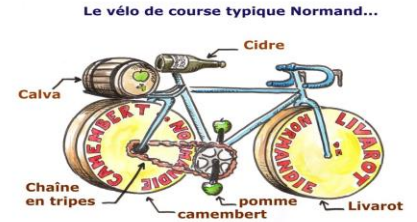




Juin 2017



Prochaine Réunion Ordinaire le 15 juin à 18h00
Au siège du MUC Omnisports Albert Batteux dans la salle Jean-Louis Coufy, suivie de la soirée de printemps au Clos de l'Hirondelle

Sorties en semaine

Mercredi 31 mai et vendredi 2 juin: RDV Jacou sur la piste cyclable après Mac Do à 07H30

Mercredi 7 et vendredi 9 : RDV Rd point Agropolis à 07H30

Mercredi 14 et vendredi 16: RDV Jacou sur la piste cyclable après Mac Do à 07H30

Mercredi 21 et vendredi 23: RDV Agropolis à 07H30

Mercredi 28 et vendredi 30 : RDV Jacou sur la piste cyclable après Mac Do à 07H30

Portées en semaine pour s'évader de la Métropole de Montpellier

- Pour ceux qui travaillent et rêvent d'évasion, ces portées peuvent être parcourues un autre jour, il suffit de vous entendre.
- Il est conseillé de vous contacter auparavant pour monter un groupe et organiser le co-voiturage.

➤ **Mercredi 14 juin : RDV Le Pujol-sur-Orb . Départ 08H00 pour 120 Km et 1930 m D+**

Le Pujol-sur-Orb, Colombières-sur-Orb, D908, Olargues, D14, Col de Fontfroide, Fraisse sur Agout, D14, La-Salvetat-sur-Agout, D150, D62, Le Cantonnier, Rouyregros, Rieu Montagne, D162, Condomines, D162, Murat-sur-Vèbre, **Le Pont de Cabrié**, Boissezon de Masviel, Arnac sur Dourdou, D174, Col du Coustel, D53, D922, La Croix de Mounis, Andabre, Saint-Gervais-sur-Mare, Castanet-le-Bas, Saint-Etienne-Estrechoux, Hérépian, **Le Pujol-sur-Orb**.

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6803183>

Raccourci : 85 Km et 1740 m D+

Le Pont de Cabrié, D622, Col del Par, D922 près La Coste, D53, Croix de la Gorge, D180, Près l'Espinouse et les sources de l'Agout, Col de l'Ourtigas, Rosis, Col des Princes, Combes, Le Pujol sur Orb, D908, **Le Pujol-sur-Orb**.

<http://www.openrunner.com/index.php?id=4829778>

➤ **Mercredi 21 juin : RDV Pont D'Hérault. Départ 08H00 pour 120 Km et 2200 D+**

Pont d'Hérault, Valleraugue, **L'Espérou**, Maison de l'Aigoual, D986, Camprieu, Gorges du Trévezel, Trèves, Col de La pierre plantée, Dourbies, Prunaret, vers le col de l'homme mort, près lac des pises, **Col du Minier**, Aulas, Le Vigan, Pont d'Hérault.

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6816492>

Raccourci, RDV Col du Minier, départ 08H00 pour 65 Km et 1130 m D+

Col du Minier, **L'Espérou**, Maison de l'Aigoual, D986, Camprieu, Gorges du Trévezel, Trèves, Col de La pierre plantée, Dourbies, Prunaret, **Col du Minier**

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7451821>

➤ **Mercredi 28 juin : RDV Malaucène. Départ 08H00 pour 115 Km et 2300 m D+**
Malaucène, **Bédouin**, Chalet Reynard, Ventoux, **Sault**, Aurel, Savoillan, Eygalier, Mollans sur Ouvèze, Entrechaux, Malaucène.

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7429700>

Raccourci : 102 Km et 1960 m D+

Bédouin, Chalet Reynard, **Sault**

<http://www.openrunner.com/index.php?id=7456847>

Sorties des dimanches et jours fériés

Le dimanche le « départ du CREPS » se situe Avenue Charles Flahault face au stade Philipidès à Montpellier

❖ **SAMEDI 3 juin**, « Vivons Vélo » AG2R, Départ 09H00 de la brasserie « Le Comptoir » 180 rue de Galata, en bordure du Bassin Jacques Cœur, Montpellier pour 35 Km et 0 m D+
Pour les volontaires qui se dévouent pour encadrer les participants à la balade de découverte

❖ **DIMANCHE 4 juin:**

➤ Randonnée de l'Amitié du VC de Magalas, RDV Domaine Saint-Jean

OU

➤ Tour de l'étang de Thau - Journée Vélo de l'UC Marseillan, RDV Marseillan

OU

➤ Départ 09H00 de la brasserie « Le Comptoir » 180 rue de Galata, en bordure du Bassin Jacques Cœur, Montpellier pour la Fête du Vélo organisée par le MUC Cyclo pour 35 Km et 0 m D+

OU

➤ **Départ CREPS 07H00 pour 100 Km et 1100 m D+**

Parcours N8 : Montpellier, Grabels, Murles, Viols-le-Fort, Cazevielle, **Saint-Jean-de-Cuculles**, la Salade, Saint-Mathieu-de-Trévières, Le Rey, Valflaunès, montagne du Causse, Lauret, Cazeneuve, Valcyre, Sauteyrargues, Vacquières, Fontanès, Sainte-Croix-de-Quintillargues, Assas, Jacou, **Montpellier**

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6797377>

Groupe 3 : 62 Km et 600 m D+ - Saint-Jean-de-Cuculles, Les Matelles, Sources du Lez, Montferrier-sur-Lez, **Montpellier** LUNDI 5 juin (Lundi de Pentecôte), départ CREPS à 07H00 pour 80 Km et 700 m D+

❖ **LUNDI 5 juin (Pentecôte) : départ CREPS pour 80Km et 700 m D+**

Parcours NO18 : Montpellier, Clapiers, Jacou, Assas, St Vincent, Prades, Source du Lez, Les Matelles, St Jean de Cuculles, Cazevielle, Mas de Londres, le Pic Saint Loup, St Mathieu, Guzargues, Teyran, Castelnaud,

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6796011>

➤ **DIMANCHE 11 juin: Départ CREPS 07H00 pour 110 Km et 1080 m D+**

Parcours SO6 : Montpellier, Pignan, Cournonterral, Montbazin, **Villeveyrac**, Loupian, D158, D5E8, D161, Abbaye de Valmagne, Saint Pons de Mauchiens, Saint Pargoire, **près Plaissan**, Vendémian, D139, D114, D114, Aumelas, Cournonterral, Pignan, Lavérune, Montpellier.

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6794354>

Groupe 3 pour 90 Km et 500 m D+ : Villeveyrac, D2, D2XD131, Près Plaissan

-
- ❖ **SAMEDI 17 juin et DIMANCHE 18 juin : BCMF VERCORS. RDV à SAINT- JEAN-EN-ROYAN (DROME), uniquement pour ceux qui sont déjà inscrits, pour 196 Km et 3917 m D+**

<http://ffct.org/randonner-a-velo/ou-quand-pratiquer/les-evenements/cyclomontagnarde-2017-vercors/>

-
- ❖ **DIMANCHE 18 juin : Départ CREPS 07H00 pour 110 Km et 1370 m D+**

Parcours NO12 : Montpellier, Clapiers, Jacou, Assas, Saint-Mathieu-de-Trévières, Col de Fambétou du Pic St Loup, **Saint-Martin-de-Londres**, Le Frouzet, Causse-de-la-Selle, Saint-Guilhem-le-Désert, Pont du Diable, Puéchabon, Argelliers, La Boissière, Montarnaud, Bel Air, **Grabels**, Montpellier

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6795982>

Groupe 3 pour 80 Km et 500 m D+ : Saint-Martin-de-Londres, Viols-le-Fort, Cantagril, Vailhauquès, Grabels

-
- ❖ **SAMEDI 24 juin et DIMANCHE 25 juin : BCMF PYRENEES. RDV LOURDES, uniquement pour ceux qui sont déjà inscrits, pour 105 et 199 Km et 4596 m D+**

<http://ffct.org/randonner-a-velo/ou-quand-pratiquer/les-evenements/cyclomontagnardes-2017-hautes-pyrenees/>

OU

- ❖ **SAMEDI 24 juin et DIMANCHE 25 juin : BCMF MORVAN. RDV CHATEAU CHINON, uniquement pour ceux qui sont déjà inscrits, pour 223 Km et 4329 m D+**

<http://ffct.org/randonner-a-velo/ou-quand-pratiquer/les-evenements/cyclomontagnardes-2017-le-morvan/>

-
- ❖ **DIMANCHE 25 juin,**

- **Toute la Journée avec les volontaires qui veulent représenter le MUC Cyclo à la Fête des Sports au Parc Montcalm**

Planning des présences à établir lors de notre réunion ordinaire du 15 juin 2017.

OU

- **Départ CREPS 07H00 pour 95 Km et 1060 m D+**

Parcours N14 : Montpellier, Castelnau-le-Lez, Assas, Sainte Croix, Fontanes, **Sauteyrargues**, Claret, Pompignan, Ferrières-les-Verreries, Notre-Dame-de-Londres, Biranque, Saint-Martin-de-Londres, Viols-le-Fort, Murles, Combaillaux, Grabels, **Montpellier**.

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6862168>

Groupe 3 pour 75 Km et 500 m D+ : Sauteyrargues, Lauret, Viastre, Valflaunès, D1E9, Saint-Mathieu-de-Trévières, Les Matelles, Sources du Lez, Montferrier-sur-Lez, Montpellier

-
- **DIMANCHE 02 juillet : Départ CREPS 07H00 pour 105 Km et 1000 m D+**

Parcours NE8 : Montpellier - Rond Point de Montferrier, Clapiers, Jacou, Teyran, Saint-Drézery, Saint Jean de Cornies, Saint Hilaire de Beauvoir, Saussines, **Sommières**, Voie Verte, Calvisson, Saint-Côme, Maruejols, Saint-Etienne-d'Escattes, Fontanès, Gailhan, Carnas, Puech Carbonnier, **Mas de Martin**, Saint-Bauzille-de-Montmel, Montaud, Assas, Jacou, Castelnau, Montpellier

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6799539>

Groupe 3 pour 74Km et 500 m D+ : Sommières, D22, D120E3, Campagne, Garrigues, Mas de Martin

Du 24 juin au 1^{er} juillet : Séjour en Corse avec Gérard Rool

LA SÉCURITÉ, C'EST VOTRE PRIORITÉ !

Pour une pratique durable
et pour un comportement citoyen :

- respectez le Code de la route,
- respectez les autres usagers,
- respectez l'environnement,
- respectez les consignes de l'organisateur.

RAPPEL !

Aucun arrêt sur la chaussée, toujours sur le côté de la route.

