

PROGRAMME 2010 DE L'US CERGY CYCLOTOURISME

Calendrier ROUTE

Janvier

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure		Lieu								
dim. 3 janv. 10	09:00		Conseil Général	Circuits	J8	J5		41	56		
dim. 10 janv. 10	09:00		Conseil Général	Circuits	E2	E41		43	59		
ven. 15 janv. 10	20:45		MJC	Galette des Rois							
dim. 17 janv. 10	09:00		Conseil Général	Circuits	M8	M17		46	60		
dim. 24 janv. 10	09:00		Conseil Général	Circuits	Q39	Q8		48	67		
ven. 29 janv. 10	20:45		MJC	Réunion USCC							
dim. 31 janv. 10	09:00		Conseil Général	Circuits	R16	R17		50	67		

Février

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure		Lieu								
dim. 7 févr. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	L25	L28		58	71		
dim. 14 févr. 10	09:00		Conseil Général	Rencontre café à Boisemont	O2			54			
dim. 21 févr. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	A16	A18		59	73		
dim. 28 févr. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	H19	H17		59	73		

Mars

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure		Lieu								
dim. 7 mars 10	09:00	08:30	08:30	Conseil Général	Circuits	L26	L28	L4	58	71	82
dim. 14 mars 10				Maurepas	100km Audax	Contacter Jean-Marc Chamouton					
dim. 14 mars 10	09:00	08:30	08:30	Conseil Général		S1	S17	S19	67	78	85
dim. 21 mars 10				Conseil Général	Concentration du CODEP 95 à Cergy	M20			47		
dim. 21 mars 10				MJC-Butte à JUJU	Critérium départemental des jeunes						
ven. 26 mars 10	20:45			MJC	Réunion USCC						
dim. 28 mars 10	09:00	08:30	08:30	Conseil Général	Circuits	A7	B32	B30	66	78	85

PROGRAMME 2010 DE L'US CERGY CYCLOTOURISME

Calendrier ROUTE

Avril

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours	Distances / Km					
	Heure		Lieu								
dim. 4 avr. 10	08:30	08:30	07:30	Conseil Général	Circuits	D9	L3	D12	64	77	90
dim. 4 avr. 10				Franconville	La Francovilleoise				20	20	75 - 100
Essayer de s'organiser pour faire du covoiturage jusqu'à Franconville											
lun. 5 avr. 10	08:30	08:00		Conseil Général	Circuits	Q7	Q5		67	80	
dim. 11 avr. 10	08:30	08:00	07:00	St Ouen l'aumone	ZIG - ZAG				30	60	110 - 180
sam. 17 avr. 10					200 Mours (BRM)						
dim. 18 avr. 10				Enghein	Randonnée des Lacs				50	70	95 - 125
dim. 18 avr. 10				Belloy	Randonnée des Lacs				55	85	
dim. 18 avr. 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	S1	T15	T5	67	89	99
dim. 25 avr. 10	08:30	08:00	07:00	Menucourt	La Menucourtoise				40	70	100

Mai

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours	Distances / Km					
	Heure		Lieu								
sam. 1 mai 10	08:30	08:00	07:00	Frépillon	La ronde des chateaux				50	75	100
sam. 1 mai 10				Frépillon	La ronde des chateaux				150	200	220
dim. 2 mai 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	M1	M16	M14	70	83	106
sam. 8 mai 10	08:00	08:00		Conseil Général	Circuits	F4	F15		68	84	
sam. 8 mai 10				Mantes la Ville	Côteaux de la Seine	Contacter Stéphane / Joseph					
8 au 15 mai 2010				Semaine cyclotouriste à Vallon pont d'Arc organisée par l'US Cergy Cyclo							
dim. 9 mai 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	B51	B46	B50	68	84	105
dim. 9 mai 10				Marly	Randonnée de l'Ysieux				50	75	100
dim. 16 mai 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	Q8	Q6	F16	67	80	106
dim. 16 mai 10				Argenteuil	La Randonnée des Asperges				50	80	100 - 120
dim. 16 mai 10	08:00	08:00	07:00	Presles	La Randonnée des Asperges				60	80	
ven. 21 mai 10	21:00			MJC	Réunion USCC						
22-23 mai ou 29-30 mai week-end Vélo vers Amiens (Contacter Stéphane ou Joseph)											
dim. 23 mai 10				St Gratien	La Sannoisienne				50	80	115
dim. 23 mai 10	08:00	08:00	07:00	Valmondois	La Sannoisienne				30	70	110
lun. 24 mai 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits de la Rando USCC				60	85	110
dim. 30 mai 10	08:30	07:30	07:00	Mériel	Randonnée Mérielloise				50	80	105

Juin

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours	Distances / Km					
	Heure		Lieu								
sam. 5 juin 10	14:00			MJC	Fléchage						
dim. 6 juin 10	06:30			MJC	Randonnée US Cergy						
lun. 7 juin 10	09:00			Local	Défléchage						
dim. 13 juin 10				Groslay	Randonnée des Vergers				55	83	95 - 112
dim. 13 juin 10	08:00	08:00	07:00	Butry	Randonnée des Vergers				63	80	103
dim. 20 juin 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	B44	B46	B14	67	84	114
dim. 20 juin 10	08:00	08:00	07:00	L'Isle Adam	L'Adamoise				50	85	110
dim. 27 juin 10	08:00	07:30	07:00	Marines	Randonnée des 4 Départements				50	80	110

PROGRAMME 2010 DE L'US CERGY CYCLOTOURISME

Calendrier ROUTE

Juillet

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure		Lieu								
dim. 4 juil. 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	E42	E9	E16	70	84	108
dim. 11 juil. 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	C13	C3	C27	67	86	113
mer. 14 juil. 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	M17	M4	M12	60	84	101
dim. 18 juil. 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	G34	G35	G43	71	85	115
dim. 25 juil. 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	H1	H12	L13	69	87	119

Aout

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure		Lieu								
dim. 1 août 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	Q28	Q20	Q31	66	85	119
dim. 8 août 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	K10	K1	R11	62	85	115
dim. 15 août 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	L23	L22	L14	73	83	105
dim. 22 août 10	08:00	08:00	07:00	Conseil Général	Circuits	E42	E61	E15	70	85	113
dim. 29 août 10	08:00	08:00	07:30	Conseil Général	Circuits	B44	B42	B3	67	77	103

Septembre

Dates	Départ			Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure		Lieu								
dim. 5 sept. 10	08:00	08:00	07:30	Conseil Général	Circuits	R17	R19	R6	67	86	99
	10:00			Journée des associations							
sam. 11 sept. 10				Levallois Honfleur							
dim. 12 sept. 10	07:30			Conseil Général	La Tabernacienne route				45 - 60 - 80 - 100 - 120		
dim. 12 sept. 10	08:00			Nesles la V.	La Tabernacienne route				45 - 60 - 80 - 100 - 120		
le samedi 18 et le dimanche 19 septembre Fête du Cyclotourisme											
dim. 19 sept. 10	08:30	08:00	07:30	Auvers	Randonnée des Peintres				45 - 75 - 90 - 120		
dim. 26 sept. 10	08:30	08:30	08:00	Conseil Général	Circuits	F13	F2	F48	61	72	86
dim. 26 sept. 10				Mours	Randonnée de la Fête du Boudin				50 - 80 - 100		

PROGRAMME 2010 DE L'US CERGY CYCLOTOURISME

Calendrier ROUTE

Octobre

Dates	Départ		Lieu	Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure										
dim. 3 oct. 10			Domont	Randonnée des Cinq Forêts				35	60	90	
dim. 3 oct. 10	08:00	08:30	Conflans	Randonnée du Confluent				36	60	80	95
dim. 3 oct. 10	08:00		Conseil Général	Randonnée du Confluent				36	60	80	95
sam. 9 oct. 10 dim. 10 oct. 10				Week-end Club							
dim. 10 oct. 10	08:30	08:00	Conseil Général	Circuits	G3	G34	G35	61	71	86	
dim. 17 oct. 10	08:30	08:00	Conseil Général	Circuits	E75	E63		62	83		
dim. 24 oct. 10	08:30	08:00	Conseil Général	Circuits	G10	G20		66	89		
dim. 31 oct. 10	08:30	08:30	Conseil Général	Circuits	H19	H1	H12	59	69	87	

Novembre

Dates	Départ		Lieu	Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure										
lun. 1 nov. 10	09:00	08:30	Conseil Général	Circuits	M17	M18		60	79		
dim. 7 nov. 10	09:00	08:30	Conseil Général	Circuits	P2	P3		60	77		
jeu. 11 nov. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	O1	O4		61	75		
dim. 14 nov. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	R15	R18		60	67		
	20:45		MJC	Assemblée Générale							
	18:00			Repas Club							
dim. 21 nov. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	D1	D9		52	64		
dim. 28 nov. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	E40	E41		52	65		

Décembre

Dates	Départ		Lieu	Désignation	N° Parcours			Distances / Km			
	Heure										
dim. 5 déc. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	N1	N18		59	69		
dim. 12 déc. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	R16	R17		50	67		
dim. 19 déc. 10	09:00	09:00	Conseil Général	Circuits	M20	M1		47	70		
dim. 26 déc. 10	09:00		Conseil Général	Circuits	P2			60			

Légende

- Randonnée dans le Val d'Oise
- Randonnée prise en charge par le club
- Grandes distances
- Circuits inversés (Départ par Auvers)

PROGRAMME 2010 DE L'US CERGY CYCLOTOURISME

Calendrier VTT

Janvier

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 3 janv. 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 10 janv. 10	9 h 00	Conseil Général	Bois de Lieu	A14
ven. 15 janv. 10	21 h 00	MJC	Galette des rois	
dim. 17 janv. 10	9 h 00	Conseil Général	Etang du Corra	A2
dim. 17 janv. 10	8 h 30	Vélizy (78)	Randonnée du beau mollet	20 - 35 - 50 km
dim. 24 janv. 10	9 h 00	Conseil Général	Boissy – Corneilles	A5
ven. 29 janv. 10	20 H 45	MJC	Réunion club	
dim. 31 janv. 10	9 h 00	Conseil Général	La Roblaire	A7

Février

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 7 févr. 10	9 h 00	Conseil Général	Route des Ambassadeurs	A30
dim. 14 févr. 10	9 h 00	Conseil Général	Ecancourt - Hautil	A31
dim. 21 févr. 10	9 h 00	Conseil Général	Carrières de Saillancourt	A12
dim. 28 févr. 10	9 h 00	Conseil Général	Rueil -Gaillon - La Moncient	A21

Mars

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 7 mars 10	9 h 00	Conseil Général	Forêt de St Germain : Les Passerelles	A35
dim. 14 mars 10	9 h 00	Conseil Général	Sentier Berthe Morisot	A16
dim. 21 mars 10	9 h 00	Conseil Général	Concentration du CODEP 95 à Cergy	
dim. 21 mars 10	8 h 30	Cergy	Critérium départemental des jeunes	
ven. 26 mars 10	20 H 45	MJC	Réunion club	
dim. 28 mars 10	9 h 00	Conseil Général	Chaussée J César	A18
dim. 28 mars 10	8 h 30	Cernay la Vile (78)	La Cernaysienne	30 - 50 km

PROGRAMME 2010 DE L'US CERGY CYCLOTOURISME

Calendrier VTT

Avril

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 4 avr. 10	9 h 00	Conseil Général	Bords de Seine	A34
dim. 4 avr. 10	8 h 00	Mantes la V. (78)	EEVERES	20 - 40 - 60 km
lun. 5 avr. 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 11 avr. 10	9 h 00	Conseil Général	Château de Vigny - Théméricourt	A15
dim. 18 avr. 10	9 h 00	Conseil Général	Vaux sur Seine	A8
dim. 25 avr. 10	8 h 00	Domont	La Domontoise	

Mai

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
sam. 1 mai 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 2 mai 10	8 h 00	Frépillon	Raid des 4 forêts	
sam. 8 mai 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 9 mai 10	8 h 00	Marly	Randonnée de l'Ysieux	
Du 8 au 15 mai			Semaine cyclotouriste à Vallon pont d'Arc organisée par l'US Cergy Cyclo	
jeu. 13 mai 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 16 mai 10	8 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
ven. 21 mai 10	21 h 00	MJC	Réunion club	
dim. 23 mai 10	8 h 00	Conseil Général	Forêt de Montmorency n°1	A32
lun. 24 mai 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 30 mai 10	8 h 00	Conseil Général	L'Abbaye du Val	A26
dim. 30 mai 10	8 h 00	Andresy (78)	Traversée des Yvelines	25 - 37 km

Juin

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
sam. 5 juin 10	14 h 00	MJC	Fléchage	
dim. 6 juin 10	6 h 00	MJC	Randonnée découverte du Vexin	Organisation
lun. 7 juin 10	9 h 00	Local	Défléchage	
dim. 13 juin 10	8 h 00	Conseil Général	Forêt de la Tour du Lay	A24
dim. 13 juin 10	8 h 00	Issou (78)	Les Bosses du Vexin	20 - 30 - 40 - 50 - 60 km
dim. 20 juin 10	8 h 00	Conseil Général	Bac de la Frette	A19
dim. 20 juin 10	8 h 00	Mantes la J. (78)	Le Rallye du Soleil	20 - 25 - 50 70 km
dim. 27 juin 10	8 h 00	Conseil Général	Forêt de Montmorency n°2	A36
dim. 27 juin 10	8 h 00	Guyancourt (78)	La Valdorienne	17 - 45 km

PROGRAMME 2010 DE L'US CERGY CYCLOTOURISME

Calendrier VTT

juillet

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 4 juil. 10	8 h 00	Conseil Général	Chaussée Jules César jusqu'à Magny	A37
dim. 11 juil. 10	8 h 00	Conseil Général	La Moncient	A38
mer. 14 juil. 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 18 juil. 10	8 h 00	Conseil Général	Chaussée Jules César	A18
dim. 25 juil. 10	8 h 00	Conseil Général	GR1 vers Santeuil	A25

Aout

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 1 août 10	8 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 8 août 10	8 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 15 août 10	8 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
jeu. 19 août 10	20 h 30	La Balastière	Sortie reconnaissance des 24 H	
dim. 22 août 10	8 h 00	Conseil Général	Château de Menouville	A39
mar. 24 août 10	20 h 30	La Balastière	Sortie reconnaissance des 24 H	
jeu. 26 août 10	20 h 30	La Balastière	Sortie reconnaissance des 24 H	
sam. 28 août 10		Bois de Cergy	24 h de Cergy	
dim. 29 août 10		Bois de Cergy	24 h de Cergy	
dim. 29 août 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	

septembre

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 5 sept. 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie Découverte à l'étang du Corra	
Sam	10 h 00	Parc de la Pref.	Journée des associations	
dim. 12 sept. 10	8 h 00	Taverny	La Tabernacienne VTT	25 - 35 - 50 km
dim. 12 sept. 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie découverte en forêt de l'Hautil	
dim. 19 sept. 10	10 h 00	MJC	Journée Portes Ouvertes dans le cadre de la fête du Cyclotourisme	
dim. 19 sept. 10	9 h 00	Conseil Général	Bois du Roy	A3
vendredi	20 H45	MJC	Réunion Club	
dim. 26 sept. 10	9 h 00	Conseil Général	Sagy - Vigny - Chaussée Jules César	A4

PROGRAMME 2010 DE L'US CERGY CYCLOTOURISME

Calendrier VTT

octobre

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 3 oct. 10	9 h 00	Conseil Général	Château de Villette	A28
sam. 9 oct. 10	Week end Club à Semur en Auxois			
dim. 10 oct. 10				
dim. 10 oct. 10	8 h 00	Grisy Les Platres	La Sannoisienne	25 - 35 - 45 km
dim. 17 oct. 10	8 h 00	Auvers	L'Auversoise	20 - 35 - 50 km
dim. 24 oct. 10	9 h 00	Conseil Général	Les Bords de Seine - Ferme de la Garenne	A34
dim. 31 oct. 10	9 h 00	Conseil Général	Carrières de Saillancourt	A12

novembre




Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
lun. 1 nov. 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 7 nov. 10	8 h 00	Mours	La Moursienne	25 - 45 - 60 km
jeu. 11 nov. 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	
dim. 14 nov. 10	9 h 00	Conseil Général	Chaussée Jules César	A18
dim. 21 nov. 10	8 h 30	Mériel	Randonnée Merielloise	20 - 40 km
vendredi	20 h 45	MJC	Assemblée Générale	
samedi	19 h 00		Repas du Club	
dim. 28 nov. 10	8 h30	Frépillon	La Frépillonaise	25 - 35 - 45 km

décembre

Dates	Depart		Désignation	N° Parcours ou Distance
	Heure	Lieu		
dim. 5 déc. 10	9 h 00	Conseil Général	Imarmont - Génicourt - La Roblaire	A7
dim. 12 déc. 10	9 h 00	Conseil Général	Ennery - Génicourt	A11
dim. 19 déc. 10	9 h 00	Conseil Général	Sentier Berthe Morisot	A16
dim. 26 déc. 10	9 h 00	Conseil Général	Sortie libre	

Ce programme est susceptible d'être modifié en fonction de l'état des chemins ou des conditions météo.

Légende

	Randonnée dans le Val d'Oise
	Randonnée prise en charge par le club
	Randonnée dans un département limitrophe

NB

- 1 - Les dates de la Champenoise et de la randonnée de Survilliers ne sont pas connues aujourd'hui, Ces 2 randonnées seront rajoutés au calendrier, car elles avaient été très appréciées l'andernier
- 2 - La journée portes ouvertes est prévue le 18 septembre (jour de la fête du cyclotourisme).

Contact :

ou 01 30 38 35 71