

# CLUB CYCLO DE GRESY

## PARCOURS JUILLET AOUT SEPTEMBRE 2019

Dates	Parcours proposés	Distance Dénivelé +
Mardi 2 Juillet à 8h00	<b>Parcours A</b> : Grésy, Cognin, Col de Couz, Les Echelles, Novalaise, Col du Chat (ou Tunnel), Grésy.	108 km 1235 m
	Parcours B : Grésy, St Girod, Albens, La Croix du Sable, La Nephaz, Rumilly, Marcellaz, Gruffy, Pont de l'Abîme, Cusy, Mognard, Grésy.	78 km 990 m
Jeudi 4 juillet 7h00	Sortie journée Départ en voiture à 7h00 de Décathlon Grésy.  Lanslebourg, Bessans, Bonneval sur Arc, col de l'iseran, Lanslebourg	65 km 1490 m
Samedi 6 juillet à 8h00	<b>Parcours A et B</b> : Grésy, direction la Biolle par la route du bois de Crin, route de Longefan, la Vilette, St Germain la Chambotte, La Chambotte, Chindrieux, Portout, Conjux, Saint Pierre de Curtille, à gauche Billon, le Belvédère, Col du Chat, Billième, Jongieux, Saint Pierre de Curtille, Portout, Chaudieu, Brison, Grésy.	78 km 1521 m
Dimanche 7 juillet	<b>Concentration départementale organisée par le CODEP 73</b>  <b>Lac Ste Helène</b>	
Mardi 9 juillet à 8h00	<b>Parcours A et B</b> : Grésy, Cusy, Pont de l'abîme, Gruffy, Quintal, Seynod, Leschaux, Cusy, Grésy.	75 km 1255 m
	Option Semnoz	98 km 1990 m
Jeudi 11 juillet à 8h00	<b>Parcours A</b> : Grésy, Le Revard, La Féclaz, Plainpalais, Lescheraines, Le Montcel, Trévignin, Grésy.	67 km 1525 m
	Parcours B : Grésy, Le Revard, La Féclaz, Plainpalais, Lescheraines, Retour direct par Cusy, Grésy	60 km 1367 m
Samedi 13 juillet à 8h00	<b>Parcours A</b> : Grésy, Chindrieux par le bord du lac, Chanaz, Vions, Anglefort, Seyssel, Droisy, Clermont, Lornay, Rumilly, St Girod, Grésy.	87 km 1170 m
	Parcours B : Grésy, Chindrieux par le bord du lac, Chanaz, Vions, Anglefort, Seyssel, retour par le Val de Fier, Grésy.	80 km 931 m

Mardi 16 juillet à 7h30 de décathlon Grésy	<b>Sortie journée :</b> Seysssel, corbonod, l'hôpital, injoux, génissiat, hotonnes, hauteville lompnes, brénod, Cuvéry, Ochiaz, Billiat, Chêne en Semine, Usinens, Seysssel, parcours openrunner n°6148823	112 km 2140 m
Jeudi 18 juillet à 8h00	<b>Parcours A :</b> Grésy, Chindrieux, Le Clergeon, Magny, Celaz (D 317), La Nephaz, Cessens, L'ancienne Fruitière, St Germain, Grésy.  <b>Parcours B :</b> Grésy, Chindrieux, Le Clergeon, Magny, Celaz (D 317), retour direct par Rumilly, St Germain, Grésy	85 km 1500 m  75 km 1200 m
Samedi 21 juillet à 8h00	<b>Parcours A :</b> Grésy, Cusy, Leschaux, Bellecombe, Le Châtelard, Attilly, Lescheraines, Plainpalais, Le Revard, Grésy.  <b>Parcours B :</b> Grésy, Cusy, Lescheraines, Plainpalais, Le Revard, Grésy.	91 km 1800 m  75 km 1300 m
Mardi 23 juillet à 8h00	<b>Parcours A :</b> Grésy, Cognin, Col de l'Epine, Novalaise, Col de la Crusille, Col de la Lattaz, Col du Mont Tournier, Loisieux, Traize, Col du Chat (ou tunnel), Grésy.  <b>Parcours B :</b> Grésy, Cognin, Col de l'Epine, Novalaise, col du Chat (ou tunnel), Grésy.	90 km 1800 m  84 km 1360 m
Jeudi 25 juillet à 8h00	<b>Parcours A :</b> Grésy, Col du Chat, Saint Jean de Chevelu, Billième, Lucey, Massignieu, Piste cyclable, Chanaz, Portout, Le Sapenay, Cessens, La Biolle Savigny, Grésy.  <b>Parcours B :</b> Grésy, Col du Chat, Saint Jean de Chevelu, Billième, Lucey, Massignieu, Piste cyclable, Chanaz, Portout, Chindrieux, Grésy.	81 km 1477 m  71 km 977 m
Samedi 27 juillet à 8h00	<b>Parcours A :</b> Grésy, Cusy, Leschaux, Le Semnoz, Quintal, Pont de l'Abîme, Grésy.  <b>Parcours B :</b> Soit le même, soit retour par Bellecombe en Bauges à partir de Leschaux.	73 km 1590 m  66 km 1073 m
Dimanche 28 juillet	<b>Sortie vélo et journée pique-nique du club</b> <b>LIEU ET MODALITES A DEFINIR</b>	

<p>Mardi 30 juillet à 8h00</p>	<p><b>Parcours A</b> : Grésy, St Germain, La Chambotte, Ruffieux, Culoz, Talissieu, Chavornay, Virieu-le-Petit, Champagne, Don, Culoz, Vions, Chindrieux, Grésy</p> <p>Parcours B : Grésy, St Germain, La Chambotte, Ruffieux, Culoz, Artemare, St Martin de Bavel, Nécuidaz, Ceyzérieu, Vongnes, Lavours, Culoz, Saumont, Chindrieux, Grésy</p>	<p>105 km 1500 m</p> <p>85 km 1240 m</p>
<p><b>Août, parcours en liberté. Sauf pour les sorties journées</b></p>		
<p>Mardi 6 ou jeudi 8 août à 7h30 de décathlon Grésy</p>	<p><b>Sortie journée : col du Joly</b> <b>Parcours A</b> : openrunner 9499332 Albertville, fort du Mont, col des cyclotouristes, Molliez Soulaz, Beaufort, col du Joly, Villard sur Doron, la Ville, Queige, Albertville</p> <p><b>Parcours B</b> : openrunner 9564190 Albertville, Villard sur Doron, Beaufort, col du Joly, Hauteluce, Villard sur Doron, Queige, Albertville</p> <p><b>Parcours C</b> : openrunner 9564266 Albertville, Villard sur Doron, Beaufort, col du Joly, Hauteluce, Villard sur Doron, Albertville</p>	<p>96 km 2800 m</p> <p>86 km 2230 m</p> <p>85 km 1980 m</p>
<p>Mardi 20 août à 7h00 décathlon Grésy</p>	<p><b>Sortie journée</b> , Openrunner 9576936 st jean de maurienne, col de la croix de fer, bourg d'oisans, barrage de chambon, la grave, col du lautaret, galibier, valloire, col du télégraphe, st jean de maurienne</p>	<p><b>162 km 4600 m</b></p>
<p>Dimanche 25 août</p>	<p><b>Rando des diots, la Ravoire</b> <b>Salle Henri Salvador, rue Kléber</b> <b>Départs en liberté de 7 h à 10 h</b> <b>Inscription payée par le club</b></p>	
<p>31 août et 1<sup>er</sup> septembre</p>	<p>Weed-end à Samoens ( Pour celles et ceux qui se sont inscrits )</p>	

dimanche 1 septembre	<p><b>Randonnée des fruits, La Motte Servolex (route, VTT, marche)</b></p> <p><b>Salle des Pervenches à la Motte</b></p> <p><b>Départs en liberté de 7h00 à 10 h00</b></p> <p><b>Inscription payée par le club</b></p>	
	<p><b>A partir du 1<sup>er</sup> septembre , départ à 13h30</b></p>	
mardi 3 septembre à 13h30	<p><b>Parcours A :</b> Grésy, Aix, Chambéry, piste cyclable vers le lac de Saint André, Chapareillan, Francin, Myans, Chambéry, Grésy</p> <p><b>Parcours B :</b> Grésy, Aix, Chambéry, piste cyclable vers le lac de Saint André, Chambéry, Grésy</p>	<p>80 km 550 m</p> <p>70 km 520 m</p>
Jeudi 5 septembre	<p><b>Sortie journée Valromey :</b></p> <p>Grésy, Brison, Chindrieux, Chanaz, Via rhôna, Massignieu, direction Barterand, St champ Chatonod, Contrevoz, la Balme, Rossillon, le col du Ballon, Thézillieux, Hauteville, col de la Lebe, Artemare, Culoz, Chanaz, retour par le bord du lac</p>	<p>146 km 1940 m</p>
Samedi 7 septembre	<p><b>Randonnée les Clochers du Val Gelon à Arvillard (route, VTT et marche)</b></p> <p><b>Salle des fêtes</b></p> <p><b>départs en liberté de 7 h à 10 h</b></p> <p><b>Inscription payée par le club</b></p>	
Samedi 7 septembre à 13h30	<p><b>Parcours A :</b> Grésy, Saint Germain la Chambotte, Cessens, La Néphaz, Lornay par Celaz (D 317), Droisy, Seyssel, Motz, Chevignay, Ruffieux, Expilly, Chindrieux, Grésy.</p> <p><b>Parcours B :</b> Grésy, Saint Germain la Chambotte, Cessens, La Néphaz, rumilly Lornay ,vallieres, Rumilly, St Girod, Grésy.</p>	<p>90 km 1740 m</p> <p>65 km 700 m</p>
Mardi 10 Septembre à 13h30	<p><b>Parcours A :</b> Grésy, Montmelian, Ste Hélène du Lac, Les Mollettes, La Chapelle Blanche, Détrier, Pontcharra, Barraux, Chapareillan, St Baldoph, Chambéry, Grésy.</p> <p><b>Parcours B :</b> Grésy, Vallières, D 14, Hauteville, D 3, Vaulx, D 44 St Eusèbe, Thusel, Thusy, Suivre la D 44, traverser la D 910 et prendre en face Val de Fier (Sion), St André, Lornay, Rumilly, St Girod, Grésy</p>	<p>100 km 850 m</p> <p>80 km 1000 m.</p>

<p>Jeudi 12 septembre à 13h30</p>	<p><b>Parcours A</b> : Grésy, Rumilly, Alby, Gruffy, Allèves, Leschaux, Bellecombe, Cusy, Le Montcel, Trévignin, Grésy</p> <p>Parcours B : Grésy, Rumilly, Alby, Gruffy, Allèves, Cusy, Le Montcel, Trévignin, Grésy</p>	<p>85 km 1285 m</p> <p>63 km 870 m</p>
<p>Samedi 14 septembre</p>	<p>Parcours libre</p>	
<p>Dimanche 15 septembre</p>	<p><b>Randonnée du Nivolet à Saint Alban Leysse. (route, VTT et marche) Salle des fêtes de Saint Alban Départs en liberté de 7 h à 10 h Inscription payée par le club</b></p>	
<p>Mardi 17 septembre à 8h00</p>	<p><b>Sortie journée « Col Vert »</b> <b>Départ à 8h00 de décathlon Grésy</b> <b>Le repas aura lieu au restaurant du Col Vert à Murs et Gelinieux</b></p>	<p>130 km 700 m</p>
<p>Jeudi 19 Septembre à 13h30</p>	<p><b>Parcours A</b> : Grésy, Rumilly, Hauteville sur Fier, Vaulx, Le Biollay, Sallongy, Mougny, Magnecy, Clermont, Val de Fier, Lornay, Rumilly, Grésy.</p> <p>Parcours B : Le Val du Fier, dans un sens ou dans l'autre. Possibilité de passer par Clermont</p>	<p>85 km 1000 m</p> <p>70 km 560 m</p>
<p>Samedi 21 septembre à 13h30</p>	<p><b>Parcours A +++</b> : Grésy, Chindrieux, Culoz, Grand Colombier, Lochieu, Col de la Biche, Corbonod, Seyssel, Val de fier, Rumilly, st Félix, St Girod, Grésy</p> <p><b>Parcours A</b> : Grésy, col du Chat, St jean de Chevelu, Billième, Lucey , Montagnin, ONTEX St Pierre de Curtille, Conjux, Chanaz, Grésy, Openrunner 9668897</p> <p>Parcours B : Grésy, col ou tunnel du Chat, St jean de Chevenu, Billième, Lucey, St Pierre de Curtille, Conjux, Chanaz, Grésy</p>	<p>124 km 2895 m</p> <p>74 km 1340 m</p> <p>70 km 700 m</p>

<p>Mardi 24 septembre à 13h30</p>	<p><b>Parcours A :</b> Grésy, Droise, La Biolle par Albens, la Vilette, St Germain la Chambotte, Cessens, le Sapenay, Expilly, Chindrieux, Conjux, St Pierre de Curtille, Le belvédère, la Chapelle du Chat, le Bourget du Lac, Grésy</p> <p>Parcours B : même parcours ou retour Chambotte ou bord du lac</p>	<p>85 km 1350 m</p>
<p>Jeudi 26 septembre à 13h30</p>	<p><b>Parcours A :</b> Grésy, Brison, Chindrieux, Chanaz, Via Rhône, Massignieu, Belley, St Germain les Paroisses, Ambléon, Colomieu, Arbignieu, Belley, même retour</p> <p>Parcours B : Grésy, Brison, Chindrieux, Chanaz, Via Rhône, Massignieu, Belley, Virignin, la Balme , Yenne, Chanaz, Chindrieux, retour par le lac</p>	<p>110 km 1000m</p> <p>90 km 600 m</p>
<p>Samedi 28 septembre à 13h30</p>	<p><b>Un seul parcours.</b> Grésy, Le Bourget du Lac, Tunnel du Chat, Billième, Lucey, Massignieu, Lac de Barterand, Ceyzerieux, Culoz, Chanaz, Grésy</p>	<p>85 km 800 m</p>
<p><b>OCTOBRE Départ 13h30 décathlon</b></p>		