



Cyclo Club Coublevie - Section Route

Parcours de Juillet 2018

Pas de programme pour le mois d'août, place aux initiatives spontanées

Sauf indication contraire, **départ à 08h30 pour tous les groupes**

	Détente	Randonneurs	Contemplatifs	Petits braquets	Grands braquets
dimanche 1 juillet	Randonnée du Val d'Ainan à Massieu, Parc de la Murgière Départ à 08h00 pour 80 km et 110 km et à 09h00 pour 40 et 60 km Inscription sur liste du club, vous n'aurez rien à payer				
mardi 3 juillet	Parcours à définir				
jeudi 5 juillet	Parcours à définir				
samedi 7 juillet	47 km Coubl, Crossey, St Nicolas de M, St Sixte, Direction col des 1000, à 1 km du col tourner à gche Merliette, rte de la Chapelle de Merlas, au km 23 bifurquer à gche sur Merlas, direction St Sixte, Le Grand vivier, St Aupre le haut, la Vouisienne, Crossey, stade de foot, rte du Paris, rte de Tolvon, Tolvon, Rte des Gorges, Coubl, 5518432 dénivelé + 1000 m	66 km Coubl., La Murette, Chara, Le Pin, Valencogne, l'étang, rte de Chalamond, Charancieux, Les Abrets, route du Charmey, la Chapelle, prendre la route du Sougey sur la droite, rte du temple, route de St G en Valdaine, la Charrière, St Sulpice les Rivoires, L'arsenal, Chirens, St Nicolas de M, Tolvon, route des Gorges, Croix Bayard, Coubl 5846460 dénivelé + 900 m	Randonnée à St Jean en Royans, place du Champs de Mars roulez ou marchez contre le cancer (15 euro) Départ sur place à 08h00 pour 80 km (D+ 1600 m) et 110 km (D+ 2200 m) et à 09h00 pour 60 km (D+ 1300 m)		
mardi 10 juillet	Parcours à définir				
jeudi 12 juillet	Parcours à définir				
samedi 14 juillet	48 km Coubl, St Cassien, Charnècle, Rives, Beaucroissant, rte des Etangs, Izeaux, Col de Parménie, Tullins, Rives, Réaumont, St Cassien, Coubl 5486183 dénivelé + 740 m	65 km Coubl, Crossey par étang Dauphin, St Joseph de R, Vilette, Entre2Guiers, rte du Billard et pont du Curé pour rejoindre rte de Gorges de Chailles, St Béron, Voissant, rte de La Chapelle de M, au km 39 à dte St Donnat pour rejoindre St Geoire en V, Massieu, Chirens, St N de M, Crossey, Coubl. 5486067 dénivelé + 818 m	93 km Coublevie, Miribel, les Echelles, Attignat Oncin, Lépin le lac, Aiguebelette, Novalaise lac, St Alban de Montbel, la Bridoire, St Béron, Voissant, La Montagne, Col des 1000, St Nicolas de M., St Etienne de Crossey, Coublevie. 5515578 dénivelé + 1720 m		
mardi 17 juillet	Parcours à définir				
jeudi 19 juillet	Parcours à définir				
Du 19 au 22 juillet : Châlon sur Saône (cyclisme et festival de rue)					
samedi 21 juillet	51 km Coubl, St Cassien, La Murette, Charavines, Tour du lac par paladru, Montferrat, Balcon pour rejoindre Bilieu, Chirens, St Nicolas de M, Le paris, (tourner à droite à la sortie de St Nicolas), le Paris, Tolvon, Coubl. 5470214 dénivelé + 680 m	66 km Coublevie, St Cassien, Charnècles, Rives, Beaucroissant route du champs de foire, route du bois, rte des Arronds direction Tullins, montée du col de Parménie, St Paul d'Izeaux, La Forteresse, Col de Chatain, Morette, Tullins, Renage, Réaumont, St Cassien, Coublevie 5505902 dénivelé + 1350 m	98 km Coubl, Crossey, St Laurent du Pt, Aiguenoire, St Christophe s/Guiers, St Christophe la Grotte, Col de Couz, St Cassin, Col du Granier, St Pierre d'Entremont, Pas du Frou, St Laurent du Pont, Vilette, St Joseph de R, Crossey, Coubl. 5505832 dénivelé + 2110 m		
mardi 24 juillet	Parcours à définir				
jeudi 26 juillet	Parcours à définir				



Cyclo Club Coublevie - Section Route

Parcours de Juillet 2018

Pas de programme pour le mois d'août, place aux initiatives spontanées

*Sauf indication contraire, **départ à 08h30** pour tous les groupes*

samedi 28 juillet	47 km Coubl., St Aupre, Miribel, Entre-2-Guiers, St Christophe sur Guiers, Berland, St Laurent du Pont, Vilette, la Tuilerie, la Bourderie, Pont Demay, St Etienne de Crossey, Coubl. 5523795 dénivelé+ 760 m	67 km Coublevie, St Et. de Crossey, au rd point la Vouissienne à gche St Aupre le Ht, Vivier des Chartreux, St Sixte, Nouvellière, redescendre sur St Geoires en Valdaine, traversée village, hôpital de St Geoires, à gche St Sulpice les Rivoires par château de Longpra, St Sulpice, rte des Abrets, Montferrat, Rte de Bilieu par balcon, redescendre par rte de la Véronnière, tour du lac par camping de Montferrat, Paladru, Charavines, Chirens, St Nicolas de M., Coublevie 5478860 dénivelé+ 1200 m	92km Coublevie, la Murette, Apprieu, à Droite D520, Oyeu, le Pin, Valencogne, Chélieu, Panissage, le rousset, Montrevel, Bizannes, St Didier de Bizannes, Eydoche, Longechenal, Etang du Grand Lemps, Le Grand Lemps, Colombe, Apprieu, la Murette, Voiron, Coublevie 5524068 dénivelé+ 1330 m
mardi 31 juillet	Parcours à définir		

Contact : Jörg Kubenka – joergnakole@free.fr 06 74 95 00 58