

Comité départemental de la Haute-Garonne
Commission de cyclotourisme
www.fsgt31.fr



Calendrier des activités 2012

Haute -Garonne (31)



Les renseignements figurant dans ce calendrier sont des renseignements d'ordre général. Comme chaque année, bien avant la date de chaque activité, les organisateurs (Clubs ou Commission) diffuseront une invitation comportant des informations complémentaires et des précisions sur :

- ▶ le lieu prévu pour les inscriptions, le départ, le retour
- ▶ le kilométrage de chaque circuit proposé
- ▶ le (ou les points) de ravitaillement(s)
- ▶ un exemplaire de la feuille de route (avec tracé et descriptif des circuits - règlement de la randonnée)
- ▶ les renseignements divers propres à l'organisation

Sommaire

Le mot du Président.....	3
La FSGT.....	4 - 6
L'agenda	7 - 24
Les randos FSGT	25 - 28
Pour votre sécurité	29
Cyclo éco-responsable	29
Les correspondants de clubs.....	30

A vélo, respectez :

- ▶ le code de la route
- ▶ les autres usagers
- ▶ le règlement des randonnées

Nous vous recommandons le port du casque



Le mot du président

C'est avec un grand plaisir et une grande fierté que l'équipe dirigeante de la Commission Cyclotourisme FSGT de la Haute-Garonne vous présente ce calendrier des activités cyclos.

2012 s'annonce encore plus riche en randonnées et concentrations, du nouveau avec des «points café», un avant les fêtes de fin d'année ensuite tous les dimanches de janvier et deux en février, sans compter l'organisation phare de la saison 2012, LE RASSEMBLEMENT FEDERAL à Aspet. et toujours une multitude de randonnées.

La Commission Cyclotourisme FSGT 31 et l'ensemble de ses Clubs oeuvrent tout au long des saisons pour vous faire partager leur passion. Vous pouvez être assurés que les manifestations présentées dans ce livret, sont toutes préparées par des équipes d'organisateurs soucieux de vous proposer des prestations de grande qualité. La convivialité, la liberté de pédaler comme vous aimez, chacun son rythme, la variété des parcours et leurs originalités ferons de vos sorties à nos cotés, nous en sommes certains, de purs moments de bonheur.

Vous trouverez en feuilletant ce livret:

- ▶ la totalité des activités prévue pour la saison 2012 ainsi que des renseignements d'ordre général concernant les randonnées proposées soit, par les clubs affiliés à la FSGT, soit par la Commission elle-même. Au fur et à mesure du déroulement de la saison, des informations plus précises concernant chacune des activités proposées seront diffusées par les organisateurs suivant les moyens de communication à leur convenance (courrier, affiches, Internet, radio ...). Si vous êtes intéressé(e) par une organisation, vous pouvez également obtenir directement ces renseignements en contactant la personne dont les coordonnées sont mentionnées dans ce calendrier.
- ▶ la liste des correspondants de club, vous envisagez de rejoindre un club et vous licencier, vous souhaitez des renseignements sur la vie des clubs, sur les activités proposées, n'hésitez pas à contacter ces personnes.
- ▶ le site Internet de la Commission Cyclo FSGT 31, <http://cyclotourisme-31.fr> vous apportera toutes les réponses que vous pouvez vous poser au sujet du cyclotourisme à la FSGT. Mis à jour très régulièrement, il est un complément indispensable à ce calendrier des activités. Visitez le sans attendre !!! ajoutez le à vos «Favoris» !!!

Les activités proposées sont ouvertes à toutes et à tous, c'est à dire, aux :

- ▶ licenciés FSGT (sachant que la licence FSGT est une licence omnisports)
- ▶ licenciés d'autres fédérations, couverts par une assurance pour la pratique du cyclotourisme (FFCT – UFOLEP – Foyers Ruraux ...)
- ▶ personnes non licenciées qui désirent pratiquer occasionnellement, à la condition d'acquiescer, auprès des organisateurs, une carte dénommée Carte Initiative Populaire qui leur garantit une couverture assurance pour participer à la randonnée

Le cyclotourisme à la FSGT se pratique sans contraintes sauf celles liées à la sécurité des pratiquants et ce de 7 à 77 ans(et plus). N'hésitez donc plus à vous licencier en rejoignant un des clubs affiliés à la FSGT 31.

Je voudrais aussi remercier bien chaleureusement les professionnels du Cycle que sont Alain JOLY «JOLY-Cycle», Pierre LACHAUME SPORT 2000 ST ALBAN ainsi que Pierre ROSSE «LA CYCLERIE» pour l'aide précieuse qu'ils nous apportent dans la réalisation de ce calendrier. Pensez à leur rendre visite à l'occasion d'un achat ou d'une réparation, le meilleur accueil vous y est réservé. N'hésitez pas non plus à contacter l'Agence com3Elles pour vos réalisations graphiques.

En notre compagnie, nous vous souhaitons de belles randonnées.

Christian Panouze



La F.S.G.T. (Fédération Sportive et Gymnique du Travail) est une fédération nationale omnisports dont le principal objectif est de développer le **sport pour tous** dans le meilleur esprit de camaraderie et de convivialité.

Une fédération structurée où chacun peut exprimer ses projets, ses idées et ses critiques.

La Commission Nationale de Cyclotourisme

La Commission Cyclotourisme de Haute Garonne est bien représentée au sein de la Commission Nationale avec la présence de messieurs Mas et Panouze. Elle est chargée de donner un écho national aux manifestations importantes, de mutualiser les outils fédéraux (communication, de fournir des appuis matériels et administratifs, etc...) de représenter le cyclotourisme FSGT au plus au niveau.

Le mot du comité régional

La région Midi-Pyrénées, par la diversité du relief de ses départements, offre un terrain idéal pour les amateurs de randonnées cyclotouristes.

Le Comité FSGT de la Haute-Garonne, par le dynamisme des animateurs de la commission cyclotouriste et la motivation de ses clubs, proposent une activité régulière appréciée de toutes et tous. Ce qui n'est pas le cas dans les autres départements, où l'activité est faible voire inexistante. Cependant, la démarche de développement entreprise par le Comité Régional depuis trois ans, avec le soutien tout particulier de la commission cyclo, a commencé à porter ses fruits puisque nous comptons depuis 2008 une implantation de l'activité dans le Lot et dans le Tarn. Des échanges entre départements vont ainsi pouvoir se réaliser, permettant d'autres rencontres, d'autres circuits, en un mot de nombreux moments de découvertes et de plaisir. Souhaitons que cette amorce de développement se poursuive dans les années à venir, c'est en tout cas le sens de l'action de l'équipe régionale FSGT.

A vous toutes et à vous tous, bonne route dans de nouvelles contrées !

La Présidente du Comité Régional, Ghislaine Pelfort

Le mot du Comité de la Haute Garonne

Le comité FSGT de la Haute-Garonne se classe aujourd'hui, en ce qui concerne les effectifs, au 5^{ème} rang de l'ensemble des comités de l'hexagone. Un développement qui a pu être obtenu, en particulier, par le travail et les résultats de quatre commissions sportives, dont celle du cyclotourisme.

Le succès du cyclotourisme FSGT dans notre département c'est aussi le résultat d'une qualité de vie associative qui a su intimement associer à la convivialité un sérieux et une rigueur qui sont indispensables à toute organisation responsable.

Mais il ne faut pas oublier qu'il reste dans notre département des centaines de cyclistes qui n'ont pas encore eu la chance de croiser sur leur route, celle des cyclos FSGT.

Il vous reste, il nous reste, encore, des objectifs motivants pour les saisons à venir.

Ensemble, poursuivons notre engagement pour redonner des couleurs à notre Fédération Sportive...

Le Président du Comité 31, Serge Pelfort



Le comité départemental

Le Comité Départemental de la Haute Garonne est un des Comités les plus importants de la Fédération. Il compte, à ce jour :

23 disciplines

- | | | | |
|-----------------|-------------------|-----------|----------------------|
| ▶ Football à 11 | ▶ PGA | ▶ Rugby | ▶ Bébés nageurs |
| ▶ Volleyball | ▶ Basketball | ▶ Plongée | ▶ Boules Lyonnaises |
| ▶ Ski | ▶ Pétanque | ▶ Yoga | ▶ VTT |
| ▶ Cyclisme | ▶ Tennis de table | ▶ Lutte | ▶ Multisport Enfant |
| ▶ Judo | ▶ Cyclotourisme | ▶ Boxe | ▶ Randonnée Pédestre |
| ▶ Football à 7 | ▶ Gymnastique | ▶ Bowling | |

6000 licenciés

La commission de cyclotourisme

La Commission de Cyclotourisme du Comité FSGT 31 n'a cessé de progresser depuis sa création en 1976. Elle est la seconde Commission, en nombre de licenciés, du Comité Départemental. En 2011, le total de licences délivrées a atteint, 1400 licenciés avec 46 clubs affiliés.

Si vous souhaitez :

- ▶ pratiquer le vélo au sein d'un club FSGT 31 : prenez contact avec un des correspondants dont les coordonnées figurent dans les pages suivantes.
- ▶ obtenir des renseignements pour créer une activité cyclo dans votre village, votre entreprise, téléphonez au :

05 34 36 12 40

Calendrier des réunions des clubs

Nous serons accueillis le

Jeudi 5 janvier

Jeudi 2 février

Jeudi 1 mars

Jeudi 5 avril

Jeudi 3 mai

Jeudi 7 juin

Jeudi 6 septembre

Jeudi 4 octobre

par le

Club de Blagnac

Club de Castelnau d'Estretfonds

Club de St Jory

Club de CPRS - Pins Justaret

Club de Lherm

Club de Baziège

Club de Castelnau

Club de Launaguet

Réunions du bureau de la commission

Nous serons accueillis le

Jeudi 12 janvier

Jeudi 8 mars

Jeudi 10 mai

Jeudi 14 juin

Jeudi 13 septembre

Jeudi 13 décembre

Samedi 17 novembre

par le

Club de La Salvétat St Gilles

Club de Fonbeauzard

Club de Aussonne

Club de Blagnac

Club de Brax

Club de Villefranche Lauragais

Assemblée générale

Contacts & bureau de la commission

C.O. F.S.G.T.31 :

10, boulevard Marcel Dassault 31770 COLOMIERS

Tél : 05 34 36 12 40 - fax: 05 34 36 12 44 - mail : fsgt.31@free.fr

Président

Christian PANOUZE - 06 15 75 95 38 / fax : 08 21 91 10 16 - com-cyclo.fsgt31@gmx.fr

Vice Président, responsable des licences

François ALONSO - 05 61 78 55 37 / 06 89 55 04 89 - alonsofrancois@gmail.com

Vice Président, responsable des Boucles Occitanes

Michel MAS - 05 61 81 59 33 - maslauragais1@aol.com

Vice Président

Hubert AZEMA - 05 34 55 19 79

Secrétaire

Geneviève CAPDEVIOLE - 05 61 86 91 45 / 06 17 13 96 12 - g-cap2viole@sfr.fr

Secrétaire adjointe, chargée du Calendrier et suivi matériel

Eliane VIGNEAU - 05 61 56 31 57 - eliane.vigneau@wanadoo.fr

Trésorier

Gérard RIVIERE - 05 61 85 36 18 - gerard.riviere213@orange.fr

Trésorier Adjoint

Eric DELMAS - 05 61 86 91 45 - eric.delmas2@sfr.fr

Responsable Challenge René Teulé

Jean-Jacques FAVIER - 06 65 35 32 14 - velojffavier@sfr.fr

Responsable Challenge Commission

André LARRIEU - 05 61 26 22 55 - anlarrieu@wanadoo.fr

Responsable Randonnée «les Cols»

Annie CASTIGNOLLES - 05 61 70 17 63 - gerardcastignolles@orange.fr

Organisation «les Cols»

Gérard CASTIGNOLLES - 05 61 70 17 63 - gerardcastignolles@orange.fr

Christian BLOGET - 05 61 49 82 30 - bloget.christian@neuf.fr

Responsable et organisation Rando d'Automne

Georges ABELLAN - 05 61 76 71 69 - georges.abellan@wanadoo.fr

Chargés de mission

Alain DOUCY - 06 76 46 77 20 - alain.mamouth@gmail.com

Jean Louis SAROTE - 06 22 11 35 34 - jeanlouis.sarote@sfr.fr

Responsable matériel

Jean Marc Lartigue - 06 85 05 98 66 - jeanmarc.lartigue@aliceadsl.fr

Webmaster gestion site Internet

Alain SAVOLDELLI - 05 61 86 36 02 - alain.savoldelli@cyclo-salvetain.fr

Randonnée sur
une journée



Randonnée sur
un après-midi



Randonnée sur
une matinée



L'agenda

	Date	Randonnée	Lieu	Page
	11/12/2011	POINT CAFE	Cugnaux	
Janvier	8	POINT CAFE	Lherm	8
	15	POINT CAFE	Blagnac	
	22	POINT CAFE	St Jory	
	29	POINT CAFE	Castelginest	
Février	5	17 ^{ème} Concentration Hivernale	La Salvétat Saint-Gilles	10
	12	Randonnée d'ouverture de la saison 2012 (Sport 2000)	St Alban	
	19	7 ^{ème} Balade d'hiver	La Salvétat Saint-Gilles	
	26	Randonnée des Caouecs	Blagnac	
Mars	4	35 ^{ème} Randonnée en Pays gersois	Léguevin	12
	11	23 ^{ème} Randonnée mondonvillose	Mondonville	
	18	36 ^{ème} Randonnée entre Save et Bouconne	Brax	
	25	Randonnée de Cugnaux	Cugnaux	
Avril	01	Randonnée des Rameaux TOAC	Toulouse	13
	14	Le Trèfle pibracais	Pibrac	
	15	10 ^{ème} Randonnée Saint Joryenne	Saint Jory	
	22	Randonnée de « La Font »	Fonbeuzard	
Mai	28	LES BOUCLES OCCITANES (détail p.26)	Aussonne	14
	29	Randonnée BESSIERAINE	Bessières	
	1	25 ^{ème} Cyclobus ASAT	Toulouse	
	6	Randonnée Robert SEVERAC	Fonsorbes	
Juin	8	La Bruguiéroise	Bruguières	15
	13	Souvenir Yannick Genestal	Castelmaurou	
	20	Randonnée Lherm	Lherm	
	24	Randonnée des retraités	Fontbeuzard	
Juillet	27	Randonnée Jean Louis Serres	Larra	18
	03	32 ^{ème} Randonnée de la Save	Aussonne	
	09	LES COLS (détail p.27)	Aspet	
	10	Randonnée des Coteaux de la Lèze	Frouzins	
Août	17	La Randonnée « JEAN ROS »	Castelnau d'Estrétefonds	19
	24	4 ^{ème} Pins à Vélo	Pins Justaret	
	01	24 ^{ème} Randonnée de la Lèze	Labarthe sur Lèze	
	01-07	RASSEMBLEMENT FEDERAL 2012 (détail p.29)	Aspet	
Septembre	08	15 ^{ème} Randonnée de la Save	Montaigut sur Save	20
	15	Randonnée du vent de Cers	Baziège	
	22	32 ^{ème} Randonnée pibracaise	Pibrac	
	11 août	Fête du Vélo	Palleville	
Octobre	02	Randonnée des Violettes	Aucamville	21
	09	31 ^{ème} Randonnée du Volvestre	Salles sur Garonne	
	09	La Randonnée du Riou	Cornebarrieu	
	16	Flèche occitane cyclo	Castelginest	
Novembre	22	RANDONNEE D'AUTOMNE (détail p.28)	Villemur	22
	23	27 ^{ème} Randonnée de l'amitié	Launaguet	
	30	Randonnée de cognac et du Vent d'Auran	Villefranche	
	06	Cyclomot		
Décembre	07	La Fête du Vélo	Fenouillet	23
	13	Randonnée des Châtaignes	Lasserre	
	14	Randonnée du Relais	Pechbonnieu	
	21	La Ronde Saubenoise	Saubens	
Janvier	28	Randonnée d'Esqualquens	Esqualquens	23
	04 nov	21 ^{ème} Randonnée Humanitaire	Aussonne	



Dimanche 11 décembre 2011

organisé par le Club de Cugnaux

- Bernard LECOUC 05 61 92 65 46 (après 19H)
lecou.bernard@neuf.fr - <http://veloclubcugnaux.over-blog.com>



Dimanche 8

organisé par le Club de Lherm

- Didier SAVAGNAC 06 68 45 64 09 / Eliane VIGNEAU 05 61 56 31 57
eliane.vigneau@wanadoo.fr



Dimanche 15

organisé par le Club de Blagnac

- rdv 23 ave de Lasbordes BALMA
 Jean Jacques FAVIER 06 65 35 32 14 velojjfavier@sfr.fr



Dimanche 22

organisé par le Club de St Jory

- Pierre NOBLE 05 61 35 88 87 metsdubraquet@hotmail.fr



Dimanche 29

organisé par le Club de Castelginest à Labastide St Sernin

- Christian PANOUZE 06 15 75 95 38 contact@cvcc.fr

Randos

17^{ème} Concentration Hivernale

organisée par la COMMISSION CYCLOTOURISME FGST 31

avec le concours de JOLLY CYCLES LA SALVETAT SAINT-GILLES



Dimanche 05

- TOMBOLA et ANIMATIONS GRATUITES
- Circuit : libre pour se rendre au point du rendez-vous (concentration)
- Ravitaillement : au point de rendez-vous
- Accueil - inscriptions : de 9h à 11h30 (signature du livre d'or)
- Engagement : gratuit
- Pot de l'amitié : 11h30

- 06 15 75 95 38
com-cyclo.fgst31@gmx.fr - <http://www.cyclotourisme31.fr>

Toute l'offre Mondovélo !

Le catalogue 2012 est sorti !



Venez essayer
du 7 au 12 février
2012
toute la gamme
des vélos **LOOK**

-10%
aux licenciés FSGT
sur le
rayon cycles



Route
Triathlon
VTT / VTC
Vélos électriques
Atelier de réparation
Accessoires



RN 20
Face à Géant Fenouillet
31140 Saint-Alban
Tél. : 05 61 70 64 50



Dimanche 12

Randonnée d'ouverture de la saison 2012

organisée par le S^T ALBAN.O - CYCLO avec le concours de SPORT 2000 S^T ALBAN

- › Circuit : 2
- › Ravitaillement : au point de rendez-vous
- › Accueil - inscriptions : à partir de 8H30 SPORT 2000 RN20
- › Engagement : gratuit
- › Pot de l'amitié : 11h30 - TOMBOLA GRATUITE

06 15 75 95 38
com-cyclo.fsqt31@gmx.fr - <http://www.cyclotourisme-31.fr>



Dimanche 19

7^{ème} Balade d'hiver organisée par le CYCLO SALVETAIN

- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 Gymnase du Collège LA SALVETAT S^T GILLES
- › Engagement : FSQT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses et pot de l'amitié : 11h30

Masse Philippe 09 51 22 24 81 tipo824@orange.fr
Pettiti J 05 61 86 44 57 jpettiti@aol.com - <http://www.cyclo-salvetain.fr>

Dimanche 26

Randonnée des Caouecs

organisée par le VÉLO CLUB BLAGNACAIS



- › Nombre de circuits : 3 + CIRCUITS vtt
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 Centre aéré de Baricou BLAGNAC
- › Engagement : FSQT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompense et pot de l'amitié : 11h30

Jean-Jacques Favier 06 65 35 32 14 velojjfavier@sfr.fr

Dimanche 04

35^{ème} Randonnée en Pays gersois

organisée par le CYCLO CLUB LÉGUEVIN



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h - salle des Pins Verts
- › Engagement : FSQT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses et pot de l'amitié : 11h30

André MICELLO 06 73 35 64 45 micello.a@chu-toulouse.fr

Vers un monde qui roule !



- Les conseils de spécialistes passionnés
- Tous les équipements
- Les dernières innovations
- Retrouvez le meilleur des marques

SPECIALIZED

KTM

LOOK

TIME

WILIER

CYFAC



JOLLY CYCLES

Vente • Réparation



Du mardi au samedi 9h - 13h / 14h - 19h00

ZA de Taure II, av. L. de Vinci
31880 La Salvetat - St-Gilles

Tél. : 05 34 57 21 25 / Fax : 05 34 57 40 02

jollycycles@orange.fr

ZA DU TAUR II

AUCH

COLOMIERS
TOULOUSE

SORTIE
LA SALVETAT
EN JACCA

LA SALVETAT ST-GILLES

SALVETAT-ST-GILLES

23^{ème} Randonnée mondonvilloise
organisée par le VÉLO CLUB MONDONVILLOIS



- Nombre de circuits : 3
- Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 - salle des fêtes MONDONVILLE
- Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- Remise de récompense et pot de l'amitié : 11h30

① Bernard SOUCHON 06 80 36 05 50 bsouchon@wanadoo.fr
 Catherine SANSAY 05 61 85 55 04

36^{ème} Randonnée entre Save et Bouconne
organisée par le J.S.B Cyclo-Randonneur BRAXEEN



- Nombre de circuits : 3
- Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 - salle des fêtes BRAX
- Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- Remise de récompense et pot de l'amitié : 11h30

① Eric DELMAS 05 61 86 91 45 eric.delmas2@sfr.fr
<http://crbraxeen.free.fr>

Randonnée de Cugnaux
organisée par le VÉLO CLUB CUGNAUX



- Nombre de circuits : 3
- Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- Accueil - inscriptions à partir de 7h30 - Pool House Rugby CUGNAUX
- Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- Remise de récompense et pot de l'amitié : 11h30

① Bernard LECOUC 05 61 92 65 46 (après 19h) - lecou.bernard@neuf.fr
<http://veloclubcugnaux.over-blog.com>

La Randonnée des Rameaux
organisée par le T.O.A.C



- Nombre de circuits : 3
- Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 - complexe sportif EADS Stade G Camas (sept deniers) TOULOUSE
- Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- Remise de récompense et pot de l'amitié : 11h30

① Christian BLOGET 05 61 49 82 30 - bloget.christian@neuf.fr



Samedi 14 **Le Trèfle pibracais**organisée par le **CYCLO CLUB PIBRACAIS**

- › Nombre de circuits : 3 (50 / 50 / 70)
- › Ravitaillement : à chaque retour (restauration à midi)
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h00 PIBRAC
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Ravitaillement et repas de midi : 10 €
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 18h00

 Jean Claude AUZIECH 05 61 86 07 82 jean-claude.auziech@wanadoo.fr
<http://perso.cyclos.pibracais>

Dimanche 15 **10^{ème} Randonnée Saint Joryenne**organisée par **SAINT JORY CYCLOTOURISME**

- › Nombre de circuits: 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 S^t JORY
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Pierre NOBLE 05 61 35 88 87 - metsdubraquet@hotmail.fr

Dimanche 22 **Randonnée de « La Font » FONBEAUZARD**organisée par le **CLUB CYCLO-RANDONNEURS BAUZIFONTINS**

- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h Salle polyvalente FONBEAUZARD
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Gérard CASTIGNOLLES 05 61 70 17 63 gerardcastignolles@orange.fr

Samedi 28 **LES BOUCLES OCCITANES - Challenge des Clubs**organisée par la **COMMISSION CYCLOTOURISME FSGT 31**

- › Nombre de circuits : 2 (145 ou 115 kms) non fléchés
- › Contrôle/ravitaillement d'appoint : 1 sur le circuit
- › Accueil - inscriptions : CASTELMAUROY
- › Engagement : **licenciés FSGT gratuit** autres fédérations : 2,5 € non licencié : 6 €
- › Récompenses : diplômes et trophées remis à l'A.G.

Plus d'infos
page 26

 Michel MAS 05 61 81 59 33 - maslauragais1@aol.com
com-cyclo.fsgt31@gmx.fr - <http://www.cyclotourisme31.fr>

Randonnée BESSIERAINE
organisée par le GUIDON BESSIERAIN

- ▶ Nombre de circuits : 3
- ▶ Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- ▶ Accueil – inscriptions : à partir de 7H BESSIERES
- ▶ Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- ▶ Remise de récompenses et pot de l'amitié : 11H30

 R. QUARANTA 06 16 71 34 39 r.quaranta@orange.fr

25^{ème} Cyclobus

organisée par l' A S A T Association Sportive des Autobus Toulousains



- ▶ Nombre de circuits : 3
- ▶ Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- ▶ Accueil – inscriptions : à partir de 7h30 dépôt Atlanta TOULOUSE
- ▶ Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- ▶ Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Gilbert MAZIES 06 73 35 64 14 / 06 81 36 88 68
cedricmazies@wanadoo.fr

Randonnée Robert SEVERAC
organisée par l'AVENIR FONSORBAIS CYCLOTOURISME



- ▶ Nombre de circuits 3
- ▶ Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- ▶ Accueil – inscriptions : à partir de 7h30 FONSORBES
- ▶ Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€

 Michel HERVAULT 05 61 98 07 65 - 06 15 35 50 51
michelh.31@orange.fr

La Bruguiéroise
organisée par le BRUGUIÈRES VÉLO CLUB



- ▶ Nombre de circuits : 3
- ▶ Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- ▶ Accueil – inscriptions : à partir de 7h30 Halle des Sports BRUGUIÈRES
- ▶ Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- ▶ Remise de récompenses – pot de l'amitié: 11h30

 Nicolas ALBENQUE 06 11 03 37 74 - nalbenque@arterris.fr

Dimanche 13

Souvenir Yannick Genestal**organisée par le CYCLO CLUB DES VIOLETTES CASTELMAUROU**

- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 - Place de la Mairie CASTELMAUROU
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

i Jean Marc LARTIGUE 06 85 05 98 66 - jeanmarc.lartigue@aliceadsl.fr
<http://www.ccv-castelmauou.org>



Dimanche 20

Rando du Lherm**organisée par le GUINDON LHERMOIS**

- › Nombre de circuits : 3 + circuits VTT
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 - salle des fêtes LHERM
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

i Didier SAVAGNAC 06 68 45 64 09
 Eliane VIGNEAU 05 61 56 31 57 - eliane.vigneau@wanadoo.fr

Jeudi 24

Randonnée des retraités**Organisée par le CLUB CYCLO RANDONNEURS BAUZIFONTINS**

- › Nombre de circuits : 2
- › Accueil et inscriptions a partir de 13 heures
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Collation et rafraichissements au retour
- › Suivi d'une remise de récompenses à 17 heures

i Gérard CASTIGNOLLES 05 61 70 17 63 gerardcastignolles@orange.fr

Dimanche 27

Randonnée Jean Louis Serres**organisée par le VÉLO CLUB LARRASIEN**

- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 - salle de la mairie LARRA
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

i Robert SERRES 05 61 82 64 63 - serresetfils@wanadoo.fr

Pour votre co ou votre p

- ✓ Ergonomes
- ✓ Des milliers

Distributeur
Mendiz - BH - Garmin - Focus - Lapien

Exclusivité
nationale

Proche Carrefour, p

Depuis
1974

Confort performance

Pour tout le monde

depuis 35 ans
de prises de côtes

Exclusivité
régionale

re - Bulls - BMC Impec

VELOLAND



LA CYCLERIE

8 bis rue de l'Enclos - 05 62 87 60 20
parking du Mc Donald - Portet-sur-Garonne

32^{ème} Randonnée de la Save organisée par le CYCLO CLUB AUSSONNAIS



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h15 - école AUSSONNE
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Claude ALBEROLA 05 61 85 06 77 - alberola.claude1@wanadoo.fr

LES COLS - Challenge des Clubs organisée par la COMMISSION CYCLOTOURISME FSGT 31



Plus d'infos
page 27

- › Nombre de circuits: 3 (55, 90 ou 110 kms) non fléchés
- › Ravitaillement d'appoint : 1 sur le circuit
- › Accueil - inscriptions : Bélesta (09)
- › Engagement : **licenciés FSGT gratuit**, autres fédérations : 2,5 € non licencié: 6 €
- › Récompenses : diplômes et trophées remis à l'A.G.

 <http://www.cyclotourisme31.fr> - com-cyclo.fsgt31@gmx.fr
Annie CASTIGNOLLES 05 61 70 17 63 - gerardcastignolles@orange.fr

Randonnée des Coteaux de la Lèze organisée par le FROUZINS AVENIR CYCLISTE



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : de 7h30 à 9h30 Salle Latapie FROUZINS
- › Engagement : licencié (toutes fédérations) : 2,5 € non licencié : 6 €
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Bernard SCHMITT 05 61 92 73 16 - bernard-schmitt@voila.fr

La Randonnée « JEAN ROS » organisée par le CASTELNAU CYCLO CLUB



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : de 7h à 9h salle des Fêtes CASTELNAU D'ESTRETE FONDS
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Louis GAZZIERO 05 61 35 12 28 / 06 20 45 21 22
<http://castelnaucc.free.fr>

Dimanche 24



juin

4^{ème} Pins à Vélo

organisée par le C.P.R.S PINS JUSTARET VILLATE



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 salle des fêtes PINS JUSTARET
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Georges ABELLAN 06 88 70 05 21 - georges.abellan@wanadoo.fr
<http://www.cprs.site.voila.fr>



Dimanche 01



juillet

24^{ème} Randonnée de la Lèze

organisée par LABARTHE CYCLO CPRS



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h00 LABARTHE SUR LÈZE
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Carlos SEGOVIANO 05 61 08 00 75 - miguelcprs@wanadoo.fr
<http://cprslabarthe.site.voila.fr>

Dimanche 1er au 7 juillet

3^{ème} RASSEMBLEMENT FEDERAL CYCLO FSGT

organisée par la COMMISSION CYCLOTOURISME FSGT 31



- › Nombre de circuits 2 circuits chaque jour
- › Ravitaillement d'appoint : 1 sur le circuit
- › Accueil - inscriptions : ASPET 31
- › Engagement : licenciés FSGT 4€ autres fédérations : 6€ non licencié : 8€

 <http://www.cyclotourisme31.fr>
Christian Panouze 06 15 75 95 38 - com-cyclo.fsgt31@gmx.fr

Dimanche 8



15^{ème} Randonnée de la Save

organisée par le CYCLO CLUB DE LA SAVE - Montaigut - S^t Paul



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 MONTAIGUT
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Antoine AZEMA 05 61 85 46 53 - antoine.azema@orange.fr
Yvon CIPRIAN 05 61 85 46 39 - yvon.ciprian@orange.fr



Randonnée du vent de Cers**organisée par le VÉLO CLUB BAZIÉGEOIS**

- Nombre de circuits : 3
- Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- Accueil - inscriptions : à partir de 7h Halle centrale BAZIÈGE
- Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 G.LATCHE 05 61 81 84 51 / 06 76 39 53 17 - georges.latche@live.fr
G.DARRAUD 05 61 81 85 02

32^{ème} Randonnée pibracaise**organisée par le CYCLO CLUB PIBRACAIS**

- Nombre de circuits : 3
- Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- Accueil - inscriptions : à partir de 7h Salle polyvalente PIBRAC
- Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Jean Claude AUZIECH 05 61 86 07 82 / 06 24 64 29 65
jean-claude.auziech@wanadoo.fr - http://perso.cyclos.pibracais

La Fête du Vélo à PALLEVILLE**organisée par le SORÈZE VÉLO CLUB et le concours de Pierre LOCATELLI**

- Nombre de circuits : 2
- Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- Accueil - inscriptions : à partir de 13h salle des Fêtes de PALLEVILLE
- Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- Remise de récompenses pot de l'amitié : 18h

 Didier GLEIZES 06 12 25 17 32 - d.gleizes.foyer.orival@orange.fr

Randonnée des Violettes**organisée par U.S. AUCAMVILLE**

- Nombre de circuits : 3
- Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 Stade municipal
- Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Francis MESSONNIER 05 61 70 26 35 / 06 20 62 83 91
francis.messonnier@orange.fr



Dimanche 9

31^{ème} Randonnée du Volvestre

organisée par l'ENTENTE CARBONNE SALLES



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : de 7h à 9h
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Françoise DEBLADIS 05 61 87 16 81 - sergefrancoise.debladis@sfr.fr

Dimanche 9

Randonnée du Riou

organisée par le CLUB CYCLOTOURISTE CORNEBARRIEU



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 - espace P. de Coubertin
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Stéphane Gilbert 06.82.80.95.49 s.gilbert@laposte.net

Dimanche 16

Flèche occitane cyclo

organisée par le CAPITOLE VÉLO CLUB CASTELGINEST



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 - Gymnase
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Christian PANOUZE 06 15 75 95 38 - contact@cvcc.fr
<http://www.cvcc.fr>

Samedi 22

RANDONNÉE D'AUTOMNE - Challenge des Clubs

organisée par la Commission Cyclotourisme FSGT 31



Plus d'infos
page 28

- › Nombre de circuits : 2 (80km et 101km / 1000 de dénivelé)
- › Ravitaillement : 1 sur le circuit
- › Accueil - inscriptions : RIEUMES
- › Engagement : licencié FSGT Gratuit
autres fédérations : 2,5 € non licencié : 6 €
- › Récompenses : diplômes et trophées remis le jour de l'A.G

 Georges ABELLAN 06 88 70 05 21 - georges.abellan@wanadoo.fr
<http://www.cyclotourisme31.fr> - com-cyclo.fsgt31@gmx.fr



Dimanche 23 **27^{ème} Randonnée de l'amitié – souvenir Gérard GISSOT**
organisée par le CYCLO CLUB LAUNAGUET

- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : de 7h30 à 9h30
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 philippe-pierre-r.pons@wanadoo.frDimanche 30 **Randonnée de cognac et du Vent d'Autan**
organisée par le CYCLO CLUB VILLEFRANCHOIS

- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : de 7h30 à 9h
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Michel MAS 05 61 81 59 33 - maslauragais1@aol.comSamedi 6 **La CYCLOMUT**
organisée par Le T O A C Cyclisme & le T V C Cyclo

- › en faveur d'une action caritative
- › Engagement : 2,5 € non licencié : 6 €

 Jean Claude Trouvé 06 71 79 32 48 Serge Pelfort 06 88 82 60 81Dimanche 7 **La Fête du Vélo**
organisée par le FENOUILLET VÉLO CLUB

- › Nombre de circuits : 4 (cyclo) – 3 (vtt)
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil – inscriptions : à partir de 7h30 salle des Fêtes
- › Engagement : licencié (toutes fédérations) : 2,5 € non licencié : 6 € gratuit - de 18 ans, tombola gratuite et animations diverses
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Jacky VINCENT fenouilletveloclub@orange.fr <http://veloclubfenouillet.free.fr>Samedi 13 **Randonnée des Châtaignes**
organisée par le CYCLO-VTT LASSERRE

- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : châtaignes & vin nouveau au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 13h
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses : 17h

 José MARRE 05 61 86 15 94 / 06 60 65 83 30 - huguette.jose@hotmail.fr

Dimanche 14

Randonnée du Relais

organisée par le **CYCLO-RANDONNEUR PECHBONNIEU**



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 8h
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Julien LEBRET 05 61 09 70 74 - claudelebret@orange.fr

Dimanche 21

La Ronde Saubenoise

organisée par le **SAUBENS CYCLO 31**



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : sur les circuits et au retour
- › Accueil - inscriptions : de 8h à 9h
- › Engagement : FSGT : 2.5€ - autres fédérations : 4€ non-licencié : 6€
- › Remise de récompenses pot de l'amitié : 11h30

 Y. BEYRIA 05 61 56 32 88 / 06 07 95 74 93 - saubens.also15@aol.com

Dimanche 28

Randonnée d'Escalquens

organisée par l'**Amicale Cyclo Escalquens**



- › Nombre de circuits : 3
- › Ravitaillement : au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 AUSSONNE
- › Engagement : licencié (toutes fédérations) 2,5 € non licencié : 6 €
- › Remise des dons - verre de l'amitié : 11h30

 MICHEL MEYER 05 62 71 09 91 - michel.meyer@ensiacet.fr

Dimanche 4

21^{ème} Randonnée Humanitaire

organisée par la **COMMISSION CYCLOTOURISME FGST 31**

RENSEIGNEMENTS SUR LE SITE DU COMITE FSGT 31 www.cyclotourisme31.fr



- › Nombre de circuits : 2 + concentration
- › Ravitaillement : au retour
- › Accueil - inscriptions : à partir de 7h30 AUSSONNE
- › Engagement : licencié (toutes fédérations) : à l'appréciation de chacun minimum 2,5 € non licencié : 6 € minimum
- › Remise des dons - verre de l'amitié : 11h30

 François ALONSO 06 89 55 04 89
com-cyclo.fsgt31@gmx.fr <http://www.cyclotourisme31.fr>

octobre

novembre

VÉRANDA CZERNIK

**ACCROCHEZ
UNE BULLE
A VOTRE
MAISON**

Rénover

Embellir

Valoriser votre maison



FENÊTRE PORTE VOLET

Visitez nos magasins

05 820 800 00

Tarif appel local

Fabricant depuis 1972

Colomiers : Zone du Perget

Portet-sur-Garonne : 80 route d'Espagne

www.czernik.fr

CZERNIK®
VÉRANDA - FENÊTRE - PORTE - VOLET

**Donnez de l'énergie
à votre communication !**

Vous avez besoin de supports de communication **efficaces**, et **sur-mesure**.
Qui combinent un contenu **pertinent** et un graphisme **professionnel**.
Dans le respect de vos valeurs :

Concentré d'idées

Identités visuelles (logo, charte graphique)
Plaquettes
Catalogues et livrets
Stands et kakémonos
Site Internet vitrine
Boutiques électroniques
Référencement
Animations

Réactivité 100 %
Imagination 100 %
Ecoute 100 %
Efficacité 100 %

100 % Pure
Créativité

Communication
formation
conseil

Com'3elles
Créatives en liberté
Création en liberté

contact@com3elles.com

www.com3elles.com

09 72 17 05 61



Les Boucles Occitanes

La première des trois randonnées proposées chaque saison par la Commission Cyclotourisme FSGT de la Haute Garonne, au départ de Castelmaurou vous amènera dans le Tarn. Deux circuits de difficultés différentes permettront à tous de pouvoir participer. Cette randonnée vous permettra de découvrir les curiosités de cette région – Salvagnac, Castenau Montmiral, Marsac, Giroussens. Une belle promenade sur des routes tranquilles. Cette organisation vous est proposée soit à date fixe, soit en randonnée permanente à effectuer au moment de son choix tout au long de la saison.

Les cols

L'Ariège et la haute vallée de l'Aude au programme 2012, départ de Belesta pour rejoindre Espezel par le col de la Croix des Morts, puis Belcaire et les cols des 7 frères, de Chioula, retour par le col de Pradel pour le petit circuit et par le Géant Pyrénéen qu'est le Port de Palhères, les circuits se rejoindront à Espezel après que le grand circuit est fini sa boucle par Aunat et Rodome sur des routes tracées pour les vélos, des parcours sportifs certes mais que la montagne est belle, une excellente préparation pour les cyclosporives de l'été. Cette randonnée peut être effectuée à date fixe ou en randonnée permanente.

La randonnée d'automne

La dernière randonnée au programme du triptyque annuel partira de Rieumes pour nous promener sur les coteaux du Gers.

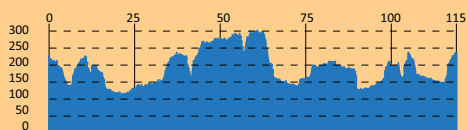
A partir de Riolas nous quitterons la route sur crête et ses magnifiques panoramas sur les Pyrénées, pour rejoindre l'Isle en Dodon par des routes vallonnées. Nous découvrirons ensuite les sympathiques villages Gersois de Simorre, Saramon et Lombez tous chargés d'Histoire. Le retour vers Rieumes se fera par Montpezat. Cette année la randonnée d'automne sera quelque peu vallonnée, voire sportive pour le grand circuit, mais quand on aime !!! Comme son appellation vous le laisse deviner cette randonnée se fera soit à date fixe soit uniquement entre le 1^{er} et le dernier jour d'octobre

Pour toutes ces randonnées proposées par la commission Cyclotourisme FSGT de la Haute-Garonne vous trouverez tous les renseignements utiles (contacts, inscriptions, feuilles de routes, circuits,...) dans les pages suivantes.



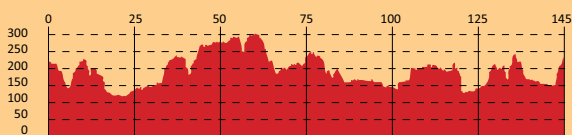


Profil des parcours



Dénivelé cumulé : ??? m

115 km



Dénivelé cumulé : ??? m

145 km

Contact

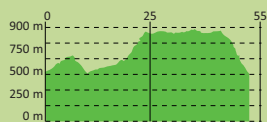
Michel MAS
05 61 81 59 33
maslauragais1@aol.com

Engagements

licenciés FSGT : gratuit
Autres licenciés : 2,5 €
Non licenciés : 6 €

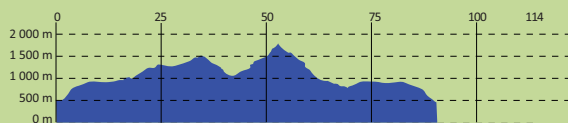


Profil des parcours



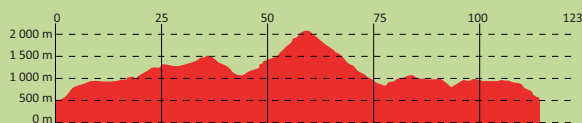
Dénivelé cumulé : ??? m

55 km



Dénivelé cumulé : ????? m

90 km



Dénivelé cumulé : ????? m

110 km

Contact

com-cyclo.fsgt31@gmx.fr

<http://www.cyclotourisme31.fr>

Annie CASTIGNOLLES

05 61 70 17 63

gerardcastignolles@orange.fr

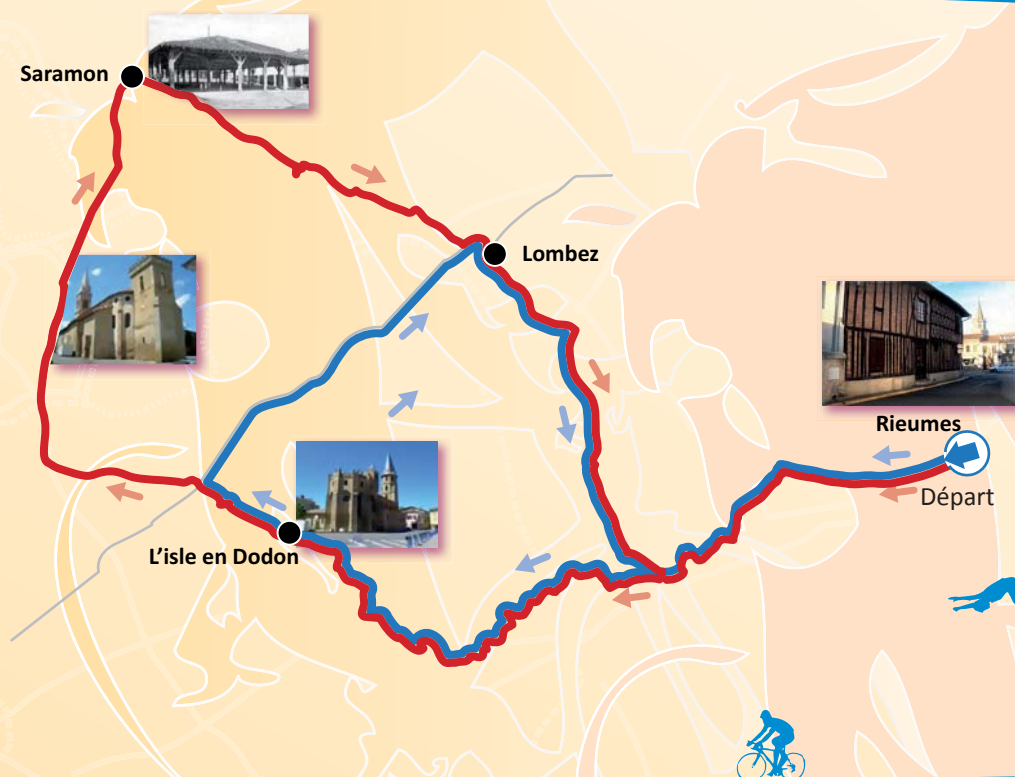
Engagements

licenciés FSGT : gratuit

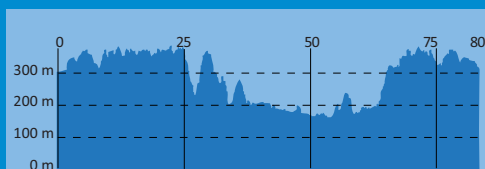
Autres licenciés : 2,5 €

Non licenciés : 6 €

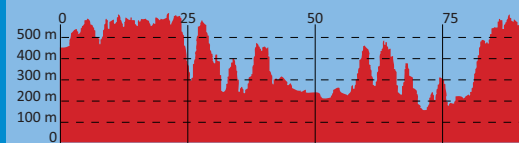




Profil des parcours



Dénivelé cumulé : 1 000 m 80 km



Dénivelé cumulé : 1 000 m 101 km

Contact

Gilbert MAZIES
05 61 74 53 46 / 06 35 73 64 14

François ALONSO
06 89 55 04 89
com-cyclo.fsgt31@gmx.fr
<http://www.cyclotourisme31.fr>

Engagements

licenciés FSGT : gratuit
Autres licenciés : 2,5 €
Non licenciés : 6 €

3^{ème} rassemblement fédéral cyclotouriste Séjour cyclo et rando dans les pyrénées

1^{er} - 7 juillet 2012



RENSEIGNEMENTS / PRE-RESERVATIONS **06 15 75 95 38 ou 06 79 75 92 44**

Tarif :

de **300 à 450 €** env.
selon le niveau des prestations

Plus d'infos sur :
<http://www.cyclotourisme-31.fr>



Le programme

Dimanche 1 juillet

Accueil des participants à partir de 14 heures.
Présentation du séjour, pot de bienvenue, dîner.

Lundi 2

2 circuits sans difficultés et 2 demi-étapes de 45 à 50km sur la journée

Mardi 3

3 circuits en montagne / 3 niveaux de difficultés différents et 2 demi-étapes.

Mercredi 4

1 circuit 60km le matin, après midi libre. Séjour cyclo avec la même formule de demi-étapes.

Jeudi 5

2 circuits / 2 niveaux de difficultés et kilométrages divers et les demi-étapes avec repas de midi.

Vendredi 6

Même formule de demi-étapes dans la commingois. Dîner de clôture le soir.

Samedi 7

Petit déjeuner et fin du séjour.

Tous les soirs avant le dîner présentation des randonnées cyclos et pédestres du lendemain sur écran géant.

Les correspondants de clubs

AMICALE CONSEIL GÉNÉRAL 31 : J-L. NEVEUX 05 61 47 70 04 jean-luc-neveux@orange.fr
AMICALE CYCLO ESCALQUENS : M. MEYER.....05 62 71 09 91 michel.meyer@ensiacet.fr
A.S.A.T : G.MAZIES05 61 74 53 46 cedricmazies@wanadoo.fr
U.S.AUCAMVILLE : F. MESSONIER05 61 70 26 35 francis.messonier@orange.fr
CYCLO CLUB AUSSONNAIS : C. ALBEROLA.....06 64 72 47 06 alberola.claude1@wanadoo.fr
VÉLO CLUB BAZIÈGEOIS : G.LATCHE06 76 39 53 17 georges.latche@live.fr
GUIDON BESSIÉRAIN : R.QUARANTA.....06 16 71 34 39 r.quaranta@orange.fr
VÉLO CLUB BLAGNACAIS : J-J. FAVIER06 65 35 32 14 velojjfavier@sfr.fr
CYCLOS RANDONNEURS BRAXÉENS : <http://crbraxeen.free.fr>
E. DELMAS05 61 86 91 45 eric.delmas2@sfr.fr
VELO CLUB BRUGUIERES : N. ALBENQUE.....06 11 03 37 74 nalbenque@arterris.fr
VÉLO PASSION BRUGUIERES : C. SANTOUL06 87 38 82 40 santoul.claude@wanadoo.fr
CAPITOLE VÉLO CLUB CASTELGINEST : <http://www.cvcc.fr>
C.PANOUBE06 15 75 95 38 contact@cvcc.fr contact@cvcc.fr
CYCLO CLUB des VIOLETTES CASTELMAUROU : <http://www.ccv-castelmaurou.org>
J-M. LARTIGUE06 85 05 98 66 jeanmarc.lartigue@aliceadsl.fr
CASTELNAU CYCLO CLUB : <http://castelnaucc.free.fr>
L. GAZZIERO06 20 45 21 22 castelnaucc@free.fr
CLUB CYCLOTOURISTE CORNEBARRIEU :
S.GILBERT06 82 80 95 49 s.gilbert@laposte.net
CPRS PINS JUSTARET VILLATE : <http://cprs.site.voila.fr>
G. ABELLAN05 61 76 71 69 georges.abellan@wanadoo.fr
VÉLO CLUB CUGNAUX : <http://www.cugnauxveloclub.org>
B. LECOUC05 61 92 65 46 lecou.bernard@neuf.fr
FENOUILLET VÉLO CLUB : <http://veloclubfenouillet.free.fr>
J. VINCENT.....06 74 53 02 53 jacques.vincent37@wanadoo.fr
CLUB CYCLO RANDONNEURS BAUZIFONTINS :
G. CASTIGNOLLES05 61 70 17 63 gerardcastignolles@orange.fr
AVENIR FONSORBAIS CYCLO : M.HERVAULT ..06 15 35 50 51 michelh.31@orange.fr
FONTANIE : M. BAUDOUIN.....05 61 19 03 71 michelbaudouin@hotmail.com

FROUZINS AVENIR CYCLISTE : B. SCHMITT05 61 92 73 16 bernard-schmitt@voila.fr
 LABARTHE CYCLO : <http://cprslabarthe.site.voila.fr>
 C. SEGOVIANO.....05 61 08 00 75 miguelcprs@wanadoo.fr
 VÉLO CLUB LARRASSIEN : R. SERRES05 61 82 64 63 serresetfils@wanadoo.fr
 CYCLO SALVETAIN : <http://www.cyclo-salvetain.fr>
 J.GUINGOIS05 61 86 36 02 j.guingois@free.fr
 A.S.LASSERRE PRADERE : J. MARRE06 60 65 83 30 huguette.jose@hotmail.fr
 LATÉCOÈRE U.S.A.L : N. BAREA,.....05.34.30.16.05 nicolas.barea@latecoere.fr
 CYCLO CLUB LAUNAGUET : P. PONS05 61 35 90 84 philippe-pierre-r.pons@wanadoo.fr
 CYCLO CLUB LÉGUEVIN : A. MICELLO06 73 35 64 45 micello.a@chu-toulouse.fr
 GUIDON L'HERMOIS : D. SAVAGNAC.....06 68 45 64 09 eliane.vigneau@wanadoo.fr
 VÉLO CLUB MONDONVILLOIS : C. SANSAY05 61 85 55 04 bsouchon@wanadoo.fr
 CYCLO CLUB DE LA SAVE MONTAIGUT S' PAUL :
 Y. CIPRIAN05 61 85 46 39 yvon.ciprian@orange.fr
 PECHBONNIEU CYCLOTOURISME : J. LEBRET....05 61 09 70 74 claudelebrete@orange.fr
 CYCLO CLUB PIBRACAI : J-C. AUZIECH05 61 86 07 82 jean-claude.auziech@wanadoo.fr
 S' ALBAN OMN CYCLOTOURISME :thiesand@sfr.fr
 CYCLO CLUB S' CAPRAIS : D. VIOLA.....05 61 35 66 22 didier.viola@orange.fr
 S' JORY CYCLOTOURISME : P. NOBLE05 61 35 88 87 metsdubraquet@hotmail.fr
 ENTENTE SALLES CARBONNE : F. DEBLADIS ...05 61 87 16 81 sergefrancoise.debladis@sfr.fr
 ELAN MULTISPORTS SAUBENS : Y. BEYRIA.....06 07 95 74 93 saubens.also15@orange.fr
 SORÈZE VÉLO CLUB : D. GLEIZES06 12 25 17 32 d.gleizes.foyer.orival@orange.fr
 T.O.A.C CYCLOTOURISME : C. BLOGET.....05 61 49 82 30 bloget.christian@neuf.fr
 T.O.T : P. MANGENOT05 34 36 12 40
 TOULOUSE.VÉLO.CLUB : S. PELFORT.....06 88 82 60 81
 USEMA COLOMIERS : G. GUITARD05 34 55 18 48 gferrus@orange.fr
 VILLEFRANCHE LAURAGAI : M. MAS05 61 81 59 33 maslauragais1@aol.com

Les sites Internet des clubs

Bessières - <http://guidon-bessierain.clubeo.com>

Brax - <http://crbraxeen.free.fr>

Castelginest - <http://www.cvcc.fr>

Castelmauou - <http://www.ccv-castelmauou.org>

Castelnau d'Estrétefonds - <http://castelnaucc.free.fr>

Cugnaux - <http://www.cugnauxveloclub.org>

CRPS Pins Justaret Villate - <http://cprs.site.voila.fr>

Labarthe - <http://cprslabarthe.site.voila.fr>

La Salvetat - <http://www.cyclo-salvetain.fr>

Lherm - <http://www.guindonlhermois.citew.com>

Pibrac - [cyclo pibracais](http://cyclo.pibracais.com)

Villefranche Lauragais - <http://www.cycloragais.com>

Toute l'actualité de la Commission Cyclo
<http://www.cyclotourisme31.fr>



C.O. F.S.G.T.31

10, boulevard Marcel Dassault 31770 COLOMIERS

Tél : 05 34 36 12 40 / fax: 05 34 36 12 44

fsgt.31@free.fr



Création

Com'3elles
Creatives en liberté

www.com3elles.com

contact@com3elles.com

05 34 32 03 10

06 03 38 84 39