



## DE CYCLOTOURISME

### ⇨⇨⇨ LE CYCLOTOURISME ...

⇨ Février - Octobre : les "cyclos" de tous âges et de tout niveau sont accueillis, chacun choisissant la formule qui lui convient.

⇨ Des circuits : découverte, famille ..., des brevets sur des distances très variées sont proposés chaque week-end par les clubs UFOLEP Girondins. Des randonnées permanentes ou « grandes randonnées », sur des routes pittoresques, des séjours cyclotourisme sont également organisés par les associations.

⇨ La convivialité est toujours présente, des récompenses individuelles, des trophées par association sont offerts aux participants.

⇨ Tout au long de la saison, les randonnées sont comptabilisées pour le CHALLENGE UFOLEP CYCLOTOURISME, qui veut récompenser la Participation et la Régularité des adhérents des Clubs Girondins.

### ⇨ TARIFS D'ENGAGEMENTS

Vous trouverez pour chaque randonnée les tarifs d'engagements prévus pour les **Licenciés UFOLEP** et pour les **Autres pratiquants (licenciés autres fédérations ou non)**. **Posséder la licence UFOLEP permet de bénéficier de tarifs avantageux.**

### ⇨ Port du casque

**Le port du casque est imposé pour toutes les activités cyclistes lors des entraînements, des sorties, des reconnaissances, des échauffements, des compétitions, etc...).**

#### **COMITÉ DÉPARTEMENTAL UFOLEP Gironde**


72 Avenue de l'Église Romane 33370 ARTIGUES PRES BORDEAUX

Tél. : [05.56.79.00.22](tel:05.56.79.00.22) - [ufolep33@gmail.com](mailto:ufolep33@gmail.com) - [www.cd.ufolep.org/gironde](http://www.cd.ufolep.org/gironde)


## ⇒⇒⇒ MARS 2017

<b>S.11</b>	<b>CASTRES</b> Place des fêtes de Castres La Pierre Beaugéard	100 Km vallonné 80 Km vallonné, 50 Km plat	A partir 12h30 A partir 13 h 30
	<b>UFOLEP 5€ / Autres 8€</b>		
 <b>CASTRES CYCLO CLUB</b> Patrick BIROT 06.81.44.50.03 patrickbirot@hotmail.com <a href="http://castres.cyclo.club.over-blog.com/">http://castres.cyclo.club.over-blog.com/</a>			

<b>S.18</b>	<b>BREVET DE SALLEBOEUF</b> Départ devant la salle des fêtes	55 km – 80 km – 100 km « 3 circuits vallonnés »	Départ libre à partir de 13 h 30 Et jusqu'à 14 h 00
	<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b>		
 <b>CS SALLEBOEUF</b> Alain ODIN – 05-56-30-16-22 / 06-88-92-40-39 alainodin@sfr.fr Claude GENIES 05-56-21-29-24 genis.claude@orange.fr			

<b>S.25</b>	<b>ARTIGUES PRES BORDEAUX</b> Classique de l'Entre 2 Mers Allée du Parc	90 Km 60 Km	A partir de 13 h 30 A partir de 13 h 30
	<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b> Randonnées pédestres guidées 15 km et 10 km : 13 h 30 - 4€ et 6 km : 14 h 30 - 3 €		
 <b>ARTIGUES CYCLO SPORT / ACCORD / Roger GUICHAOUA</b> 06.23.63.68.20 roger.guichaoua@gmail.com <a href="http://www.artiguescyclosport.fr">http://www.artiguescyclosport.fr</a>			

## ⇒⇒⇒ AVRIL 2017

<b>S.01</b>	<b>RAUZAN</b> La Ronde des Châteaux	110 Km 70 Km 55 km	13 h 30
	<b>+randonnée pédestre UFOLEP 5€ / Autres 8€</b> <b>UFOLEP 5€ / Autres 8€</b>		
 <b>VC RAUZANNAIS</b> Jean Marie AVARGUES 06-99-71-02-76 veloclubrauzan@gmail.com			

<b>S.08</b>	<b>CARBON-BLANC</b> La Carbonblanaise Salle Jacques Brel Avenue VIGNAUD-ANGLADE	160km 100km et 60km	10 h 00 13 h 30
	<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b>		
 <b>CACBO CYCLO</b> Chantal GAUDIN 06-81-02-33-76 godcha@orange.fr <a href="http://cacbocyclo.blogspot.fr/">http://cacbocyclo.blogspot.fr/</a>			

<b>D.09</b>	<b>LANGON</b> Randonnée Culture Vélo Langon	85 Km Circuit moyen	9 h 00
	<b>UFOLEP 5€ / Autres 8€</b>		
 <b>GUIDON MACARIEN</b> Gérald LABBE 06-37-33-11-64 <a href="mailto:virlabbe@outlook.com">virlabbe@outlook.com</a>			

### LES RANDONNEES CYCLOSPORTIVES :

- ⇒ Samedi 20 mai L'Ekoï Tour, SOUBISE (17)
- ⇒ Samedi 03 juin La Limousine, LIMOGES - PANAZOL (87)
- ⇒ Dimanche du 30 au 2 juillet Les Copains, AMBERT (63)
- ⇒ Dimanche 09 septembre La Gérard Simonnot, CHATEAUNEUF/CHARENTE (16)

*Pour participer les licenciés UFOLEP doivent être en possession d'une licence R5 et avoir déclaré les activités « Cycloport (code : 26012) et/ou VTT Compétition (code : 26014) et/ou Epreuves combinées avec Activités Cyclistes ou VTT (code : 26022) ». Pour les licenciés UFOLEP ayant une licence R5 pour la pratique exclusive du cyclotourisme (code : 26013) et/ou de la randonnée VTT (code : 26046), ils devront présenter un certificat médical précisant « Non contre-indication à la pratique du cyclisme de compétition ».*

## 17 au 22/04 ENT'RAID Le Raid des 14/17 ans



### Former votre équipe de 4 jeunes et un accompagnateur

Financez votre Raid grâce à des actions, recherche de partenaires, aides financières (CAF ...) ... notre séjour est déclaré « centre de vacances »

### Un guide est à votre disposition pour vous aider ! Contactez-nous.

Une semaine avec Activités sportives + restauration + hébergement pour 1500€ par équipe (soit 300€ par personne)

☛ **UFOLEP GIRONDE 05.56.79.00.22** [ufolep33@gmail.com](mailto:ufolep33@gmail.com) / [www.cd.ufolep.org/gironde](http://www.cd.ufolep.org/gironde)

## ⇨⇨⇨ AVRIL 2017

<b>S.22</b>	<b>CAVIGNAC</b>	120 km	13 h 00
	RANDONNEE DE LA HAUTE GIRONDE	90 km	13 h 30
	Salle polyvalente	65 km	13 h 30
	Avenue de Paris	40 km	13 h 30
		Nouveau circuits	

**UFOLEP 5€ / Autres 8€**

☛ **CAVIGNAC CLUB NORD GIRONDE** [ccng@laposte.net](mailto:ccng@laposte.net) Jean **MARCHAIS** 06-24-97-08-31 [jmmarchais@sfr.fr](mailto:jmmarchais@sfr.fr)  
<http://club.quomodo.com/ccng/accueil.html>

<b>S.29</b>	<b>SAINT-LOUBES</b>	100 Km vallonné	13 h 30
	<b>La Loubésienne</b>	75 Km moyen	13 h 45
	15 Avenue de Cajus	50 Km plat	14 h 00
	(gymnase du collège Max Linder)	25 Km plat	14 h 00
	Boissons sirops BIO de chez Meneau sur les ravitaillements et à l'arrivée		

**UFOLEP 6€ / Autres 9€**

**Et un teeshirt offert à chaque participant par la société des sirops Meneau**

☛ **CC CYCLO SAINT-LOUBES** email : [cycloclub.st.loubes@orange.fr](mailto:cycloclub.st.loubes@orange.fr) site internet : <http://www.saint-loubes-cycloclub.fr>  
 Daniel AMPE : 06-88-75-37-27 / Marc BARRERE : 05-56-72-42-33 / 06-18-27-12-92

## ⇨⇨⇨ MAI 2017

<b>L.01</b>	<b>MONSEGUR</b>	92 Km	
	Les Randonnées Monséguraises	68 Km	Départ de 8 h 00 à 9 h 15
	Halle	53 Km	
	1977-2017 Les 40 ans de la section	25 km	
	<b>Repas chaud sur réservation, 13 h</b>	Randonnée pédestre accompagnée 10 km	

1 € UFOLEP / Autres 3€

Randonnées VTT 23, 33 et 45 Km

Départ pédestre et VTT : 9 h 00

**UFOLEP 5€ / Autres 8€**

☛ **S.C. MONSEGUR** Jean **PERINOTTO** 05-56-61-67-07 / 06-88-63-20-01 [mci.perinotto@orange.fr](mailto:mci.perinotto@orange.fr)  
 Pierre **BARBE** 05-56-71-86-47 / [pierrebarbe2@wanadoo.fr](mailto:pierrebarbe2@wanadoo.fr)

## ⇨ ÊTRE CYCLOTOURISTE UFOLEP C'EST :

- Respecter le Code de la Route,
- Privilégier la convivialité, la solidarité,
- Respecter le règlement de l'U.F.O.L.E.P.,
- Port du casque cycliste **obligatoire** même à l'entraînement
- Avoir toujours avec soi sa licence U.F.O.L.E.P., une pièce d'identité

## MAI 2017

<b>S.06</b>	<b>CISSAC</b> Tour de l'Estuaire	180km	Départ 8 h 00 de Pauillac
			<b>UFOLEP 15€ / Autres 18€</b>
	↳ <b>VTT CISSAC</b> Christophe BILLA 06.89.41.79.76 <a href="mailto:christophebilla@gmail.com">christophebilla@gmail.com</a>		
<b>L.08</b>	<b>PRIGNAC ET MARCAMPS</b> Place de la Mairie Trophée du club le plus nombreux	100 km 30 km Circuit Moyen	A partir de 9 h 00 Visite des Châteaux
			<b>UFOLEP 5€ / Autres 8€</b>
	↳ <b>V.C. DE PRIGNAC ET MARCAMPS « Les Pachydermes »</b> Daniel Dorronsoro / 06-76-60-56-79 / <a href="mailto:veloclubprignacais@sfr.fr">veloclubprignacais@sfr.fr</a> Pascal MARGUET / 06-62-24-55-35		
<b>S.13</b>	<b>GOURS</b> La Palombière Salles du Coopé-Club	100 Km 60 Km 30 Km	14 h 00
			<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b>
	↳ <b>V.C. GOURS</b> Honoré SEGUY 06.88.88.76.25 Philippe DE PAUW 06.73.56.28.72. <a href="mailto:gcs123@wanadoo.fr">gcs123@wanadoo.fr</a>		
<b>S.20</b>	<b>PEUJARD</b> Centre sous la halle commerciale	35 km 55 km 85 km 105 km	13 h 30
			<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b>
	↳ <b>PEUJARD VELO CLUB</b> Sylvain MABILLE / 06-52-95-79-18 / <a href="mailto:sylvainmab@sfr.fr">sylvainmab@sfr.fr</a> <a href="http://www.azimutes.fr">www.azimutes.fr</a>		

## JUIN 2017

<b>S.10</b>	<b>LA FETE DU VELO 2017</b> Stade municipal Robert Monceau (village vélo)	50 km 80 km 100 km	Inscription à partir de 13 h 30 Départ 14 h 00
			<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b>
	↳ <b>A.S. SAINT-MEDARD en JALLES</b> <a href="http://assm-cyclo.saintmedardasso.fr">http://assm-cyclo.saintmedardasso.fr</a> <a href="mailto:assm.cyclotourisme@free.fr">assm.cyclotourisme@free.fr</a> Dominique PELLETAN : 05-56-05-09-63 ou 06.71.89.66.52		
<b>S.24</b>	<b>SAINT-DENIS de PILE</b> Place de la Mairie Pédaler en Vallée de l'Isle	60 Km 95 Km	Départs libres A partir de 14 h 00
			<b>UFOLEP 7€ / Autres 10€</b>
	↳ <b>C.C. SAINT-DENIS DE PILE</b> Joel SEYNAT : 06.42.46.00.57 / <a href="mailto:club.ccdsp33910@orange.fr">club.ccdsp33910@orange.fr</a> <a href="http://ccsd.free.fr">http://ccsd.free.fr</a>		

### LES RANDONNEES PERMANENTES :

Le site internet des activités cyclistes UFOLEP (onglet « cyclotourisme ») met à disposition des cyclistes, licenciés ou non, un certain nombre de circuits cyclotouristes. Pour l'ensemble des randonnées, vous trouverez les documents suivants téléchargeables:

- Une fiche « Géolocalisation » (comment utiliser les fichiers GPX et KMZ)
- Une carte de contrôle (pointages en différents points des circuits)

Pour chaque randonnée, documents suivants téléchargeables:

- Une fiche de présentation
- Un descriptif des routes empruntées et des villes (ou villages) traversées
- Un fichier GPX pour enregistrement du circuit sur un GPS.
- Un fichier KMZ pour visualisation du circuit sur Google Earth.

Remarque : Pour chaque randonnée, un point de départ est donné à titre indicatif. Chacun peut choisir le point de départ qui lui convient.

**Rendez-vous sur <http://www.ufolep-cyclisme.org>**

## ⇨⇨⇨ JUILLET 2017

<b>D.23</b>	<b>BIGANOS</b>	100 Km	8 h 30
	Place de la mairie	75 Km	8 h 45
	52 avenue de la Libération	25km, 50 Km	9 h 00
<b>UFOLEP 5€ / Autres 8€</b>			
⇨ CCYLO CLUB FACTURE-BIGANOS Edmond HERRAN 05-56-82-74-74 <a href="mailto:edmond.herran@neuf.fr">edmond.herran@neuf.fr</a>			

<b>D.23</b>	<b>DONNEZAC</b>	50 Km	A partir de 7 h 00
	LA GABAYE	80 Km	
	Stade municipal	100 Km	
		VTT 10/15/30/40/50/60 km	
		Pédestre 10/15 km	
<b>UFOLEP 4€ / Autres 7€</b>			
⇨ CC DONNEZACAIS Sébastien POUZET 06.89.14.18.84 / <a href="mailto:sebastien-pouzet@orange.fr">sebastien-pouzet@orange.fr</a>			

## ⇨ LES FORMATIONS UFOLEP

**Vous souhaitez vous impliquer dans votre association, pensez à vous former et ainsi obtenir tous les outils nécessaires pour l'encadrement des jeunes et moins jeunes ...**

Session PSC1 (premiers secours)

Brevet Fédéral d'Animateur (BF A) ou d'Officiel (BF O) 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> degré

Reconnaissance Interne des Compétences (RICA)

**Contactez le Comité au 05.56.79.00.22**

## ⇨⇨⇨ SEPTEMBRE 2017

<b>D.03</b>	<b>CENON</b>	100 Km	8 h 30
	La Flèche Aquitaine	75 Km	
	Parc Palmer	60 Km	
	Tous les départs sont fixes		
<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b>			
⇨ CC CENON Christian SALOMON 06-20-10-06-72 <a href="mailto:christiansalomon@sfr.fr">christiansalomon@sfr.fr</a> <a href="http://www.cycloclubcenon.fr">www.cycloclubcenon.fr</a>			

<b>D.03</b>	<b>RANDO CYCLO DE VERDOT</b>	90 km	A partir de 7 h 30
	Au stade de Reignac	50 km	
		+ RANDONNEE VTT	
		20/40/60 km	
		niveau 1/2/3	
<b>Randonnée pédestre 12 km 4€</b>			
<b>UFOLEP 5€ / Autres 8€</b>			
⇨ CC ST PALAIS DE BLAYE Michel TOULON 09-37-91-41-57 <a href="mailto:michel.toulon33@orange.fr">michel.toulon33@orange.fr</a> / Comité des Fêtes 06-13-97-07-53			

<b>D.10</b>	<b>MERIGNAC</b>	23 Km	8 h 30 à 9 h 45
	Pédaler en Gironde	50 Km	8 h 30 à 9 h 15
	CC Carrefour	75 Km	8 h 15 à 9 h 15
		100 Km	8 h 00 à 9 h 30
<b>Tarifs 3 €</b>			
⇨ S.A. MERIGNAC Cyclisme Hervé LEJEUNE 06-79-47-00-77 <a href="mailto:herlejeune@gmail.com">herlejeune@gmail.com</a>			

<b>D.17</b>	<b>ST-MEDARD en JALES</b>	100 km	8 h 30
	« La Jean-Marie DERRUAU 2017 »	80 km	8 h 40
	Parking BBJ / Intersport	50 km	9 h 00
	(Salle Jacques Brel)	+ parcours VTT « famille »	Inscription à partir de 8 h 00
<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b>			
⇨ A.S. SAINT-MEDARD en JALLES <a href="http://assm-cyclo.saintmedardasso.fr">http://assm-cyclo.saintmedardasso.fr</a> <a href="mailto:assm.cyclotourisme@free.fr">assm.cyclotourisme@free.fr</a>			
Dominique PELLETAN : 05-56-05-09-63 ou 06.71.89.66.52			

<b>D.24</b>	<b>BLANQUEFORT</b>	100 / 70 Km	A partir de 8 h 30
	La Cyclo-vendanges 2017	25 Km	A partir de 9 h 30
	Salle Polyvalente Fongravey	Type de circuit : plat	
<b>UFOLEP 5€ / Autres 8€</b>			
⇨ ES BLANQUEFORT CYCLO François MACHADO 06-62-77-51-68 <a href="mailto:esbcyclo@outlook.fr">esbcyclo@outlook.fr</a> ou Denis ERTLE 07-89-79-78-42 <a href="mailto:d.ertle@horn.fr">d.ertle@horn.fr</a>			

## 🔗🔗🔗 OCTOBRE 2017

<b>D.01</b>	<b>GRADIGNAN</b> La Leroy Merlin Avenue de l'hippodrome	100 Km & 75 Km 50 Km nouveau circuit	A partir de 8 h 30
	<b>UFOLEP 6€ / Autres 9€</b>		
👉 U.C. GRADIGNAN J-François MARTIN 06.63.79.19.45 <a href="mailto:jf_velo@yahoo.fr">jf_velo@yahoo.fr</a> <a href="http://ucg-gradignan.clubeo.com/">http://ucg-gradignan.clubeo.com/</a>			

<b>D.08</b>	<b>SEMENS</b> Rando des Coteaux	70 km	Départ 9 h 30
	<b>UFOLEP 3€ / Autres 6€</b>		
👉 SEMENS CYCLING TEAM Nicolas GLEMET 06-79-97-94-61 <a href="mailto:nico.glemet@orange.fr">nico.glemet@orange.fr</a>			

## 🔗🔗🔗 DECEMBRE 2017

<b>D.02</b>	<b>RANDO CYCLO DU TÉLÉTHON</b> St Palais de Blaye (foyer rural)	60 / 35 km	A partir de 12 h 00 Départ 13 h 00
	<b>Tarif libre choix</b>		
👉 CC ST PALAIS DE BLAYE Michel TOULON 09-37-91-41-57 <a href="mailto:michel.toulon33@orange.fr">michel.toulon33@orange.fr</a> / Comité des Fêtes 06-13-97-07-53			

## 👉 LES GRANDES RANDONNEES CYCLOTOURISTES

Avec au moins une nuit dehors, parfois deux ou trois, les grandes randonnées sont accessibles à des pratiquants relativement chevronnés et l'on y rencontre de nombreux habitués.

Elles sont l'occasion pour beaucoup de se fixer un ou des objectifs importants sur une saison. On distingue des randonnées en ligne ville à ville aller et d'autres aller et retour. Plusieurs délais sont généralement proposés.

De portée régionale ou nationale, ces parcours permettent d'organiser des sorties clubs d'envergure.

Les grandes randonnées (par exemple Bordeaux-Sete, Bordeaux-Ventoux, Bordeaux-Apt, Paris-Brest etc. ...) qui reviennent à intervalle régulier sont souvent les manifestations « phare » des saisons cyclotourisme dans les départements qui les organisent.

**BONNE SAISON 2016-2017**



## RETROUVEZ REGULIEREMENT LES INFOS UFOLEP33

- ☛ MISE A JOUR DES CALENDRIERS
  - ☛ GRANDS RENDEZ-VOUS
  - ☛ JOURNEES MULTISPORTS
  - ☛ ET BIEN PLUS ENCORE

**SUR NOTRE SITE INTERNET**

The screenshot shows the homepage of the UFOLEP Gironde website. At the top, there are navigation links: "Qui sommes-nous ?", "Contactez-nous", and "FAQ". The main header features the UFOLEP logo with the tagline "TOUS LES SPORTS AUTREMENT GIRONDE". Below the logo is a search bar with the text "Rechercher" and a "Go" button. A navigation menu includes "ACCUEIL", "LES SPORTS", "LES THÉMATIQUES", "COMMUNICATION", "VIE ASSOCIATIVE", and "LA FORMATION". The main content area has a large banner with the text: "Bienvenue sur le Site Officiel du Comité Départemental UFOLEP de la Gironde. Retrouvez toute l'actualité du Comité, les photos, les résultats ... et bien plus encore. Bonne navigation". To the right of the banner is a map titled "OÙ PRATIQUER MON ACTIVITÉ ?". Below the banner are sections for "LICENCIÉS", "DOSSIER", "VIDEOS", and "PHOTOS". The "VIDEOS" section shows a video titled "Playa Tour Andernos".

**[www.cd.ufolep.org/gironde](http://www.cd.ufolep.org/gironde)**

## SUR LES RESEAUX SOCIAUX



<https://www.facebook.com/ufolep33/>

L'UFOLEP Gironde soutien le Téléthon



Retrouvez toutes les dates des clubs UFOLEP sur le site Internet  
[www.cd.ufolep.org/gironde](http://www.cd.ufolep.org/gironde) et sur <http://www.afm-telethon.fr/>

### COMITÉ DÉPARTEMENTAL UFOLEP Gironde

72 Avenue de l'Église Romane 33370 ARTIGUES PRES BORDEAUX

Tél. : [05.56.79.00.22](tel:05.56.79.00.22) - [ufolep33@gmail.com](mailto:ufolep33@gmail.com) - [www.cd.ufolep.org/gironde](http://www.cd.ufolep.org/gironde)