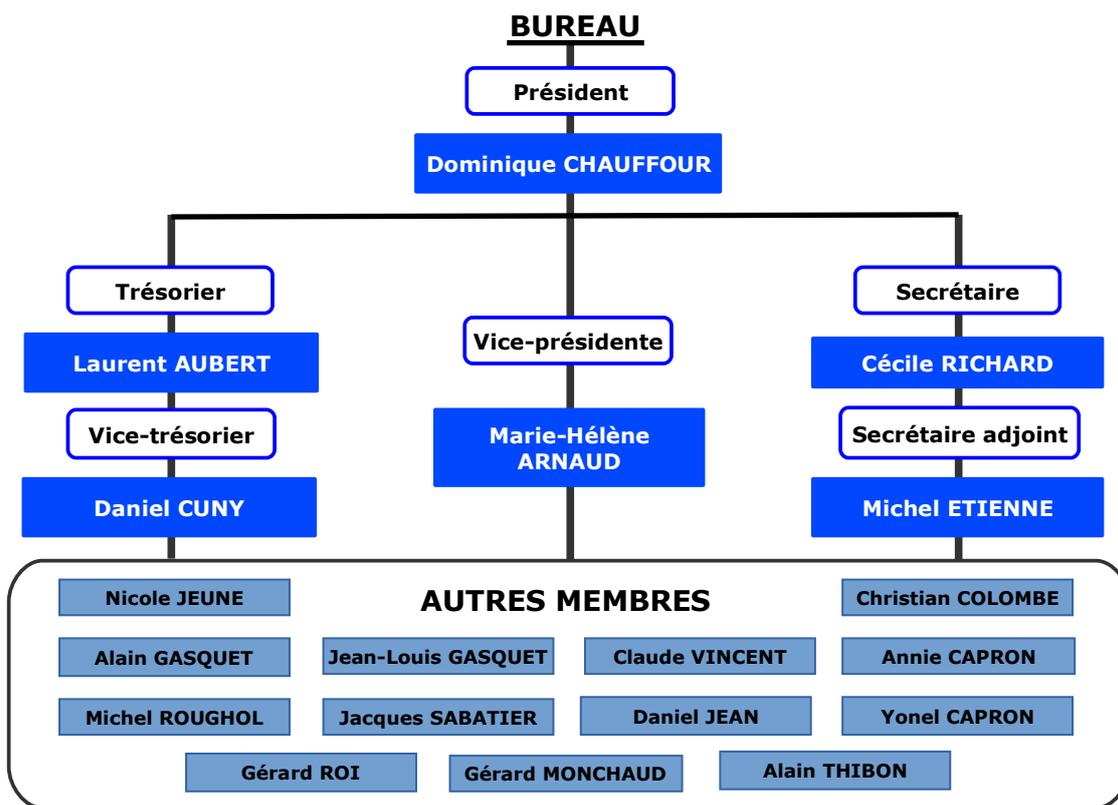
- MERCREDI 15 MAI : RANDO CYCLO DECOUVERTE, par Michel BERTHOD.
- MERCREDI 29 MAI : LE TRIEVES, par Claude VINCENT.
- MERCREDI 12 JUIN : LES MONTS D'ARDECHE, par Dominique CHAUFFOUR.
- DIMANCHE 30 JUIN : LE MONT PILAT, par Laurent AUBERT.

JOURNÉE FAMILIALE

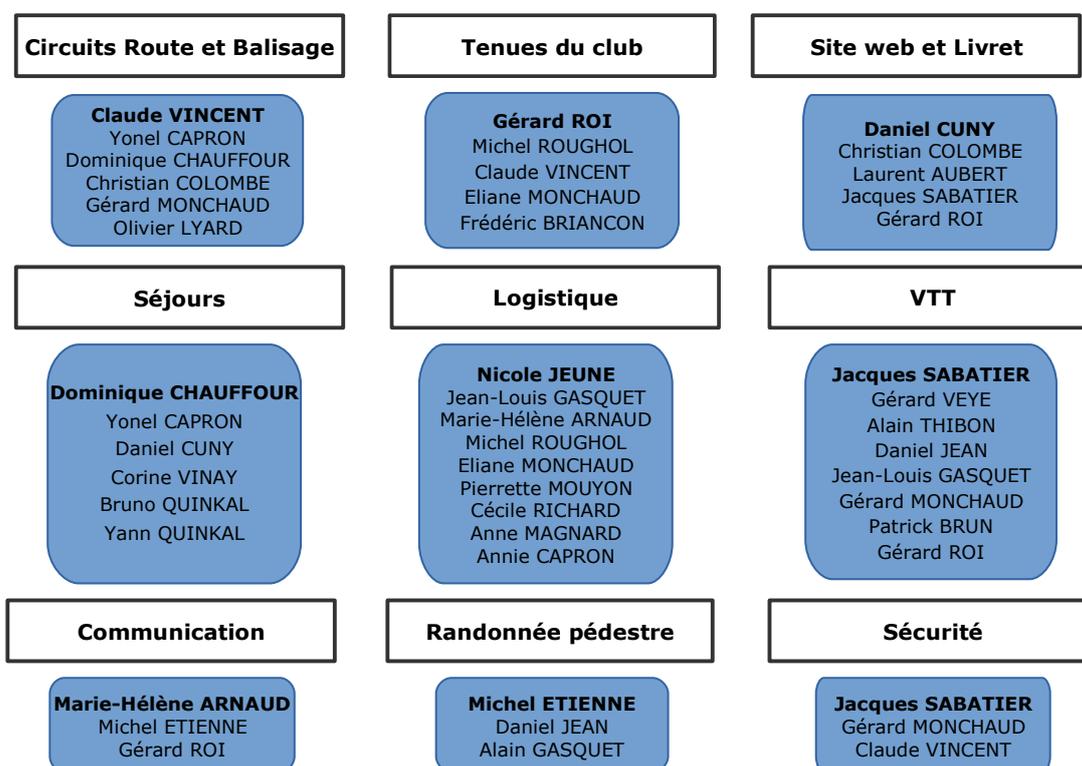
- DIMANCHE 25 AOÛT : à MIRABEL et BLACONS (Suivant disponibilité).

ORGANIGRAMME DU CLUB

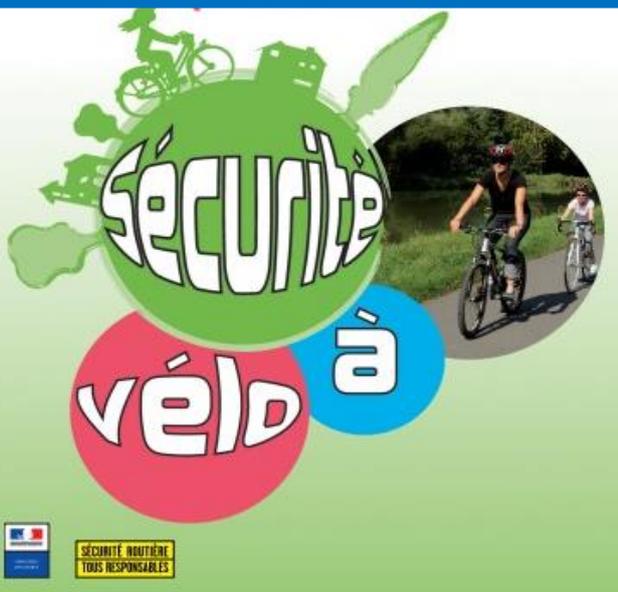
LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



COMMISSIONS THÉMATIQUES



Fiche sur la sécurité (A lire avec attention)



SECURITE ROUTIERE
TOUS RESPONSABLES

UN BON COMPORTEMENT

- **Respecter le Code de la route.**
 - Je m'arrête au Stop, aux feux jaune et rouge fixe et rouge clignotant
 - J'utilise le "sas cycliste" lorsqu'il existe.
 - Je respecte le sens interdit.
- **Bien se positionner sur la chaussée.**
 - Rouler à droite et à environ 1 m des voitures et/ou du trottoir.
 - Ne pas zigzaguer entre les voitures.
 - Ne pas circuler sur les trottoirs. Seuls les enfants de moins de 8 ans
 - Utiliser les bandes et pistes cyclables lorsqu'elles existent.
 - Aux intersections, se placer en avant des véhicules afin d'être vu.
- **Indiquer un changement de direction en tendant le bras.**
- **Maîtriser sa vitesse.**
- **Garder ses distances :**
1 m au moins par rapport aux autres véhicules.

BIEN S'ÉQUIPER

- **Porter des vêtements clairs.**
- **Utiliser un gilet rétroréfléchissant de nuit ou par temps gris.**
- **Mettre un casque :** il n'est pas obligatoire mais vivement recommandé car il réduit la gravité des blessures à la tête lors d'une chute.

Il devra être correctement positionné :



- **Rouler à deux de front est autorisé, mais le passage en simple file s'impose :**
 - à la tombée de la nuit ou par manque de visibilité,
 - lorsqu'un véhicule voulant dépasser annonce son approche.
- **En cas de panne, se placer sur le bas côté de la chaussée et non sur la route.**
- **Au Stop, au feu jaune, au feu rouge fixe ou clignotant, marquer un arrêt absolu pour l'ensemble du groupe.**

Fédération française de cyclotourisme



Les bons réflexes pour tous !

UN VÉLO BIEN ÉQUIPÉ

Ce qui est obligatoire (de jour et de nuit) :

- **une sonnette** dont le son peut être entendu à 50 m au moins,
- **deux freins** en parfait état de fonctionnement,
- **des catadioptres**
 - latéraux : orange
 - avant : blanc
 - sur les pédales : orange
 - arrière : rouge

Ce qui est obligatoire (de nuit ou de jour par mauvaise visibilité) :

- **un éclairage avant émettant** (lumière jaune ou blanche),
- **un feu rouge fixe** à l'arrière.

PANNEAUX POUR CYCLISTES

-  Accès interdit aux cycles.
-  Circulation interdite à tout véhicule dans les deux sens.
-  Panneau autorisant le cycliste à franchir le feu rouge et poursuivre son chemin tout droit.
-  Panneau autorisant le cycliste à franchir le feu rouge et s'engager vers la voie de droite.
-  Piste ou bande cyclable obligatoire pour les cycles sans side-car ou remorque.
-  Voie réservée aux véhicules des services réguliers de transport et aux cycles (en l'absence de panneau, la circulation des cyclistes est interdite dans les voies de bus).
-  Piste ou bande cyclable conseillée et réservée aux cycles à 2 ou 3 roues.
-  Entrée d'aire piétonne : autorisée aux cyclistes à condition de conserver l'allure du pas et de ne pas gêner les piétons.
-  Panneau complémentaire d'identification d'un itinéraire cyclable.
-  Voie verte. Route réservée à la circulation des véhicules non motorisés, des piétons, des rollers (et des cavaliers sauf si exclu par arrêté spécifique).
-  Entrée d'une zone de rencontre où la vitesse de tous les véhicules est limitée à 20 km/h. Les piétons y sont prioritaires, ils sont autorisés à circuler sur la chaussée sans y stationner.
-  Ce type de panneau situé sous le panneau de sens interdit à tous véhicules, est utilisé pour permettre aux cyclistes d'emprunter les doubles sens cyclables.

ROULER EN GROUPE

Fiche sur la formation aux premiers secours

Grâce à Groupama ce sont : **20** Personnes qui ont déjà été formées aux gestes de premiers secours. Un grand merci à eux pour ce partenariat.

UN ACCIDENT PEUT ARRIVER N'IMPORTE QUAND. ALORS ON DOIT POUVOIR COMPTER SUR N'IMPORTE QUI.

LES GESTES QUI SAUVENT

Groupama MÉDITERRANÉE la vraie vie s'assure ici

SURVEILLER

ALERER
15 18

SECOURIR

URGENCE 114
N° d'appel d'urgence accessible aux personnes qui ont des difficultés à entendre ou à parler

112
N° d'appel d'urgence européen

POSITION LATÉRALE DE SÉCURITÉ

AGIR FACE AUX URGENCES

S'ÉTOUFFE
1 À 5 CLAQUES
1 À 5 COMPRESSIONS

SAIGNE
COMPRIMER
ALLONGER

NE RÉPOND PAS NE RÉAGIT PAS
RESPIRE
POSITION LATÉRALE DE SÉCURITÉ

NE RÉPOND PAS NE RÉAGIT PAS NE RESPIRE PAS
R.C.P.
CHOC
DÉFIBRILLATION

15 18
ALERER
112 114

PERTE DE CONNAISSANCE
ACCIDENT

PROTEGER

OBSERVER RECONNAÎTRE

LA CHAÎNE DES SECOURS

Protection - Alerte 1^{er} secours Services de secours et soins médicalisés

Groupama

la vraie vie s'assure ici

Groupama Méditerranée

Rue Aristide Dumont - 26400 CREST
Tél. : 04 75 25 55 12
www.groupama.fr

PROGRAMME ANNUEL DES SORTIES ET RANDONNÉES

SORTIES ROUTE

Les sorties hebdomadaires du club se déroulent tous les mercredis et samedis de l'année selon un programme prédéfini et détaillé ci-après pour les mois de février à novembre inclus. Tous les circuits sont disponibles au format Openrunner sur le site du club (www.usc-cylo.org).

Le rythme des sorties est maintenu durant les mois de décembre et janvier avec des parcours décidés avant le départ par les cyclos présents.

Le point de rendez-vous est devant la salle Coloriage, clos Soubeyran à CREST.

Les départs sont fixés à 13h30 de septembre à fin mai et à 7h30 de juin à fin août. (Si une modification de l'heure de départ est prévue pour cause de canicule où autre, un mail vous sera envoyé).

Les départs se font par petits groupes de « SÉCURITÉ » composés de 10 à 15 personnes de niveau homogène. Les « plus rapides » partent en premier.

Au sein de chaque groupe il faudrait désigner un « capitaine de route » chargé de veiller à la sécurité et au respect du partage de la route.

*Le port du casque est fortement conseillé pour tous les cyclos.
Il est par ailleurs obligatoire depuis mars 2017 pour tous les enfants de moins de 12 ans.*

Les tableaux ci-après détaillent la programmation des sorties des mercredis et samedis pour les mois de février à novembre inclus.

Ils intègrent par ailleurs :

- Les **ÉVÈNEMENTS** organisés par le club,
- Les **SORTIES À LA JOURNÉE** proposées par des cyclos,
- Les **PRINCIPALES RANDONNÉES FFCT DES CLUBS VOISINS.**



IMPORTANT

Pour les seuls licenciés FFCT : Le bureau a décidé de prendre en charge les frais d'inscription sur plusieurs rallyes dans la limite d'un budget de 1 000 €.

QUELQUES DATES À RETENIR :

PÂQUES EN PROVENCE À PERNES les FONTAINES (84) du 29 mars au 1er avril.

JOURNÉE FEMININE À BATHERNAY (26) le 17 mars à la salle des fêtes.

18^{ème} SEMAINE EUROPÉENNE À VILA POUCA de AGUIAR au Portugal du 29 juin au 06 juillet.

85^{ème} SEMAINE FÉDÉRALE CYCLO À ROANNE (42) du 20 au 28 juillet.

FÉVRIER 2024 – Départ à 13h30

DATE	PARCOURS	km	D+
Sam 3	Blacons, Suze, Beaufort, Château de Vachères, Col de la Boite, Saillans par Rive droite, retour par Rive gauche, Aouste, Crest.	54	513
Mer 7	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 10	Eurre, Les Siquets, Montoisson, Ancienne route d'Etoile, Montéléger, Beauvallon, Etoile, La Paillasse, Les Petits Robins, Fiancey, Allex, Grane, Pont de Grenette, Autichamp, Chabrillan (<i>le Parquet</i>), Crest.	72	508
Mer 14	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 17	Puy St Martin, Cléon, Charols, Rochebaudin, Félines, Pont de Barret, Soyans, Direction Félines, Col du Farnier (<i>Les escargots</i>), Francillon La Croisière, Saou, Col de Lunel, La Répara (<i>école</i>), Les Pignes Divajeu, Crest.	68	949
Mer 21	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 24	Vaunaveys, La Baume C., Barcelonne, Peyrus, St Vincent, Charpey, St Didier de C., Chabeuil, Beaumont, Montéléger, Upie, Col des 2 Serres, Crest.	78	713
Mer 28	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Mon total du mois de Février :			

CONSTANT
Opticien

© une marque d'attentions

Didier GUILBAUD
Béatrice CONSTANT
04 75 25 28 70

CREST CENTRE VILLE
www.optique-constant.fr

LISE WEBER | IMMOBILIER

- Achats
- Ventes
- Locations
- Gestion

FNAIM
(L'OR POUR LE BIEN-ÊTRE)

2, Place de la liberté 26400 CREST
Tél. 04 75 62 30 05 Port. 06 42 16 59 58
SIREN 792 434 318

INTERSPORT®

Le sport, la plus belle des rencontres

MARS 2024 – Départ à 13h30

DATE	PARCOURS	km	D+
Sam 2	Aouste, St-Sauveur en Diois (<i>boucle des Mouyons</i>), Saillans, Pontaix, retour, Vercheny le Haut, retour, Saillans, Crest	65	655
	Option : Pontaix, Ste Croix, St-Etienne en Quint, Col de la Croix, Beaufort, Suze, Crest.	79	962
Mer 6	Circuit du Samedi en sens inverse		
Sam 9	Grane, Loriol (<i>Chamgrand, Bras de Zil</i>), Les Tourettes, Logis neuf, Condillac, Marsanne, Col de Tartaignille, Roche/Grane, Pont de Grenette, Autichamp, Les Pignes Divajeu, Crest	68	745
	Option : Marsanne, Col de la Grande Limite, Les Roberts, (<i>Cote de Grane</i>), Grane, Pont de Grenette, Autichamp, Les Pignes Divajeu, Crest	83	1128
Brevet hivernal – Cyclo Grangeois (prise en charge)			
Mer 13	Circuit du Samedi en sens inverse		
Sam 16	Allex (<i>Route des Aures</i>), Ambonil, Souliers (<i>Monument Résistance</i>), St-Genys, Etoile, Beauvallon, Malissard, Fauconnières, Montélier, Combovin, Barcelonne, La Baume C., Vaunaveys, Crest	75	608
	Option : Combovin, Col Cavalli, Gigors, Aouste, Crest.	86	928
Premier pas cyclo – Vélo Touristique Romanais Péageois (prise en charge)			
Dim 17	Journée des féminines à Bathernay organisée par le CODEP (prise en charge)		
Mer 20	Reconnaissance des circuits du Pas de Lauzun		
Sam 23	Organisation de la randonnée du Pas de Lauzun (PAGE 19)		
Mer 27	Circuit du Samedi 16 en sens inverse		
Jeu 28	La Donatienne - Cyclo Club Donatien (prise en charge)		
Sam 30	Saillans, St Benoit, col de Tavard et retour Crest	68	519
	Option : St Nazaire, Col de Muse, Col Lescou, Bouvières, Bourdeaux, Col de Lunel, Jury, Aouste, Crest.	93	1197
Mon total du mois de Mars :			



AVRIL 2024 – Départ à 13h30

DATE	PARCOURS	KM	D+
Sam 6	Allex, St-Genys, Fiancey, Charmes, St Georges, Col de Rotisson, Col des Ayes, Toulaud, Charmes, Etoile, Les Pécolets, Ambonil, Allex <i>Route des Pues</i> , <i>Ecosite Eurre</i> , Crest.	76	591
	Option : Col de Rotisson, La Croix St-André, Toulaud, suite petit parcours.	88	846
La randonnée des violettes -Cyclo Bourcain (prise en charge)			
Mer 10	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 13	Vaunaveys, La Baume C. Barcelonne, Peyrus, Barbières, Besayes, Alixan, Fauconnières, Malissard, Montmeyran, Upie, Col des 2 Serres, Crest.	83	745
	Option : Peyrus, Col des Limouches, Beaufort, Suze, Les Berthalais, Blacons, Crest.	78	1288
Mer 17	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 20	Grane, Col de la Pierre Sanglante, Marsanne, Cléon, Charols, Salettes, Eyzahut, Pont de Barret, Soyans, Col de Lunel. Crest.	70	977
	Option : Marsanne, La Laupie, Puygiron, Rochefort, La Touche, Portes, La Bégude (route de Combemont), Souspierre, Eyzahut, Pont de Barret, Soyans, Col de Lunel, Jury, Aouste, Crest.	85	1227
Randonnée fleurie : Cyclos Portois.			
Mer 24	Circuit du samedi en sens inverse		
Sam 27	Saillans, Die, Col de Marignac, St Julien, Col de la Croix, Beaufort, Blacons, Crest.	84	959
	Option : Die, Marignac (<i>La Rollandière</i>), Col de Marignac, Col de la Croix, Beaufort, Gisors, Aouste, Crest.	93	1191
Cyclo du nougat : Cyclos Montélimar (prise en charge)			
Mon total du mois d'Avril :			



Casino

supermarchés





DRIVE STATION SERVICE 24/24
POINT SERVICE CAMPING CAR

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 8h à 20h les vendredi et samedi de 8h à 24h et le dimanche de 8h30 à 22h

La Condamine • CREST • 04 75 79 69 00



Mirmand Fruits

JEUNE DENIS & FILS

PRODUCTEUR - EXPEDITEUR

JEUNE GREGORY

EMAIL : MIRMANDFRUITS@WANADOO.FR
PORTABLE : 06 77 05 24 99
BUREAU : 04 75 63 08 76

SUR LA D 204, DIRECTION MIRMANDE

MAI 2024 – Départ à 13h30

DATE	PARCOURS	KM	D+
Mer 1	Circuit du samedi en sens inverse		
Sam 4	Reconnaissance des circuits de la Roanne		
Mer 8	Balisage Roanne		
Jeu 9	Organisation de la randonnée de la Roanne (Page 20)		
Sam 11	Allex, La Voulte, St Laurent, Col de Méran, Moulin à Vent, Col de Rotisson, Charmes, Fiancey, Allex, Crest	86	793
	Option : St Laurent du Pape, Col de la Mure, Vernoux, Col de la Justice, La Croix St André, Col de Rotisson, Charmes, Fiancey, Allex, Crest.	99	1187
Mer 15	Circuits du samedi en sens inverse		
Mer 15	Sortie à la journée : cyclo-découverte par Michel BERTHOD (Page 21)		
Sam 18	Aouste, Jury, Saou, Bourdeaux, Crupies, Col de l'Homme, Vesc, Col de Vesc, Comps, col de Ventebrun, col de Boutière, Col de Pascalín, Félines, Soyans, Col de Lunel, La Répara (<i>Ecole</i>), Les Pignes, Divajeu, Crest.	77	1021
	Option : Vesc, La Paillette, Montjoux (<i>hameau</i>), Serre de Turc, Dieulefit, Col du Pertuis, Col de Ventebrun, suite petit parcours.	90	1218
Randonnée des Oliviers : Cyclos Nyonsais (prise en charge)			
Mer 22	Circuits du samedi en sens inverse		
Sam 25	Blacons, Beaufort, Plan de Baix, Col de Bacchus, Col des Limouches, Peyrus, Chabeuil, (<i>Route des sables</i>), Montvendre, Montmeyran, Upie, Vaunaveys gare, Crest.	82	1174
	Option : Col de Bacchus, Léoncel, Col de Tourniol, Barbières, St- Vincent, Peyrus, Combovin, Barcelonne, La Baume C., Vaunaveys, Crest.	89	1462
Randonnée des Gorges du Doux : Friol Club Tain-Tournon (prise en charge)			
Mer 29	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Mer 29	Sortie à la journée dans le Trièves par Claude VINCENT (Page 22)		
Mon total du mois de Mai :			

*Maison de la Presse
Tabac du Pont*



*18 Rue Maurice Long -26400 Crest
04 75 25 09 01*



JUIN 2024 – Départ à 7h30

DATE	PARCOURS	KM	D+
Sam 1	Chabrillan village, passage TGV, Pont de Grenette, Col de Tartaignille, Marsanne, St Gervais, Charols, Salettes, Eyzahut, Pont de Barret, Saou, Col de Lunel, Divajeu, Crest.	77	1089
	Option : St Gervais, La Bâtie Rolland, Espeluche, Le Colombier, Vers Salles (D24), Col d'Aleyrac, La Bégude, Salettes, Pont de Barret, Saou, Pas de Lauzun, Aouste, Crest.	103	1485
Randonnée de la Gentiane : VTRP			
Mer 5	Circuit du samedi en sens Inverse		
Sam 8	Saillans, Col de la Chaudière, Bourdeaux, Saou, Col de Lunel, Divajeu, Crest.	61	1001
	Option : Col de la Chaudière, Bézaudun, Les Tonils, Crupies Village, D 755 Dir Orcinas, puis dir Scierie, Bourdeaux, Bois de Chatelas, Poët Célard, Col de Pascalin, Francillon la Croisière, Saou, Col de Lunel, Jury, Crest.	84	1587
Raye Cyclo Vercors : Cyclo club Chabeuil (prise en charge)			
Mer 12	Circuit du samedi en sens Inverse		
Mer 12	Sortie à la Journée dans les Monts d'Ardèche par DOMINIQUE (Page 22)		
Sam 15	Allex, La Voulte, Col des Viaux, St Cierge la Serre, St Fortunat, St Laurent du Pape, La Voulte, Les Petits Robins, Livron Chemin de Sauvage, Allex, Crest.	86	804
	Option : St Cierge la Serre, Col du Tribble, Le Chambon de Bavas, Les Ollières, Dunières, St Laurent, La Voulte, suite petit parcours.	102	924
Mer 19	Circuit du samedi en sens Inverse		
Sam 22	Vaunaveys La Gare, Upie, Montmeyran, Montvendre, Chabeuil, St Didier de C., Charpey, Barbières, Col de Tourniol, Léoncel, Plan de Baix, Beaufort, Blacons, Crest.	90	1311
	Option : Vaunaveys, la Baume C., Peyrus, Barbières, Rochefort Sanson, Hostun, St Nazaire, Rochechinard, Col de Panavare, Tamée, Léoncel, Col de Bacchus, Plan de Baix, Beaufort, Blacons, Aouste, Crest	113	1696
Du Jeu 20 au Dim 23	Séjour du club au LAVANDOU (Page 24)		
Mer 26	Circuit du samedi en sens Inverse		
Sam 29	Saillans, Die, Col du Rousset, retour Crest.	113	1253
	Option : Col du Rousset, Plateau de Beure, retour Crest	124	1444
Dim 30	Sortie à la Journée : Le Mont PILAT par Laurent AUBERT (Page 23)		
Mon total du mois de Juin			

JUILLET 2024 – Départ à 7h30

DATE	PARCOURS	KM	D+
Mer 3	Circuit du samedi en sens Inverse		
Sam 6	Aouste, Jury, Col de Lunel, Soyans, Pont de Barret, Salettes, (Route de Saint Paulet), La Bégude, Dieulefit, Col du Pertuis, Col de Ventebrun, Col de Boutière, Col de Pascalín, Francillon, Saou, Pas de Lauzun, Crest.	79	1092
	Option : La Bégude, Col d'Aleyrac, Taulignan par D 809, La Roche St Secret, Serre de Turc, Dieulefit (<i>Beauvallon</i>), Comps, Col de Ventebrun, suite petit parcours.	113	1625
La Cabosse : Cyclo Club Valrhona			
Mer 10	Circuit du samedi en sens Inverse		
Sam 13	Aouste, Gigors, Col Cavalli, Côte Blanche, Col des Limouches, Col de Bacchus, Plan de Baix, Beaufort, Suze, Blacons, Crest	67	1127
	Option : Cote Blanche, Col des Limouches, Col de Bacchus, Plan de Baix, Beaufort, Col de la Croix, Ste Croix, Saillans, Crest.	105	1540
Mer 17	Circuit du samedi en sens Inverse		
Sam 20	Saillans, St Nazaire, Col Lescou, Bouvières, Bourdeaux, Saou, Col de Lunel, Divajeu, Crest.	91	882
	Option : Saillans, Die, Ausson, Recoubeau, Jansac, Col de Pennes, St Benoit, Saillans, Crest.	99	1140
Mer 24	Circuit du samedi en sens Inverse		
Sam 27	Divajeu, Les Pignes, La Répara Ecole, Col de Lunel, Saou, Bourdeaux, Crupies, Vesc, Col de Vesc, Comps, Truinas (<i>le Banchet</i>), Félines, Saou, Col de Lunel, Jury, Aouste, Crest.	77	1155
	Option : Crupies, Bouvières, Col de la Sausse, Gorges Trente pas, Col de Valouse, La Paillette, Vesc, Col de Vesc, Comps, Col de Ventebrun, Col de Boutière, Truinas (<i>le Banchet</i>), Félines, Saou, Jury, Crest.	108	1678
Mer 31	Circuit du samedi en sens Inverse		
Mon total du mois de Juillet :			








FIT BIKE



Alex MURE

f

FIT BIKE

Vente - Réparation - Location

Vélos route / VTT / BMX

Vélos électriques

Montage à la carte

Étude posturale

Spécialiste Vélos électriques

fitbike@outlook.fr

04.75.97.55.38

06.36.99.13.79

Espace 911, 88 Route de Dieulefit

26200 MONTÉLIMAR

15, Grande Rue

26400 AOUSTE/SYE

AOÛT 2024 – Départ à 7h30

DATE	PARCOURS	KM	D+
Sam 3	Grane, Col du Devès, Roynac, Cléon, St Gervais, la Bâtie Rolland, Espeluche, Le Colombier village, Rochefort, La Touche, La Bégude, Souspierre, Salettes, Pont de Barret, Soyans, Col de Lunel, Divajeu, Crest	83	1000
	Option : Le Colombier village, Col du Colombier, Montjoyer, Monastère d'Aiguebelle, Allan, Montboucher, La Laupie, Marsanne, Col de Tartaiguille, Autichamp, Chabrillan (<i>Le Parquet</i>), Crest	106	1423
Mer 7	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 10	Aouste, Blacons, Beaufort, Col de la Croix, Saint Julien, Col de Marignac, Die, Saillans, Crest	87	1008
	Option : Aouste, Gigors, Beaufort, suite petit parcours.	90	1175
Mer 14	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 17	Aouste, Jury, Col de Lunel, Saou, Bourdeaux, Col de la Chaudière, Saillans, Crest	64	1111
	Option : Jury, Les Lombards, Soyans, Direction Félines, Col du Farnier (les escargots), Francillon La Croisière, direction Poët Célard D328, Bourdeaux, Crupies, Les Tonils, Bézaudun, Col de la Chaudière, Saillans, Aouste, Crest	81	1338
Mer 21	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 24	Eurre, Col des 2 Serres, Montoisson, Ancienne route d'Etoile, Etoile, Charmes, Touloud, Col des Ayes, Col de Rotisson, St Georges, Charmes, Etoile, Les Pécolets, Ambonil, Alex, Crest.	72	645
	Option : Touloud, Croix St-André, Moulin à vent, D 266 Bousсенac, St Laurent du Pape, La Voulte, Livron, Haut Livron, rte de Sauvage, Alex	89	1252
31^{ème} Randonnée de la Liore - Barbières Loisirs Cyclo (prise en charge)			
Dim 25	JOURNEE FAMILIALE DU CLUB		
Mer 28	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 31	Vaunaveys, La Baume C. Barcelonne, Peyrus, Charpey, Besayes, Alixan, Fauconnières, Malissard, Montéléger, Montmeyran, Upie, Les Ayasses, Eurre, Crest.	83	727
	Option : Peyrus, Col des Limouches, Col de Bacchus, Plan de Baix Beaufort, Montclar, Col de la Boite, Crest	80	1403
Rallye de la Fête des Vins – Saint-Péray (prise en charge)			
Mon Total d'août			



Boulangerie Pâtisserie
Mathieu Fouraison

Tradition/Levain/Drôme...
Pognes/St génix/Couves...

Salon deThé/sandwicherie/Saladerie/Fougasses...
Ouvert du lundi au Samedi de 7h à 19h30(sans interruption)

9 Rue de République
26400 CREST
04 75 25 02 53

Tous nos produits sont fabriqués sur place



Lj
Coiffure Institut de Beauté
Lysa Joo

PERRUQUE MÉDICALE AGRÉE
Tél. 04 75 60 03 55 - Mail : lysa@lysajoo.com
WWW.LICOIFFURE-ESTHETIQUE.FR
Zone commerciale Intermarché - Quartier Mivoie 26400 AOUSTE SUR SYE

SEPTEMBRE 2024– Départ à 13h30

DATE	PARCOURS	KM	D+
Mer 4	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 7	Grane, Les Roberts, Col de la Grande Limite, Marsanne, La Laupie, St-Gervais, Charols, Manas, Roynac, Col de Devès, Les Pignes Divajeu, Crest Option : St Gervais, La Bégude, Souspierre, Eyzahut, Rochebaudin, Mure, Félines, Col du Farnier (Les escargots), Francillon La Croisière, Saou, Pas de Lauzun, Crest.	74 96	1080 1529
Du Dim 7 au Dim 14	Séjour du club à CAPDENAC (Page 24)		
Mer 11	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 14	Saillans, St Benoit, Rochefourchat aller et retour, St Nazaire, retour Pradelles par rive droite de la Roanne, St Benoit, Saillans, Crest. Option : Rochefourchat, St Nazaire, Col Lescou, Bouvières, Bourdeaux, Saou, Col de Lunel, Crest	91 100	978 1298
Mer 18	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 21	Grane, Loriol, Le Pouzin, Les Turrettes, Lachamp, Condillac, Marsanne, Col de Tartaignille, La Répara Ecole, Jury, Aouste, Crest Option : Lachamp, Sauzet, Marsanne, Roynac, Col du Devès, Pont de Grenette, Autichamp, La Répara Ecole, suite petit parcours.	75 87	759 992
Randonnée des feuilles mortes : Cyclos Portoï (prise en charge)			
Mer 25	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 28	Eurre Village, Les Ayasses, Upie, Les Dinas, Montvendre, Chabeuil, St Didier, Charpey, St Vincent, Peyrus, Châteaudouble, Vaunaveys, Crest Option : Chabeuil, Peyrus, col des Limouches, Col de Bacchus, Beaufort, Blacons, Crest	74 81	790 1248
Mon total du mois de Septembre :			



**la CAVE
du BOURG**

Florent **Weber** • Sommelier conseil

51, Rue Emile Loubet - 26400 CREST
04 75 25 22 93 / contact@cave-du-bourg.fr
www.cave-du-bourg.fr



**Garage
CVIA**
8 rue Gustave EIFFEL - Z.I. CREST



Tél. 04 75 25 02 82
www.cvia2.fr

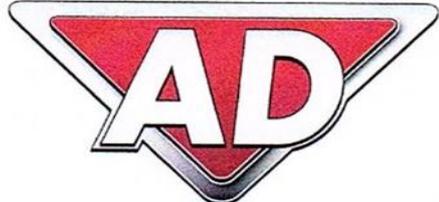


- Ventes véhicules neufs et d'occasions
- Réparation toutes marques voitures, utilitaires, poids-lourds
- Locations de véhicules



GARAGE
SORIN

En route pour demain



OCTOBRE 2024 – Départ à 13h30

DATE	PARCOURS	KM	D+
Mer 2	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 5	Crest, Saillans, Ste Croix, Col de la Croix, Beaufort, Blacons, Aouste, Crest	69	672
	Option : Ste Croix, St Etienne en Quint, Col de la Croix, Beaufort, Route de Lozeron, Gigors, Aouste, Crest	80	1035
Mer 9	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 12	Crest, Grane, Alex, La Rolière, St-Genys, Etoile, Beauvallon, Montéléger, Beaumont, Chabeuil, Montvendre, Les Pialoux, Upie, Crest	67	543
	Option : Montvendre, Serre Peloux, Combovin, Col Cavalli, Gigors, Crest	79	926
Randonnée du Pays de Grignan : Cyclo Grignonais			
Mer 16	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 19	Crest, Saillans, Aurel (la Colombe) aller-retour, Pontaix, Retour Saillans, Crest	64	618
	Option : Pontaix, Vercheny le Haut, Saillans, Blacons, Crest	71	770
Mer 23	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 26	Divajeu, La Répara Ecole, La Répara Péage, Puy St Martin, Roynac, Les Bastets, Marsanne, Bonlieu, St Gervais, Charols, Pont de Barret, Saou, Col de Lunel, Crest	68	717
	Option : Pont de Barret, Direction Félines, Col du Farnier (Les Escargots) Francillon La Croisière, Saou, Col de Lunel, Jury, Aouste, Crest	75	1013
Mer 30	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Mon total du mois d'Octobre :			



Conception
Création
Entretien
D'espace vert

Loïc
CHAZALETTE

04 75 76 75 63
AOSTE / SYE

contact@val-drome-paysage.fr



Boulangerie - Pâtisserie
Angélique & Pascal
Champ de Mars - 26400 Crest
04 75 61 60 23



100 avenue de marseille
26000 Valence
Tél/Fax 04 75 57 25 34
mickael.bultez@wanadoo.fr

NOVEMBRE 2024 – Départ à 13h30

DATE	PARCOURS	KM	D+
Sam 2	Col de Lunel, Bourdeaux, Les Tonils, Crupies Village, Direction Orcinas, Bourdeaux, Direction Poët Célard, Saou, Jury, Crest.	68	896
Mer 6	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 9	Grane, Loriol, Cliousclat, Mirmande, Reys de Saulce, Bras de Zil, Loriol, Livron, Alex, Upie, Col des 2 Serres, Crest	76	630
Mer 13	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 16	Vaunaveys, Upie, Les Dinas, Montvendre, Chabeuil, Montélier, Beaumont, Montmeyran, Montoisson, Ambonil, Alex, Les Pues, Eurre Ecosite, Crest	76	535
Mer 20	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 23	Saillans, Pontaix, Retour, Aubenasson Mairie, Château de Piégros, Crest	60	472
Mer 27	Circuit du samedi en sens Inverse.		
Sam 30	Alex, Aiguebonne, Les Vallons, Ambonil, Vers Etoile, Retour Ambonil, Vers Livron, Alex, Les Bérangères, Les Ramières, Grane, Pont de Grenette, Autichamp, Les Pignes, Divajeu, Crest	56	462
Mon total du mois de Novembre :			

Samedi 02 novembre Assemblée Générale + repas

Samedi 07 décembre : Roulez pour le TÉLÉTHON

AFM TÉLÉTHON 
INNOVER POUR GUÉRIR



LES MANIFESTATIONS ORGANISÉES PAR LE CLUB

SAMEDI 23 MARS - RANDONNÉE DU PAS DE LAUZUN

L'édition 2023 a été une réussite pour vous tous. Une forte implication de tous les adhérents est souhaitée pour faire de cette journée une réussite appréciée et reconnue par les participants.

Les besoins sont évalués à **au moins 30 volontaires** pour aider à l'organisation.

Une réunion d'information se tiendra le MARDI 27 FEVRIER à 20h00 au Boulodrome pour l'attribution des différentes tâches : fléchage / balisage, inscriptions, ravitaillement, logistique générale...

Un avis est lancé aux maîtres pâtissiers pour confectionner gâteaux sportifs ou autres plats « faits maison » qui viendront recharger en sucre nos vaillants cyclotouristes au niveau des différents points de ravitaillement.

Le programme

Les inscriptions et les départs se feront à l'espace Soubeyran au Boulodrome de 12h00 à 14h30. À l'arrivée une collation sera servie à tous les participants.

Horaire de clôture à 17h30.

- **3 parcours « Route »** (sens Aouste, Pas de Lauzun)

Distance (km)	35	68	89
Dénivelé + (en m)	509	1023	1570
Ravitaillements	Au départ	Rochebaudin	Rochebaudin
N° Open Runner	17817590	17817511	17817466

- **2 parcours « VTT »**

Distance (km)	34	42
Dénivelé + (en m)	511	811
Ravitaillements	Carrefour de Miery	
N° Open Runner	16069033	16068977



JEUDI 9 MAI : RANDONNÉE DE LA ROANNE

L'édition 2023 a été une réussite pour l'organisation malgré la mauvaise météo. Cette année dépendra aussi de l'investissement sans faille des bénévoles.

Les besoins sont évalués à **au moins 60 volontaires.**

Une réunion de préparation se tiendra le MARDI 16 AVRIL - 20h00 au Boulodrome pour l'attribution des différentes tâches : fléchage/balisage, inscriptions, ravitaillement, logistique générale.

Un appel est par ailleurs lancé aux pâtisseries amateurs pour confectionner des gâteaux sportifs maison qui viendront garnir les différents points de ravitaillement.

Le programme

Rendez-vous pour les inscriptions et le départ à l'espace Soubeyran au Boulodrome à CREST

Départs ouverts de 7h à 10h – Clôture à 18h00 – Diverses récompenses remises à partir de 16h30. À l'arrivée une assiette garnie sera servie à tous les participants.

- **4 parcours « Route »** (sens Aouste, Saillans)

Distance (km)	43	93	127	175
Dénivelé + (en m)	607	1067	2004	3081
Ravitaillements	Au départ	St Nazaire	St Nazaire (2)	St Nazaire (2)
N° Open Runner	17818388	17818395	17818412	17818429

- **3 parcours « VTT »**

Distance (km)	35	46	57
Dénivelé + (en m)	808	1383	1941
Ravitaillements	Suze sur Crest	Les Vignes, Gigors et Cobonne	
N° Open Runner	16533604	16543147	16552743



LES ÉVÈNEMENTS INTERNES

LA RANDONNÉE PÉDESTRE PRINTANIÈRE

***DIMANCHE 07 AVRIL – « Montagne de Desse »
par Michel ETIENNE, Daniel JEAN et Alain GASQUET***

Sortie familiale pédestre du cyclo :

Petit sommet modeste de cette belle région qu'est le Diois. Un agréable cheminement le long d'une crête facile. De belles perspectives sur les montagnes environnantes du sud Vercors. Départ en co-voiturage à 9h30 de Crest à l'espace SOUBEYRAN. La balade partira de Ponnét.



Altitude départ : 460m **Altitude atteinte :**
890m **Distance :** 8,5 km **Dénivelé :** 650m.

PIQUE - NIQUE tiré du sac. Retour vers 16h environ.

Nous vous attendons nombreux pour cette sortie facile et conviviale !

LES SORTIES VÉLO À LA JOURNÉE

***RANDO CYCLO-DECOUVERTE le mercredi 15 MAI
Par Michel BERTHOD***

Sortie agréable :
AU COEUR DU TRICASTIN

Départ en co-voiturage à 7h45 de Crest à l'espace SOUBEYRAN, pour nous rendre à l'Abbaye NOTRE DAME D'AIGUEBELLE distante de 46 km soit environ une heure.

La distance de la randonnée est d'environ 82 km, pas de col mais quelques côtes pour faire environ 600 m de dénivelé.

A midi, le repas sera tiré du sac.



Il fallait bien que cela arrive. Après 20 « cyclo-découverte » depuis 2001 sur notre secteur, je vous propose un circuit qui a déjà été effectué, il y a une bonne dizaine d'années.

Comme d'habitude, s'agissant d'une « cyclo-découverte », le circuit est à découvrir.

Au cœur du cyclotourisme, ces sorties ont pour but d'aborder les paysages, les monuments, l'architecture, l'histoire, la géologie...tout cela d'une manière brève, sur 9 sites pour cette escapade.

LE TRIEVES le mercredi 29 Mai
Par Claude VINCENT

Départ en co-voiturage à 6h30 de Crest, à l'espace SOUBEYRAN, pour **Clelles (Gare)** par le col de Menée - 86 km -1h45 de route environ, soit une arrivée vers 8h15. (Pour le circuit de 52 km covoiturage jusqu'à St Michel les Portes, soit 9 km de plus)

Départ de la randonnée vers 8h30.

Circuit 86 km - 2281 D+ Openrunner : 18095765

Clelles (Gare), St Michel les Portes, Col de l'Allimas, Gresse en Vercors, Col des Deux, St-Andéol, Château Bernard, Col de l'Arzelier, Prelenfrey, St Barthélémy, Lanchâtre, St Guillaume, Gresse (km 66) Col de l'Allimas, St Michel les Portes, Clelles (gare).

Circuit 72 km - 1702 D+ Openrunner : 18095812

Clelles (Gare), St Michel les Portes, Col de l'Allimas, Gresse en Vercors, Col des Deux, St-Andéol, Château Bernard, St Guillaume, Gresse (km 50) Col de l'Allimas, St Michel les Portes, Clelles (gare).

Circuit 52 km - 1418 D+ Openrunner : 18095841

St Michel les Portes, Col de l'Allimas, Gresse en Vercors, Col des Deux, St-Andéol, Château Bernard, St Guillaume, Gresse (km 42) Col de l'Allimas, St Michel les Portes.

3 Circuits possibles dans le cadre très verdoyant du Trièves, au pied du majestueux Mont Aiguille.

Possibilité de repas en commun pour les participants aux 3 circuits - restaurant à Gresse en Vercors - ou repas tiré du sac, choix à définir au moment des inscriptions.



LES MONTS D'ARDECHE le mercredi 12 juin
Par Dominique CHAUFFOUR

Départ en co-voiturage à 6h30 de Crest à l'espace SOUBEYRAN, pour une arrivée à 8h à Saint Sauveur de Montagut. Départ de la randonnée vers 8h.

Circuit 104 km - 1899m D+ Openrunner : N° 18094829.

St Sauveur de Montagut, la D244 pour St Etienne de Serre, puis D211 pour St Pierreville, Mezilhac, puis D122 pour La Champs Raphael, La Ferme de Bourlatier, et puis la D378 jusqu'à la Source de la Loire pour :

LE REPAS CHEZ REGINE

Le Gerbier de Jonc par D237, St Martial' Arcens, St Martin de Valamas, Le Cheylard, puis la D264 St Michel d'Aurance, St Barthelemy le Meil, Beauvene, et la D120 avant Pont de Chervil, St Sauveur de Montagut.

Circuit 74 km - 1467m D+ Openrunner : N° 18094866.

Départ de St Sauveur de Montagut et comme le grand circuit jusqu'à Mézilhac, puis Le Cheylard par la D204 pour un arrêt bien mérité :

LE REPAS A LA GUINGUETTE AU CHEYLARD.

Retour à St Sauveur de Montagut comme le grand circuit par la D264 puis la D120.



LE MONT PILAT le dimanche 30 juin
Par Laurent AUBERT

Départ en co-voiturage à 7h30 de Crest à l'espace SOUBEYRAN, pour une arrivée à Sarras et un départ en vélo vers 9h.

Circuit 110 km - 2000m D+ Openrunner : N° 18026060.

Nous partirons en direction de Talencieux, saint Cyr, Peaugres, Maclas, Pélussin puis montée jusqu'au col de l'Oeillon à 1234m puis un aller/retour jusqu'au collet de



l'Oeillon 1318m pour les plus courageux.



Repas tiré du sac bien mérité.

Retour direction croix de Chabouret, Saint Julien Mollet Molette, Boulieu les Annonay, Davézieux, Vernosc les Annonay et retour à Sarras.

Circuit 73 km - 957m D+ Openrunner : N° 18195232.

Pour ceux qui trouvent trop de difficultés, possibilité d'aller jusqu'à Maclas et de couper directement vers Saint Julien Mollet Molette par la D 503 et retour comme le grand circuit.



LES SÉJOURS

SÉJOUR DU JEUDI 20 JUIN AU 23 JUIN

Au LAVANDOU dans le Var.

Coût : environ 230€ par personne en pension complète avec pique-nique pour le midi (la taxe de séjour sera réglée sur place).

Départ de Crest en voiture pour 315km par l'autoroute A7.

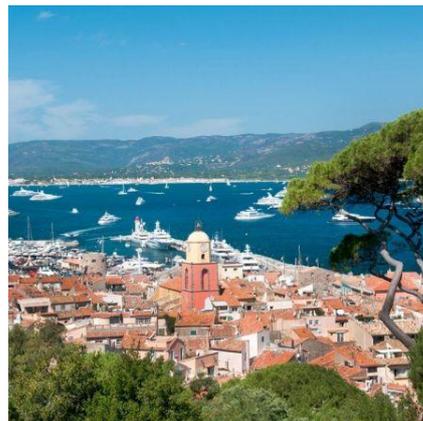
La Commission Séjours vous emmène au LAVANDOU : village vacances « **la grande Bastide** » entre Hyères et Saint-Tropez, à 800 mètres de la mer et du port.



Venez profiter de la douceur du climat méditerranéen et du charme authentique de nos paysages. Découvrez aussi le littoral et la forêt des Maures.

Pour les cyclos, cols de Babou, Canadel, Mont Faron, route côtière vers Saint Tropez, route des crêtes ...

Pour les marcheurs, les îles de Port Cros et Porquerolles, la presqu'île de Giens et ses salines, Collobrières et l'arrière-pays ...



Dans les prestations : Lits faits à l'arrivée. Linge de toilette fourni. Piscine. Bar restaurant. Animation. Local à vélos fermé à clefs.

SÉJOUR du samedi 07 au samedi 14 SEPTEMBRE

Entre Lot et Aveyron « A CAPDENAC ».

Coût : environ 560€ par personne en pension complète avec pique-nique pour le midi. (La taxe de séjour sera réglée sur place).

Départ de Crest en voiture pour 350 km. Il faut prévoir 5 à 6 h de route par Privas, Millau, Rodez.

La Commission Séjours vous emmène à « **l'Hôtel ** Auberge de la Diège** » à CAPDENAC. Il s'agit d'une ancienne bergerie transformée en hôtel/restaurant, située au bord du Lot

Vous serez logés en chambres doubles tout équipées (sanitaire, salle d'eau, télévision, Hifi, clim...)

Vous pourrez profiter de la piscine extérieure, du sauna, du SPA, du garage à vélo et pour la remorque si nécessaire.

L'hôtel se situe au pied de Capdenac le haut (plus beau village de France), dans un méandre du Lot, près de la Gare, à seulement 8 km de Figeac, ville médiévale à l'extraordinaire patrimoine architectural, ville natale de Champollion. Vous serez aux portes de l'Aveyron et du Lot en région Occitanie. Vous apprécierez le cadre reposant, le confort, le restaurant traditionnel, le parking ainsi que l'emplacement privilégié de l'hôtel au cœur de la Vallée du Lot et de ses nombreux sites touristiques.

Pour les randonneurs et les autres, vous pourrez découvrir le Lot, la Dordogne, le Célé mais aussi des gorges profondes, des vergers, des vignes et plusieurs villes alentour (Saint-Céré, Saint-Cirgues, Rocamadour, Saint-Cirq-Lapopie, Cahors, Conques ...



LES SORTIES

VTT

Les départs se feront du parking Soubeyran à CREST à 10h00 ou 13h30, soit pour départ en VTT soit pour les déplacements en voiture.

Pour le Samedi les départs se feront à 13h00 du parking Soubeyran.

Les destinations pourront changer suivant le temps et la disponibilité du guide.

PROGRAMME DES SORTIES

Janvier

Dates	Organisation	Destination
Jeudi 04	Jacques SABATIER	La petite Roanne
Jeudi 11	Jacques SABATIER	Miery
Jeudi 18	Patrick LOMBARD	Départ Blacons L'armurier 13H 15
Jeudi 25	Jean Louis GASQUET	Passé à poissons / Ramières

Février

Dates	Organisation	Destination
Jeudi 01	Patrick BRUN	La pierre sanglante ; départ de Grâne
Jeudi 08	Jacques SABATIER	Randonnée du Codep RCD Montoisson
Jeudi 15	Jeannot GASQUET	Chemin du soleil (grâne)
Jeudi 22	Jacques SABATIER	Vaugelas-retour- Vaugelas
Jeudi 29	Patrick BRUN	Rondo de Saillans parcours de 2022

Mars

Dates	Organisation	Destination
Jeudi 07	Jacques SABATIER	La croix de Justin
Jeudi 14	Jacques et Gérard	Reconnaissance pas de Lauzun
Jeudi 21	Jacques SABATIER	Balisage ou reconnaissance pas de Lauzun
Vendredi 22	Balisage randonnée des circuits du Pas de Lauzun	
Samedi 23	Randonnée du Club : le Pas de Lauzun	
Lundi 25	Dé-balisage des circuits du Pas de Lauzun : prévoir les mêmes que pour le balisage en fonction des disponibilités.	
Jeudi 28	Alain THIBON	Beaufort les crêtes, Fonteuse

Avril

Dates	Organisation	Destination
Jeudi 04	Patrick LOMBARD	Départ Saillans col du Perrier col du Hérisson
Jeudi 11	Daniel JEAN	Romeyer départ de die
Jeudi 18	Dominique CHAUFFOUR	Miery
Jeudi 25	Jacques SABATIER	Les Agueris Dieulefit

Mai		
Dates	Organisation	Destination
Jeudi 02	Daniel JEAN	Les balcons de la Drôme
Mercredi 08	Balisage randonnée des circuits de la Roanne	
Jeudi 09	Randonnée du club : la Roanne	
Vendredi 10	Dé-balisage	
Jeudi 16	Patrick BRUN	Départ Aurel
Jeudi 23	Jacques SABATIER	Balade autour de Crest de Patrick Couderc
Jeudi 30	A définir	

Juin		
Dates	Organisation	Destination
Jeudi 06	Jacques et Alain	Le Ventoux
Jeudi 13	Daniel JEAN	Le Pas de Pillouse départ des planneaux de Romeyer
Jeudi 20	Alain THIBON	Le plateau d'Ambel
Jeudi 27	Yann QUINKAL	Puyjovant

Juillet à Septembre : rien de prévu



Professionnels de santé et particuliers
3 Rue Jean Jaurès - 26400 Crest / 04 75 43 02 34

EUROREPAR
CAR SERVICE

SERGE CLEMENT
GARAGE CLEMENT
7 ZA LA CONDAMINE
26400 AOUSTE
Tél. 04 75 25 14 34
Mobile. 06 34 58 36 74
ggclementserge@gmail.com

Laurent Barbier agencier d'intérieurs

Cuisines - Rangements

Z.A. La Plaine 26400 CREST
04.75.42.52.09 - 06.73.39.31.95
idinterieur@orange.fr - www.idinterieur.net

Octobre

Dates	Organisation	Destination
Jeudi 03	Daniel JEAN	Chapelle St Christophe
Jeudi 10	Jaques SABATIER	Grâne
Jeudi 17	Jean-Louis GASQUET	La Panaulière
Jeudi 24	Gérard ROI	Beauchastel
Jeudi 31	A Définir	

Novembre

Dates	Organisation	Destination
Samedi 02	Assemblée générale	
Jeudi 07	Jacques SABATIER	Le tour de Quint départ St Croix
Jeudi 14	Gérard MONTCHAUD	Le serre des Aigles Crest-Blacons-Crest
Jeudi 21	Patrick BRUN	Saillans
Jeudi 28	Alain GRATOL	Rotisson
Jeudi 30	Jacques SABATIER	Le 35 du Pas de Lauzun

Décembre

Dates	Organisation	Destination
Jeudi 05	Jacques SABATIER	Montoisson les bois
Samedi 07	Téléthon	
Jeudi 12	Jean Louis GASQUET	Cote belle Eygluy
Jeudi 19	A Définir	

*le Jardin
de la Vallée*

horticulture - pépinière

JP Rouvier

26400 CREST - quartier Les Blaches
06 89 85 43 23
romainrouvier@wanadoo.fr

 *Ma Nouvelle
Bicyclette*

Magasin 100% dédié aux
Vélos électrique

VENTE - REPARATION - LOCATION

Retrouvez nous sur FACEBOOK et INSTAGRAM :
@manouvellebicyclette

04 75 59 06 28
contact@manouvellebicyclette.fr
34 RUE MAURICE BARRAL - 26400 CREST

NOS SPONSORS

BIKE 26
BOULANGERIE ANGÉLIQUE ET PASCAL
BOULANGERIE PATISSERIE FOURAISON
CASINO
CAVE DU BOURG
C.F.P.M.
DELBART
FIT BIKE à AOUSTE
GAMM VERT
GARAGE CLEMENT
GARAGE CITROEN ROLLAND
GARAGE CVIA
GROUPAMA
ID INTÉRIEUR
INTERMARCHÉ
INTERSPORT
JARDIN DE LA VALLEE
LISE WEBER IMMOBILIER
LYSA COIFFURE
MAISON DE LA PRESSE
MA NOUVELLE BICYCLETTE
MATERIEL MEDICAL DU VAL DE DROME
MC DONALD CREST & LORIOLE
MIRMAND'FRUITS
OPTIQUE CONSTANT
SORIN GARAGE AD
VAL DRÔME PAYSAGE
VEAUVY

**NOUS REMERCIONS CHALEUREUSEMENT NOS PARTENAIRES
POUR LEUR CONFIANCE ET LEUR PRÉCIEUX SOUTIEN,
AINSI QUE LA MAIRIE DE CREST POUR LA SUBVENTION
QU'ELLE NOUS A ACCORDEE.**