



Saison Cycliste 2019

Voglans, le 27 mars 2019

Chers Recyclés,

Ce programme de la saison 2019 a été concocté et réalisé par Nadine, JPP, Marc, Pierre et Philippe M. aidés par Jean-François



Ce programme a été établi avec pour seul but, le plaisir de partager des bons moments sur le vélo.

Le départ des sorties a lieu sur la Place de l'Eglise de VOGLANS

Les Samedi **après-midi jusqu'au 04 mai inclus**, rendez-vous à **13h45**

Les Samedi **matin du 11 mai au 07 septembre**, rendez-vous à **8h00**

Les Samedi matin à **7h30** en cas de forte chaleur en juin, juillet et août (Arbitrage de Philippe V et M pour la météo)

Les Samedi **après-midi du 14 septembre à fin octobre**, rendez-vous à **13h45**

Les Mardi & Jeudi soir à partir du 09 avril à **18h15** jusqu'à fin septembre sans interruption l'été,

NOUVEAU Les Mercredi après midi, rendez vous à **13h45** (les cyclistes participants se joignent par mail)

Bonne saison 2019 et LVAR

ITINÉRAIRES 2019 LES RECYCLES

	DATE	DEPART	NOM DU CIRCUIT et commentaires	CIRCUITS	KM	Dénivelé	Tracé
MARS							
1	samedi 30 mars 2019	13H45	LE LAC ST ANDRE Possibilité de rallonger ou de rajouter des montées au retour	VOGLANS-LAC SAINT ANDRE-CHAPAREILLAN-PLAINE DE FRANCLIN-LES MARCHES	60	394	https://www.openrunner.com/r/9712961
AVRIL							
2	samedi 06 avril 2019	13H45	LE PARCOURS AUX 3 VERSIONS V1 : 2 fois le col V2 : 1 col + 1 tunnel V3 : 2 fois le tunnel	VOGLANS-BOURDEAU-COL DU CHAT-JONGIEUX-LUCEY-RIVES-NATTAGES-YENNE-ST PAUL-COL DU CHAT	58	V1 : 1250 V2 : 1030 V3 : 780	
3	samedi 13 avril 2019	13H45	LE VAL COISIN selon JPP	CHAMBERY-MONTMELIAN-LA CHAVANNE-COISE-CHATEAUNEUF-VILLARD D'HERY-LA CHAPELLE BLANCHE-RETOUR	89	865	https://www.openrunner.com/r/9712939
4	samedi 20 avril 2019	13H45	LA COIX DU SABLE AMELIOREE Option Chambotte	VIVIERS-DRUMETTAZ-AIX-ST FELIX-MERCY-BRUYERE-BRAILLE-LEPAU-CROIX DU SABLE-CORSUET-AIX-TECHNOLAC-VILLARCHER	62	703	
5	samedi 27 avril 2019	13H45	LE MOUTARET Possibilité de couper	VOGLANS-CHAMBERY-LA CHAPELLE BLANCHE-LA ROCHETTE-ARVILLARD-MOUTARET-PONTCHARRA-BARRAUX-RETOUR	88	853	https://goo.gl/maps/Vr2sV2iq2zt
MAI							
6	samedi 04 mai 2019	13h45	LE VAL DE FIER MODIFIE SELON MARCO Possibilité de faire le val de fier classique	VAL DE FIER AVEC RENTREE PAR MASINGY APRES RUMILLY	94	1250	
7	samedi 11 mai 2019	08h00	LE PARCOURS SURPRISE DE 2017 Option Chambotte possible	VOGLANS-AIX-GRESY-ST FELIX-CHAMOSSAT-LES FRASSES-LE GOLERON-CUSY-PONT DE L'ABIME-GRUFFY-MURES-ALBY-VONS-MARIGNY-ST FELIX-MERCY-BRUYERE-BRAILLE-LEPAU-CROIX DU SABLE-RETOUR	81	1086	
8	samedi 18 mai 2019	08h00	LES 4 COLS DE L'AVANT PAYS SAVOYARD SELON MARCO	VOGLANS-LA MOTTE-COL DE L'EPINE-NANGES-COL DE LA LATAZ-COL DU MONT TOURNIER-TRAIZE-YENNE-ST PAUL-COL DU CHAT-RETOUR	75	1800	
9	samedi 25 mai 2019	08h00	FRENE-PLAIMPALAIS-REVAR Parcours selon JPP Plusieurs sorties possibles	VOGLANS-MONTMELIAN-ST PIERRE D'ALBIGNY-COL DU FRENE-LESCHERAINES-COL DU PLAIMPALAIS-LE REVAR	111	2100	https://www.openrunner.com/r/9714603
JUIN							
10	samedi 01 juin 2019	08h00	PARCOURS CORREZIEN Réalisé en 2018 avec des amis corréziens surs	VOGLANS-AIX-GRESY-ST FELIX-RUMILLY-SALES-BOUSSY-ST SYLVESTRE-ALBY-MURES-PONT DE L'ABIME-CUSY-COL DU GOLERON-CHAMBERAZ-ST GIROD-GRESY-AIX	89	1088	
11	samedi 08 juin 2019	08h00	WEEKEND CLUB 3 JOURS A VOGUE	LIBRE POUR LES NON PARTANTS AU WE CLUB			
12	samedi 15 juin 2019	08h00	UN TOUR A ANECY	VOGLANS-CUSY-GRUFFY-VIUZ LA CHIESAZ-MARCO-VIEUGY-ANNE SCIE-SEVRIER-COL DE LESCHAUX 7-LESCHERAINES-CUSY-RETOUR	101	1500	
13	samedi 22 juin 2019	08h00	LES 3 COLS DE BELLUS Non effectuée l'année dernière	ARDECHOISE ou COL DU GRANIER - COL DU CUCHERON - COL DU COQ	115	2300	
14	samedi 29 juin 2019	08h00	LAC D'AMBLEON Départ en voiture de Yenne	YENNE-PARVES-BELLEY-ARBIGNIEU-COLOMIEU-ST GERMAIN LES PAROISSES-LAC D'AMBLEON-MARCHANT-LOMPNAS-SEILLONAZ-VERZIEU-LHUIS OCANA-PREMEZEL-PERIEU-VIRIGININ-YENNE	91	1500	https://www.openrunner.com/r/9667567
JUILLET							
15	samedi 06 juillet 2019	08h00	COL DU GRANIER - COL DE ST SATURNIN Le grand écart selon Philippe	VOGLANS-LES ECHELLES-COL DU GRANIER-CHAPAREILLAN-MONTMELIAN-BASSENS-COL DE ST SATURNIN-RETOUR	72	2000	https://www.openrunner.com/r/9689138
16	samedi 13 juillet 2019	08h00	SORTIE CLUB Au départ de Culoz Sur une idée de Jean-François	CULOZ-ARTEMARE-LUTHEZIEU-CORMORANCHE EN BUGEY-HAUTEVILLE LOMPNES-CORCELLES-BRENOD-LE POIZAD-HOTONES-VIRIEU LE PETIT-ARTEMARE-CULOZ	106	2000	https://www.openrunner.com/r/9667622
17	samedi 20 juillet 2019	07h30	COL DE LA BICHE Départ de Chanaz Sur une idée de Nadine	VIA RHONA-SERRIERES-CHATEAUFORT-SEYSEL-CORBONOD-CHANAY-INJOUX-COL DE RICHEMOND-LARNIN-COL DE LA BICHE-CORBONOD-ANGLEFORT-CHANAZ	90	1800	
18	samedi 27 juillet 2019	08h00	COL DE CHAMP LAURENT Repas au resto au lac de St pierre d'Albigny ou Pique nique avec familles	MONTMELIAN-LA CHAPELLE BLANCHE-LA ROCHETTE-BOURGET EN HUILE-COL DE CHAMP LAURENT-CHAMOIX-CHATEAUNEUF-ST PIERRE D'ALBIGNY-MONTMELIAN-CHAMBERY	115	1741	
VACANCES - PAS DE SORTIES PROGRAMMEES							
AOÛT							
19	samedi 24 août 2019	08h00	RETOUR DE VACANCES Cool	TOUR DU LAC AVEC OPTION CHAMBOTTE ET RETOUR PAR ALBENS ET GRESY	70	1187	
20	samedi 31 août 2019	08h00	COL DU BARRIOZ	PONTCHARRA-GONCELIN-THEYS-COL DU BARRIOZ-ST PIERRE D'ALLEVARD-LA ROCHETTE-LA CHAPELLE BLANCHE-RETOUR	115	1530	https://goo.gl/maps/4RRmRPIQMMJ2
SEPTEMBRE							
21	samedi 07 septembre 2019	08h00	LE TOUR DU MASSIF DE L'EPINE	VOGLANS-CHINDRIEUX-CHANAZ-LUCEY-YENNE-NOVALAISE-ATTIGNAT-LES ECHELLES-COL DE COUZ-COGNIN-RETOUR	100	1890	https://www.openrunner.com/r/9689095
22	samedi 14 septembre 2019	8H00	A LA DECOURVERTE DES CEPAGES DU BEAUJOLAIS Départ en voitures et sortie repas Sur une idée de JPP	LES LANDES ET LES BALCONS DU BEAUJOLAIS	85	1409	
23	samedi 21 septembre 2019	13h45	COL DE MARCIEUX par JPP	VOGLANS-CHAPAREILLAN-LE TOUVET-COL DE MARCIEUX-ST GEORGES-RETOUR COMME VOUS POUVEZ	90	1843	https://goo.gl/maps/Gmhi1SaCmj62
24	samedi 28 septembre 2019	13h45	UN PETIT TOUR DANS L'AIN	VOGLANS-TUNNEL-LUCEY-MASSIGNIEU-LAC DE BART-MARIGNIEU-CONTREVOZ-AMBLEON-VIRIGININ-YENNE-RETOUR	91	2300	https://www.openrunner.com/r/9717367
OCTOBRE							
25	samedi 05 octobre 2019	13h45	COL DE LA COCHETTE	MONTMELIAN - COISE - COL DE COCHETTE - CHAPELLE BLANCHE - LES MOLLETTES	86	1036	
26	samedi 12 octobre 2019	13h45	UNE SORTIE BOUEUSE Voir Marco et Olivier	SORTIE VTT ET LIBRE POUR LES AUTRES			
27	samedi 19 octobre 2019	13h45	LA SURPRISE DE MARCO Tout est dans le titre	VOGLANS-GRESY-ST OFFENGE-MONTEE DES REYS-CHAINAZ LES FRASSES-EPERSY-AIX-RETOUR	58	1000	
28	samedi 26 octobre 2019	13h45	LES MARAIS DE LAVOURS	VOGLANS-TUNNEL-LUCEY-MASSIGNIEU-LAC DE BART-POLLIEU-VONGNES-LAVOURS-CHANAZ-AIX	78	1428	https://www.openrunner.com/r/9717387
TOTAUX					2270	37 853	

ITINERAIRES LIBRES 2019 RECYCLES

Idées de parcours pour les sorties libres

KMS	CIRCUITS
40	Voglans-Les Balcons du Bourget-La Motte-Voglans
43	Voglans-Drumettaz-Mouxy-Grésy-Corsuet-Aix-Bourget-Voglans
44	Voglans-Brison-Tresserve-Méry-ZUP-Voglans
45	Voglans-Vimines-St Sulpice-La Motte-Viviers-Voglans
46	Voglans-Cognin-Col de l'Epine-La Motte-Bourdeau-Voglans
47	Voglans-La Motte-Bourdeau-Viviers-Méry-ZUP-Voglans
48	Voglans-Balcons du Bourget-Villard Perron-Cognin-ZUP-Voglans
50	Voglans-Intermarché-Aix-Hyppodrome-Drumettaz-Chambé le Haut-Monge-Jacob-Circuit Championnat du Monde-Jacob-Cognin-St Sulpice-La Motte-Balcons du Bourget-Intermarché-Voglans
52	Voglans-Chambéry le vieux-ZUP-Bassens-Challes-Appremont-St Baldoph-Chambéry-Voglans
53	Voglans-Trévignin-Montcel-Cusy-Corsuet-Aix-Voglans
54	Voglans-Col St Saturnin-Challes-Appremont-Chambéry-Le Bourget-Voglans
55	Voglans-Viviers-Drumettaz-Gresy-St Ours-Cusy-St Offenge-Le Montcel-Trevignin-Mouxy-Drumettaz-Mery-Ragès-Voglans
60	Voglans-Aix-Gresy-St Girod-Rumilly-Marigny St Marcel-St Félix-St Girod-Gresy-Aix-Voglans
65	Voglans-Grésy-Cusy-pont de l'Abime-Pont de Banges-Cusy-Montcel-Méry-Voglans
70	Voglans-Col du Chat-Jongieux-Landard-Portout-Aix-Voglans
75	Voglans-Grésy-Cusy-La Charniaz-Leschaux-a droite Bellecombe-La Charniaz-Cusy-Grésy-Aix-Voglans
80	Voglans-Chambéry-St Alban-la fougère-Thoiry-Puygros-col du Marocaz-Cruet-Montmélian-Les Marches-Chambéry-Voglans
85	Voglans-Col de Coux-Miribel-St Laurent du Pont-Voglans
90	Voglans-Gresy-La Biolle-Cessens-col du sapenay-Chindrieux-Portout-St Pierre de Curtille-col du chat-Le Bourget-Voglans
95	Voglans-Grésy-Cusy-La Charniaz-Leschaux-Cret de Chatillon (Semnoz)-Quintal-Gruffy-Cusy -Grésy-Voglans
100	Voglans-St Jean d'Arvey-Thoiry-Col du Marocaz-Montmélian-Pontcharra-Barraux-Voglans
105	Voglans-Montmélian-Coise-Chateauneuf-St Hélène-Gilly-Retour route des vins-Montmélian-Voglans
110	Voglans-Aix - Cusy - Col de Leschaux - Sévrier - Talloire - Annecy - Seynod - Vieugy - Chapeiry - Rumilly - St Félix - Aix - Voglans
115	Voglans-Chambéry - Chapareillan - Pontcharra - Allevard par RD9 - RD 525 - Col du Barrioz (alt 1038 m) - Theys - Goncelin - Le Touvet - St Vincent de Mercuze - Chapareillan - Chambéry - Voglans
120	Voglans-Cognin-Col de Couz-Les echelles-Miribel-Col Mille Martyrs-Ste Sixte-St Etienne de Crossey-St Laurent du Pont-Cognin-Voglans
125	Voglans-Chindrieux-Culoz-Belley-Peyrieu-St Didier d'Aoste-St Genix s/Guiers-Pont de Beauvoisin-LesEchelles-Col de Couz-Cognin-Voglans