

REGLEMENT

SECURITE :

- Randonnée ouverte à tous, licenciés ou non (autorisation parentale pour les moins de 18 ans)
- Certificat médical obligatoire ou décharge pour les non licenciés
- Port du casque obligatoire
- Respecter la nature et le code de la route

ORGANISATION :

- Parkings assurés sur place
- Départ et arrivée salle polyvalente d'Entraygues
 - Café de bienvenue
 - VTT 18km - 30 km et 50 km (départ 9h00)
 - Route 56km - 82km et 111 km (départ à 8h30)
- Ravitaillement sur les circuits VTT, cyclo et marche ravitaillement à l'arrivée
- Douches et point d'eau pour laver les vélos à l'arrivée
- Nombreux lots tirés au sort (tirage pendant l'épreuve)

INSCRIPTIONS :

- Sur le lieu de départ, de 7h30 à 9h (pour les non inscrits par courrier ou par mail)
- Tarif 9€ route et VTT - 5€ marche
- Bulletin téléchargeable sur le site internet : www.vclt.fr

VTT

3

DISTANCES AU CHOIX

A vivre en donnant le meilleur de vous même, dans un esprit de performance ou comme une randonnée sportive qui vous mènera vers de superbes points de vue et de copieux ravitaillements

Jaune : 18 km
Vert : 30 km
Rouge : 50 km

ROUTE

3

DISTANCES AU CHOIX

3 circuits difficiles dans leurs premières parties, à aborder avec modération, pour accéder à des panoramas à couper le souffle, et des villages authentiques.

Circuit 1 : Entraygues, Espeyrac, Senergues,

Conques, Grand - Vabre, Coursavy, Vieillevie, Entraygues.

Circuit 2 : Entraygues, Espeyrac, Nacoulorgues,

Le Poteau, Golin hac, La Brousse, Campuac, Lunel (E)

Pruines, St Cyprien sur Dourdou (R),

Conques, Grand - Vabre, Coursavy, Vieillevie, Entraygues.

Circuit 3 : Entraygues, Espeyrac, Nacoulorgues, Le Poteau,

Golin hac, La Brousse, Campuac, Lunel (E)

Pruines, Mouret, Les Espeyroux, Marcillac-Vallon, Nauviale,

Saint Cyprien sur Dourdou (R) Conques,

Grand Vabre, Coursavy, Vieillevie, Entraygues (R)

(R) = Ravitaillement (E) = Eau

Circuit 1 : 56 km

Circuit 2 : 82 km

Circuit 3 : 111 km

PEDESTRE



RANDO DE 19 Kms
ACCESSIBLE
A TOUS



VTT



PLAN D'ACCES

