



JUILLET - AOÛT - SEPTEMBRE 2021

ACTIVITES CYCLISTES

VACANCES SCOLAIRES
du mercredi 07 Juillet au mardi 31 août 2021 inclus



Prévention Covid -19 :

Co-voiturage (déconseillé) à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

Commandements aux pratiquants :

- 1** - Se laver les mains avant, pendant et après la pratique, avec du gel hydro-alcoolique (essuie-mains personnel et jetable),
- 2** - Éviter d'essuyer la transpiration à main nue et utiliser une serviette personnelle à l'arrêt,
- 3** - Crachats, expectorations proscrits,
- 4** - Ne pas échanger de denrées, de boissons ni de matériel.
- 5** - Posséder son propre vélo et ses accessoires (pas de prêt),
- 6** - Interdiction d'être dans le sillage et de profiter de l'aspiration du groupe, rouler en file indienne,
- 7** - Interdiction absolue de rouler à deux de front,
- 8** - Lors d'arrêts durant le parcours, la distanciation sociale minimale doit être respectée (minimum 2 m),
- 9** - Respecter les distances entre les personnes durant l'activité (10 m),
- 10** - En cas de crevaison, de chute ou de malaise, porter assistance en portant un masque.

Matériel obligatoire à fournir par les participants

Masque, - **Gel hydro-alcoolique**, - Serviette personnelle, bandeau éponge, - **Mouchoirs jetables** et/ou papier absorbant, - Collations et boissons personnelles.

Rappel :

Vélo en bon état.

Une chambre à air de rechange, une pompe, un bidon.

Port du casque obligatoire.

Les sorties ne se déroulent que par temps sec.

En cas de doute, consulter votre boîte « mail »

ou appeler l'animateur.

La pratique du vélo, pour être un plaisir, doit être régulière et progressive depuis le début de la saison. Il appartient à chaque pratiquant de consulter, pour chaque sortie, l'itinéraire et les difficultés avant de s'engager. Les participants occasionnels, n'ayant pas d'entraînement en dehors du club doivent se réserver pour les sorties sans dénivelé important et d'une longueur qu'ils savent pouvoir tenir.

1/ ACTIVITE CYCLO-LOISIR

Les départs se feront tous les mardis à 08h00 du lieu de rendez-vous, sauf communications spécifiques pour certaines sorties. Tous
les samedis rdv 08h30 Malcombe pour petit circuit de 2 à 3h.

Mois	Animation
JUILLET	
mardi 6 juillet 2021	
<u>Départ : STADE D'AVANNE - 08h30</u> <u>Circuit :</u> Aller-retour Avanne Dole par véloroute et route départementale Sortie à la journée - repas tiré du sac environ 110 kms	Noël et Dominique
mardi 13 juillet 2021	
<u>Départ : Parking SUPER U DEVECEY - 08h00</u> <u>Circuit :</u> Devecey - Bonnay - Vieilley - Venise - Moncey - Rigney - Germondans - Blarians - Baumotte - Aubertans - Cenans - Loulans - puis véloroute - Villers-le-Sec - Neurey-les-la-Demie - Filain - Authoison - Villers-Pater - Ruhans - Anthon - Traitiefontaine - Neuville-les-Cromary - Cromary - Pérouse - Buthier - Voray - Devecey Sortie à la journée - repas tiré du sac environ 91 kms - D+ 990 m	Dominique et Alain
mardi 20 juillet 2021	
<u>Départ : parking Piscine PONTARLIER 09h00</u> <u>Circuit :</u> Pontarlier - Doubs - voie verte - Maisons-du-Bois - Hauterive-la-Fresse - Les Gras - Grand-Combe-Chateleu - Les Arces - Fournet-Luisans - Gilley - voie verte - Doubs - Pontarlier - Sortie à la journée - repas tiré du sac environ 78 kms - D+ 1120 m	Jacques et Alain
mardi 27 juillet 2021	
<u>Départ : Parking Stade d'AVANNE - 08h00</u> <u>Circuit :</u> Avanne - véloroute jusqu'à St-Vit - Salans - Fraisans - Etrepigny - Arc-et-Senans - Cramans - Port-Lesney - Buffard - Lombard - Quingey - Abbans-Dessus - Thoraise - véloroute - Avanne - Sortie à la journée - repas tiré du sac environ 88 kms - D+ 900 m	Noël et Alain
AOUT	
mardi 3 août 2021	
<u>Départ : parking SUPER U VALDAHON 08h00</u> <u>Circuit :</u> Valdahon - Eysson - Villers-Chief - Villers-la-Combe - Laviron - La Violette - Belleherbe - Cour-St-Maurice - Pont-Neuf - Vallée du Dessoubre - Rosureux - Le Val - Plaimbois-Vennes - Loray - Vercel - Adam-les-Vercel - Chevigney - Valdahon Sortie à la journée - repas tiré du sac environ 91 kms - D+ 1245 m	Dominique et Jacques

mardi 10 août 2021	
<p align="center">Départ : Stade d'ORNANS - 08h00</p> <p align="center">Circuit :</p> <p align="center">Les Faucons de la Vallée :</p> <p align="center">Ornans - St-Gorgon-la-Main - Mouthier - Haute pierre - Mouthier - Lods - Longeville - Lods - Vuillafans - Echevannes - Vuillafans - Montgesoye - Ornans -</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 82 kms - D+ 1570 m</p>	Jacques et Dominique
mardi 17 août 2021	
<p align="center">Départ : parking église FRANOIS - 08h00</p> <p align="center">Circuit :</p> <p align="center">Franois - Chemaudin - Villers-Buzon - Corcelles-Ferrières - Lavernay - Franey - Cordiron - Burgille - Jallerange - Pagney - Vitrey - l'Abbaye d'Acey - Brésille - Ternay - Saligney - Amange - Romange - Malange - Sermange - Oxange - Orchamps - Etrepigny - Fraisans - Roset-Fuans - Routelle - Grandfontaine - Chemaudin - Franois -</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 95 kms - D+ 850 m</p>	Noël et Alain
mardi 24 août 2021	
<p align="center">Départ : MALBUISSON (résidence le Grand Large) - 08h00</p> <p align="center">Circuit :</p> <p align="center">Malbuisson - Mouthe - chez Liadet - Le Pont (Lac de Joux) - Le Brassus - Bois d'Amont - Chapelle-des-Bois - Bellefontaine - Chaux-Neuve - Mouthe - Malbuisson -</p> <p align="center"><u>CARTE D'IDENTITE OBLIGATOIRE</u></p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 106 kms - D+ 1400 m</p>	Alain et Jacques
mardi 31 août 2021	
<p align="center">Départ : LABERGEMENT-DU-NAVOIS - 08h00</p> <p align="center">Circuit :</p> <p align="center">La Route des Sapins :</p> <p align="center">Labergement-du-Navois - Chapois - Les Nans - St-Germain - Moutoux - Le Latet - Chapois - Supt - Montarlon - Le Muy - Arc-sous-Montenot - Villeneuve d'Amont - Gévresin - Labergement -du-Navois</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 90 kms - D+ 1383 m</p>	Dominique et Jacques
SEPTEMBRE	
mardi 7 septembre 2021	
<p align="center">Départ : Piscine de PONTARLIER - 09h00</p> <p align="center">Circuit :</p> <p align="center">Pontarlier- Les Alliés - Les Gras - Le Nid du Fol - Le Gardot - La Brévine - Le Lac des Taillères - Les Verrières - La-Cluse-et-Mijoux - Les Brenets - Le Gounefay - Pontarlier</p> <p align="center"><u>CARTE D'IDENTITE OBLIGATOIRE</u></p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 78 kms - D+ 1390 m</p>	Jacques et Dominique

mardi 14 septembre 2021		
<p align="center"><u>Départ : Stade de la MALCOMBE - 09h00</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Malcombe - Avanne - Busy - Larnod - Pugey - Arguel - Fontain - Merey - Villers-sous-Montrond - Tarcenay - Trepot - L'Hopital-du-Grosbois - Naisey - Bouclans - Champlive - Laissey - véloroute -</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 80 kms - D+ 600 m</p>		Alain et Noël
mardi 21 septembre 2021		
<p align="center"><u>Départ : QUINGEY - parking derrière église - 09h00</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Quingey - Lombard - Brères - Montfort - Myon - Chiprey - Refrange - Coulans - Eternoz - Amancey - Flagey - Chassagne - Ornans - Scey-en-Mésières - Epeugney - Rurey - Courcelles - Charnay - Cessey - Quingey</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 80 kms - D+ 1065 m</p>		Dominique et Jacques
mardi 28 septembre 2021		
<p align="center"><u>Départ : Stade d'ORNANS - 09h00</u></p> <p align="center"><u>Circuit :</u></p> <p align="center">Ornans - Cléron - Fertans - Amancey - Déservillers - Labergement-du-Navois - Levier - Chapelle d'Huin - Bannans - Grange Narboz - Houtaud - Sombacour - Byans-les-Usiers - Ouhans - La Main - Lods - Vuillafans - Ornans</p> <p align="center">Sortie à la journée - repas tiré du sac</p> <p align="center">environ 95 kms - D+ 1220 m</p>		Jacques et Noël

COORDONNEES DES ANIMATEURS CYCLO-LOISIRS

Dominique DUFFING		03 81 52 34 84	07 87 58 10 18
Alain MOREL		03 81 53 41 32	07 85 09 87 15
Noël PETOT			06 89 12 52 63
Jacques RIGOLOT		03 81 80 46 50	06 81 97 51 65

2/ ACTIVITE CYCLO VTC

PAS D'ACTIVITE CYCLO-VTC POUR JUILLET - AOUT - SEPTEMBRE

COORDONNEES DES ANIMATEURS CYCLO VTC

Monique BELIARD		06 42 03 83 37
Michel VERMOT DESROCHES (en formation)		06 75 12 99 79

3/ ACTIVITE VELO-DOUBS

LES SORTIES AURONT LIEU LES VENDREDIS APRES-MIDI. LES HEURES ET LIEUX DE RDV VOUS SERONT COMMUNIQUEES PAR CHRISTIAN HERTEN A CHAQUE SORTIE VIA MESSAGERIE AVEC PRECISION DU CIRCUIT (DIRECTION ET KILOMETRAGE)

COORDONNEES DES ANIMATEURS VELO DOUBS

Christian HERTEN		06 84 14 58 90
------------------	--	----------------

Excellent été et bonne activité à toutes et à tous.....

Mais en cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...

112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.

A noter l'existence de l'application-mobile "My15" permettant de contacter directement le Samu.