



# Vélo Club des Albères

Salle Cécile – 1 Avenue du 11 Novembre

66700 ARGELES /MER

Club affilié à la FFCT sous le n° 03597

Président : Yvon Piermantier (06 87 84 38 62 ; [president@vca66.fr](mailto:president@vca66.fr))

Secrétaire : Louis Briqueu (06 63 82 29 95 ; [secretariat@vca66.fr](mailto:secretariat@vca66.fr))

Trésorier : Marc Molin (06 80 36 98 97 ; [tresorier@vca66.fr](mailto:tresorier@vca66.fr))

Site internet du VCA : <https://vca66.fr>



## Bulletin n°7 : juillet 2020

### Le mot du Président après la 3ème phase du déconfinement

Chères amies cyclotines, chers amis cyclos, chers sociétaires du VCA

Une nouvelle étape vient d'être franchie avec cette troisième phase du déconfinement et depuis le 22 Juin, les clubs peuvent reprendre leurs activités associatives mais avec toujours le respect des mesures prises dans le cadre de l'urgence sanitaire.

**Vous l'attendiez, nous l'attendions tous, le VCA reprend ses activités sportives et ce dès le 1<sup>er</sup> Juillet 2020.**

Un bulletin complet est en ligne sur notre site internet [vca66.fr](https://vca66.fr).

Cependant, les consignes suivantes sont toujours à respecter pour la pratique en club:

- respecter les gestes barrières : lavage des mains, respect de la distance d'1mètre en statique entre les personnes;
- distanciation de 2 mètres entre chaque personne;
- groupe de plus de 10 personnes possible dans le respect de la distanciation de 2 mètres entre les personnes;
- pour doubler, respecter dans la mesure du possible un décalage d'1mètre;
- respecter la recommandation fédérale sur le scindement des groupes pour des raisons de sécurité et de circulation sur la voie publique (groupe de 20 personnes au max);
- rappel du respect du *Code de la route* par le délégué sécurité du club;
- l'ensemble du matériel doit être individuel (vélo, casque, nécessaire de réparation);
- crachat, expectorations proscrits. En cas de nécessité, se signaler, se laisser dépasser pour se soulager en dernière position;
- tenue d'un état des personnes présentes dans les groupes en cas de demande de l'agence régionale de santé (identification de cluster).

Je voudrais revenir sur ce dernier point et vous faire part des décisions prises lors d'une réunion du Conseil d'Administration de l'association à laquelle participaient les capitaines de route et les responsables de sections:

Il faut que nous tenions un état des personnes présentes lors de chaque sortie que ce soit pour la section Cyclo-Route, la section Cyclo-Loisir, les sections VTT et la section Rando-pédestre.

Ceci peut être facilement réalisé, sauf pour la section Cyclo-Route... pourquoi !

- ✓ le nombre de cyclos qui se retrouvent à Market Laroque est important ; nous dénombrons régulièrement plus 40 cyclistes adhérents du VCA ou de quelques clubs voisins.
- ✓ De plus, nous allons comme de coutume et pour respecter nos engagements envers la municipalité d'Argelès et son office du tourisme, accepter que les estivants se joignent à nous et ce n'est plus 40, mais souvent entre 60 et 70 individus qu'il faudra identifier.

Le protocole que nous avons mis en place est donc le suivant : au départ de Market, nous constituerons des groupes (max 15 personnes) et ce seront les Capitaines de Route qui seront chargés de relever les identités des cyclos rattachés à leur groupe (nom, prénom, et numéro de téléphone). Les feuilles dument remplies seront remises immédiatement à un responsable du club présent ce jour là.

Un groupe ne pourra partir qu'une fois ce relevé effectué.

Pas question comme cela arrive encore trop fréquemment de partir en ordre dispersé, sans que l'autorisation en soit donnée.

Tout cyclo, licencié du VCA ou estivant, qui, pour une raison ou une autre, ne respectera pas ces consignes au départ mais aussi durant la sortie, sera invité à quitter le groupe.

En reprenant nos activités, j'engage ma responsabilité, le club engage sa responsabilité dans cette période très particulière et je compte sur vous, sur votre civisme, pour que tout se déroule du mieux possible.

Il n'y aura pas de place pour les égoïsmes et les individualismes !

De l'effort de chacun, de l'esprit de groupe, dépend, la réussite de nos sorties vélo, l'ambiance, la convivialité, la camaraderie, bref toute la vie du club.

L'été est arrivé, sur la pointe des pieds, et avec lui, nous retrouvons notre liberté, pas totale certes, mais quand même !

Après des moments difficiles dus au confinement, en cause ce satané virus qui a plongé le monde entier dans le noir, le doute, la maladie, la souffrance, après la perte de tant de personnes, le moment est venu de se poser les bonnes questions et l'une d'entre-elles est de se dire si nous ne devons pas profiter des moments présents, profiter de sa famille, profiter des gens qui nous entourent, profiter de la vie...

Je vous souhaite un bon été, de bonnes vacances et surtout de rester en bonne santé !!  
Attention, le virus est toujours présent.

Amitiés à toutes et à tous.

Yvon Piermantier



# Vélo Club des Albères

Salle Cécile – 1 Avenue du 11 Novembre

66700 ARGELES /MER

Club affilié à la FFCT sous le n° 03597

## Bulletin n°7 : juillet 2020

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivelé	Horaire et RdV
Mercredi 1	Route :	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes du Boulou, St-Martin de Fenollar, <i>voie verte</i> , Maureillas, St. Jean Pla de Corts, Vivès, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Oms, Calmeilles, <u>col Fourtou</u> △2 <sup>ème</sup> , <u>Bouleternère</u> , →D16, →D2, St.-Michel-de-Llotes, <u>Fontcouverte</u> △2 <sup>ème</sup> , Montauriol, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès. <u>Parcours plus court</u> : col Fourtou△2 <sup>ème</sup> , →Montauriol, etc.	123 kms ▲1356m <i>openrun.</i> <u>11565029</u>  92 kms ▲942m	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Jeudi 2	VTT pour tous	Argelès - Les Merles - Rancho - Mas Linas - Ntre D du Château – ND de la Pave – Nd de Vie - St Laurent – Argelès. <u>openrun.9882139</u>	36 km ▲ 800 m <i>Diff. M</i>	8h30 Cimetière Argelès.
Jeudi 2	LOISIR	Argelès, D618, piste cyclable, St-Genis, les Jardins du Boulou, <i>voie verte</i> , Maureillas, <u>Céret</u> , piste cyclable, <u>Le Pont de Reynès</u> , <u>Route du Riuros</u> △3 <sup>ème</sup> , Bas de Oms, <u>col de Llauro</u> , <u>Llauro</u> , Fourques, <u>D2 Villemolaque</u> , St-Jean-Lasseille, Brouilla, St-Genis, Argelès.	81 km ▲615m <i>openrun.</i> <u>8616330</u>	8h00 Cave coopérative Argelès. 8h30 St Genis
Vendredi 3	ROUTE	Argelès, Market, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Trouillas, Ponteilla, ←D37, <u>Le Soler</u> , →D39, ← D1, Pézilla-la-rivière, ← D614, → D1, <u>col de la Dona</u> △3 <sup>ème</sup> , → D18, Calce, R.P.Baixas, <i>en face</i> D45, <u>St-Estève</u> , R.P. →D616, R.P.Baho←D616A, R.P. →D916 <u>Le Soler</u> , ← D37 Ponteilla, Trouillas, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès	101 kms ▲556m <i>openrun.</i> <u>11565183</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Vendredi 3	VTTae	Argelès - Maison de retraite - Sorède - monotrace Vallée heureuse - La Pave monotrace – Argelès. <u>Openrunner.9355965</u>	31 km ▲ 563 m <i>Diff. AF</i>	9h00 Salle Carrère Argelès

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivelé	Horaire et RdV
<b>Dimanche 5</b>	<b>ROUTE</b>	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, R.P. Montescot, <u>Villeneuve-de-la-Raho</u> , Pollestres, → D39, Canohès, ← rue de Grenache, ← piste cyclable, Thuir, R.P. ← D18, Déchèterie, D48, ← D615, R.P. ← l'Auxineill, <u>Castelnou</u> , D48, Thuir, St-Colombe, Terrats, Fourques, ←D2, →Passa, Tressère, Banyuls-dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, <u>Laroque</u> , Sorède, Argelès	<b>92 kms</b> ▲ <b>714m</b> <i>openrun.</i> <u>11565273</u>	<b>7h30</b> Salle Carrère Argelès. <b>8H00</b> Market Laroque.
<b>Lundi 6</b>	<b>LOISIR</b>	Argelès cave coopérative, ⚡ D2 route de Sorède, R.P. ⚡ route de la déchèterie, R.P. en face, piste cyclable, St-Genis, Y ⚡ D40 <u>Banyuls-Dels-Aspres</u> , ⚡ D40B St-Jean-Lasseille, en face D40B, Bages, R.P. ⚡ D612, Y ⚡ D49 sur 50m, Y ⚡ chemin de Brouilla, Brouilla, R.P. ⚡ D2 St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Monastir, Passa, <u>Tresserre</u> , X ⚡ rue du Canigou, Y ⚡ rue du Pla del Rey, Y ⚡ D900, R.P. ⚡ D900 sur 1,3km, Y ⚡ D40A, Banyuls-Dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, piste cyclable, Argelès cave coopérative.	<b>61 km</b> ▲ <b>435m</b> <i>openrun.</i> <u>10911328</u>	<b>8h00</b> Cave coopérative Argelès. <b>8h30</b> St Genis
<b>Lundi 6</b>	<b>VTT pour tous</b>	Sainte Colombe de la Commandrie – Mas Larrieu.	<b>26 km</b> ▲ <b>742 m</b> <i>Diff. M</i>	<b>8H30</b> St Colombe Parking.
<b>Mardi 7</b>	<b>VTTae</b>	Ille sur Têt - Roc Haut- Mas Torner.  RdV : Parking bords de la Têt	<b>27 km</b> ▲ <b>m</b> <i>Diff. M</i>	<b>9h00</b> Illes/têt.
<b>Mercredi 8</b>	<b>ROUTE</b> Attention : gravillons dans la descente vers Las Illas	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, <u>Llauro</u> Δ3 <sup>ème</sup> , Céret, <u>col de Brousse</u> Δ1 <sup>ère</sup> , Las Illas, Maureillas, Les Thermes du Boulou, St-Genis, Argelès.	<b>96kms</b> ▲ <b>1255m</b> <i>openrun.</i> <u>11565326</u>	<b>7h30</b> Salle Carrère Argelès. <b>8H00</b> Market Laroque.
<b>Jeudi 9</b>	<b>VTT Pour tous</b>	Montauriol - Oms - Col Llauro - Llauro – Montauriol.	<b>27 km</b> ▲ <b>730 m</b> <i>Diff. M</i>	<b>8h30</b> Montauriol Parking
<b>Jeudi 9</b>	<b>LOISIR</b>	Argelès cave coopérative, ⚡ D2, <u>Sorède</u> , Laroque, <u>Villelongue-dels-Monts</u> , <u>Montesquieu</u> , les Jardins du Boulou, <i>voie verte</i> , Maureillas centre, ⚡ D13 Direction Las Illas, ⚡ D13C Riunoguès, col de Panissar, ½ tour, Maureillas, <i>voie verte</i> , Jardins du Boulou, piste cyclable, St-Genis, piste cyclable, Argelès cave coop.	<b>69 km</b> ▲ <b>676m</b> <i>openrun.</i> <u>11576464</u>	<b>8h00</b> Cave coopérative Argelès. <b>8h30</b> Sorède
<b>Vendredi 10</b>	<b>VTTae</b>	Banyuls - Tombeau Maillol - Col Banyuls - Col Vallauria - Col Gascons – Banyuls <i>Openrunner</i> <u>9501919</u>	<b>27 km</b> ▲ <b>652m</b> <i>Diff. AD</i>	<b>9h00</b> Banyuls Carrefour market.

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivélé	Horaire et RdV
Vendredi 10	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Ortaffa, <u>Mas Aragon</u> , ← D50, Montescot, Bages, ← D40B, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Trouillas, Fourques, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, St-Genis, Argelès.	88 kms ▲608m <i>openrun.</i> <u>11565385</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Dimanche 12	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Montauriol, <u>Fontcouverte</u> △2 <sup>ème</sup> <u>St. Michel de Lotes</u> , →D16, →D615, Corbères-les-cabanes, → ← Camps del Castell, Thuir, Ste Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Arg	98 kms ▲830m <i>openrun.</i> <u>11565496</u>	8h30 Salle Carrère Argelès. 9h00 Palau
Lundi 13	LOISIR	Argelès, piste cyclable, <u>St. Genis</u> , Brouilla, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Trouillas, <u>Ponteilla</u> , ↻ D37 <u>Le Soler</u> , ↻ D946 sur 200m, ↻ D85, <u>Thuir</u> , Llupia, <u>Terrats</u> , Fourques, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, Brouilla, St-Genis, Argelès.	75 km ▲367m <i>openrun.</i> <u>8524466</u>	8h00 Cave coopérative Argelès. 8h30 St Genis
Lundi 13	VTT Pour tous	Argelès - Valmy - direct Mas Christine - Bassin - Chapelle St Laurent - Valmy – Argelès. <i>Openrunner : 9421118</i>	26 km ▲ 598 m <i>Diff. M</i>	8H30 Argeles/mer Parking du cimetière
Mardi 14	VTTae	Montauriol – Nostra Seynorria – Prunet – Can Manent – Col de L’Orri – Montauriol. <i>Openrunner : 9501925</i>	29 km ▲ 719m <i>Diff. M</i>	9h00 Montauriol parking les Hostalets
Mercredi 15	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes, St Martin de Fenollar, <i>voie verte</i> , Maureillas, <u>Céret</u> , Amélie, Arles-sur-Tech, →D115, <u>Le Tech</u> △3 <sup>ème</sup> , →D74a, D74, <u>col de Sous</u> △1 <sup>ère</sup> , <u>Prats de Mollo</u> , ←D115, <u>Le Tech</u> , Arles-sur-Tech, Amélie, Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, St. Genis, Argelès. <i>Parcours plus court</i> Au Tech : retour.	133 kms ▲1439m <i>openrun.</i> <u>11054176</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Jeudi 16	LOISIR.	Argelès cave coopérative, ↻ D2 route de Sorède, R.P. ↻ route de la déchèterie, R.P. en face, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , Brouilla, Ortaffa, D8, ↻ D49, <u>Bages</u> , ↻ D612, R.P. ↻ D40B, <u>St-Jean-Lasseille</u> , Villemolaque, <u>Mas Mule</u> , Tresserre, Passa, Chemin des écureuils, <u>Mas Llauro</u> , ↻ Fourques, Trouillas, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, Brouilla St-Genis, piste cyclable, Argelès cave coop.	70 km ▲474m <i>openrun.</i> <u>11576805</u>	8h00 Cave coopérative Argelès. 8h30 St Genis
Jeudi 16	VTT pour tous	Banyuls - Mas Vallauria - Col Banyuls - Tombeau Maillol - Col del Bast – Rdv : parking du Carrefour Market D86	36 km ▲ 550 m <i>Diff. AD</i>	8h30 Banyuls/mer.

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivélé	Horaire et RdV
Vendredi 17	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes du Boulou, St-Martin de Fenollar, <i>voie verte</i> , Maureillas, Céret, Amélie, Palalda, <u>D618</u> ✕ <u>D15</u> △4 <sup>ème</sup> borne Michelin, Le Vila, Pt. de Reynès, Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , <u>Le Boulou</u> , D900, R.P. <i>tour complet</i> , D900, →(avant voie ferrée) <u>Tresserre</u> , ←D40, Passa, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, <u>Laroque</u> , Sorède, Argelès.	98 kms ▲833m <i>openrun.</i> <u>11565616</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Vendredi 17	VTTae	Argelès - Valmy - direct Mas Christine - Bassin - Chapelle St Laurent - Valmy – Argelès. <i>Openrunner : 9421118</i>	26 km ▲ 598 m <i>Diff. M</i>	9h00 Argeles/mer Salle carrère.
Vendredi 17	Cyclo Resto svp, télépho- ner à Guy Gouarin, 2 j avant au : 07.86. 25. 55. 51	Autour de Figüeres. Capmany 57 km le matin. Ullastre , Masarac, Cabanes, Vilabertran, Vilasacra, Fortia, Riumors, La Bomba, Siurana , Villamalla, Vilamorell, Borrassa, Ordis, Navata, Llado. Repas sur la place, en terrasse. Après- midi 46 km Navata, Vilanant, Cistella, Ribeira de les Planes, Terrades, Boadella, Biure, Capmany.	Le matin 57 km  L'après- midi 46 km <i>Openrun.</i> <u>11585820</u>	9h 30 Départ de Capmany.
Dimanche 19	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes du Boulou, <i>voie verte</i> , Maureillas, Céret, Pt. de Reynès, <u>Taillet</u> △2 <sup>ème</sup> , Oms, Llauro, Fourques, Villemolaque, <u>Mas Mule</u> , Tresserre, Banyuls-des-Aspres, Brouilla, <u>Ortaffa</u> , Elne, St-Cyprien, Argelès.	98 kms ▲889m <i>openrun.</i> <u>11565642</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Lundi 20	LOISIR	Argelès, piste cyclable, St-Genis, les Jardins du Boulou, <i>voie verte</i> , R.P. ↗ <u>Maureillas</u> , X ↖ D13C, <u>Las Illas</u> , retour même itinéraire.	73 km ▲643m <i>openrun.</i> <u>9032883</u>	8h00 Cave coopérative Argelès. 8h30 St Genis
Lundi 20	VTT pour tous	Argelès - Collioure – Cosprons - Petite Consolation <i>Openrunner : 9421122</i>	35 km ▲ m <i>Diff. M</i>	8H30 Argeles/mer cimetière
Mardi 21	VTTae	St Martin - L'Ouillat - Requassens - St Martin.  RdV : Parking bifurcation route de l'Ouillat à St Martin de l'Albère.	30 km ▲996m <i>Diff. M</i> <i>openrun.</i> <u>11062450</u>	9h00 St Martin de l'Albère.
Mercredi 22	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Montauriol, <u>Font-couverte</u> △2 <sup>ème</sup> St. Michel de Llotes, ← D16 Bouleternère, ← D618 <u>col du Fourtou</u> △2 <sup>ème</sup> , Calmeilles, Oms, <u>Llauro</u> , Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.	119 kms ▲1366m <i>openrun.</i> <u>11565693</u>  98 kms ▲833m	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivélé	Horaire et RdV
		<u>Plus court</u> : retour St. Michel de Llores, → D16, → D615, Corbère, → ← Camps del Castell, Thuir, Ste Colombe, Terrats, Fourques, et retour.		
Jeudi 23	LOISIR	Argelès, D618, piste cyclable, <u>St. Genis</u> , Brouilla, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Fourques, <u>Tordères</u> , <u>Llauro</u> , <u>Vivès</u> , St-Jean-Pla-de-Corts, <u>le Boulou par les lacs</u> , les Jardins du Boulou, St-Genis, Argelès.	67 kms ▲487m <i>openrun.</i> <u>8613401</u>	8h00 Cave coopérative Argelès. 8h30 St Genis
Jeudi 23	VTT Pour tous	Maureillas - Les Planes - Col Portel - Le Perthus - Maureillas . <i>Openrunner</i> : <u>1028295</u>	31 km ▲ 960m <i>Diff. AD</i>	8h30 Maureillas Parking du cimetière.
Vendredi 24	ROUTE	Argelès, Market, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Terrats, Ste. Colombe, Thuir, ← déchèterie, D48, ← D615, Corbère les Cabanes, → D56, <u>Néfiach</u> , → Millas, R.P. → D612, Thuir, R.P. ← D612A/D37 <u>Ponteilla</u> , Trouillas, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.	93 kms ▲560m <i>openrun.</i> <u>11573921</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Vendredi 24	VTTae	Le Boulou Casino - les Cluses - La Cluse Haute - Perthus - Creu del Seynal - Mas Pericot - Le Boulo. RdV : Le Boulou, Parking Casino.	31 km ▲ 950 m <i>Diff. AD</i> <i>openrun.</i> <u>10282975</u>	9h00 Les thermes du Boulou
Dimanche 26	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Montauriol, Can Bails, ← <u>col du Fourtou</u> Δ1 <sup>ère</sup> , <u>col Xatard</u> Δ4 <sup>ème</sup> , St. Marsal, Taulis, ← D15, <u>Le Vila</u> , Pont de Reynès, Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, St. Genis, Argelès .	103 kms ▲1210m <i>openrun.</i> <u>11573986</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Lundi 27	LOISIR Sortie à la journée. Repas tiré du sac.	Argelès, D618, piste cyclable, St-Genis, les Jardins du Boulou, <i>voie verte</i> , Maureillas, Céret, piste cyclable, <u>Pont-de-Reynès</u> , piste cyclable, <u>Amélie</u> , piste cyclable <u>Arles-sur-Tech</u> , D115, km 52 <u>piste cyclable</u> , <u>déchèterie de La Forge Del Mitg</u> , <u>D3</u> , X <u>D115</u> , <u>Arles-sur-Tech</u> , <u>piste cyclable</u> , <u>Amélie</u> , piste cyclable <u>Le Pont de Reynès</u> , piste cyclable <u>Céret</u> , piste cyclable <u>St-Jean-Pla-de-Corts</u> , R.P. en face D13, <u>piste cyclable</u> , <i>voie verte</i> , les Jardins du Boulou, St-Genis, Argelès.	111 km ▲795m <i>openrun.</i> <u>8457639</u>	8h00 Cave coopérative Argelès. 8h30 St Genis
Lundi 27	VTT pour tous	Laroque - Mas Pericot – Domaine des Albères <i>Openrunner</i> : <u>9501912</u> RdV : parking derrière les commerces	30 km ▲ 672 m <i>Diff. M</i>	8H30 Laroque.

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivélé	Horaire et RdV
Mardi 28	VTTae	St Laurent de Cerdan, la Farga del Mitg – Folgoas – Serralongue – la Farga, St Laurent (Prévoir le casse-croûte, repas tiré du sac)	35 km ▲ m Diff. AD	9h00 Saint Laurent de Cerdan
Mercredi 29	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, ← D40, Banyuls, Tresserre, Passa, ← Chemin de Trouillas, ← D2, Fourques, Terrats, St-Colombe, Thuir, ← Déchéterie, D48, ← D615, Corbère-les-Cabanes, <u>Ille-sur-Têt</u> , → D2, <u>Montalba-le-Château</u> , →D17/D21, Bélesta, ←D38, <u>Col de la Bataille</u> , →D612, R.P. D614, Corneilla-la-Rivière, <u>Pézilla-la-Rivière</u> , →D1, →D39, Le Soler, D37, Ponteilla, Trouillas, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès.	117kms ▲1096m openrun. <u>11574010</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.
Jeudi 30	VTT pour tous	Sorède - Gasot del garde - St Christophe - Montesquieux – Sorède.  RdV : Sorède Parking Maison de retraite	34 km ▲934m Diff. AD openrun. <u>10555487</u>	8h30 Sorède. parking maison de retraite
Jeudi 30	LOISIR	Argelès, D618, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , Brouilla, ↻ Banyuls dels Aspres, Tresserre, Passa, ↻ <u>Mas Llauro</u> , ↻ Llauro, <u>Céret</u> , ↻ piste cyclable, <u>St-Jean-Pla-de-Corts</u> , R.P. en face D13, ↻ piste cyclable, <i>voie verte</i> , les Jardins du Boulou, St-Genis, Argelès.	71 km ▲537m openrun. <u>8442384</u>	8h00 Cave coopérative Argelès. 8h30 St Genis
Vendredi 31	VTTae	Maureillas - Les Planes - Col Portel - Le Perthus - Maureillas . RdV : Maureillas, parking du cimetière.	31 km ▲ 960m Diff. AD openrun. <u>10282953</u>	9h00 Maureillas.
Vendredi 31	ROUTE	Argelès, St. Cyprien, Elne, Montescot, Ville-neuve la Raho, Pollestres, Nyls, Ponteilla, Trouillas, Fourques, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , casino du Boulou, St. Genis, Argelès.	84 kms ▲594m openrun. <u>11574029</u>	7h30 Salle Carrère Argelès. 8H00 Market Laroque.

Les traces GPS de tous nos circuits sont accessibles et téléchargeables sur le site :

<https://www.openrunner.com>. (Suivre l'onglet : trouver un parcours)

Pour la saison estivale, le VCA a souscrit une assurance spécifique lui permettant d'accueillir dans ses groupes les vacanciers séjournant à Argelès et dans ses environs.

Informations complémentaires auprès de notre secrétaire : **0663822995**





# Vélo Club des Albères

Salle Cécile – 1 Avenue du 11 Novembre

66700 ARGELES /MER

Club affilié à la FFCT sous le n° 03597



## PARCOURS VCA GROUPES 1+2+3+4

JUILLET 2020

<u>Le 01/07/2020</u> VCA-R1203 N° Openr: <u>11565029</u> 123km ▲1356m	<u>Le 03/07/2020</u> VCA-R1001 N° Openr: <u>11565183</u> 101km ▲556m	<u>Le 05/07/2020</u> VCA-R934 N° Openr: <u>11565273</u> 92km ▲714m	<u>Le 08/07/2020</u> VCA-R922 N° Openr: <u>11565326</u> 96km ▲1255m	<u>Le 10/07/2020</u> VCA-R835 N° Openr: <u>11565385</u> 88km ▲608m
Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes du Boulou, St-Martin de Fenollar, <i>voie verte</i> , Maureillas, St. Jean Pla de Corts, Vivès, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Oms Calmeilles, <u>col Fourtou</u> △2 <sup>ème</sup> , <u>Bouleternère</u> , →D16, →D2, St.-Michel-de-Llotes, <u>Fontcouverte</u> △2 <sup>ème</sup> , Montauriol Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis Argelès.  <u>Parcours plus court:</u> col Fourtou△2 <sup>ème</sup> , →Montauriol, etc...	Argelès, Market, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Trouillas, Ponteilla ←D37, Le Soler, →D39, ←D1, Pézilla-la-rivière, ←D614, →D1, <u>col de la Dona</u> △3 <sup>ème</sup> , →D18, Calce, R.P.Baixas, <u>en face D45, St-Estève</u> , R.P. →D616, R.P.Baho←D616A, R.P. →D916 <u>Le Soler</u> , ←D37 Ponteilla Trouillas, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, R.P. Montescot, <u>Villeneuve-de-la-Raho</u> , Pollestres, →D39, Canohès, ←rue de Grenache, ←piste cyclable, Thuir, R.P. ←D18, Déchèterie, D48, ←D615, R.P. ←l'Auxineill, <u>Castelnou</u> , D48, Thuir, St-Colombe, Terrats, Fourques, ←D2, → <u>Passa</u> , Tressère, Banyuls-dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, <u>Laroque</u> , Sorède, Argelès	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Céret, <u>col de Brousse</u> △1 <sup>ère</sup> , Las Illas, Maureillas, Les Thermes du Boulou, St-Genis, Argelès.	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Ortaffa, <u>Mas Aragon</u> , ←D50, Montescot Bages, ←D40B, St-Jean-Lasseille Villemolaque, Trouillas, Fourques, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou St-Genis, Argelès.

<u>Le 12/07/2020</u> VCA-R929 N° Openr: <u>11565496</u> 98km ▲830m	<u>Le 15/07/2020</u> VCA-R1302 N° Openr: <u>11054176</u> 133km ▲1439m	<u>Le 17/07/2020</u> VCA-R925 N° Openr: <u>11565616</u> 98km ▲833m	<u>Le 19/07/2020</u> VCA-R930 N° Openr: <u>11565642</u> 98km ▲889m	<u>Le 22/07/2020</u> VCA-R1109 N° Openr: <u>11565693</u> 119km ▲1366m
Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Montauriol, <u>Fontcouverte</u> △2 <sup>ème</sup> , <u>St. Michel de Llotès</u> , →D16, →D615, Corbères-les-cabanes, → ← Camps del Castell, Thuir, Ste Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Arg.	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes, St Martin de Fenollar, <u>voie verte</u> , Maureillas <u>Céret</u> , Amélie, Arles-sur-Tech, →D115, <u>Le Tech</u> △3 <sup>ème</sup> , →D74a, D74, <u>col de Saous</u> △1 <sup>ère</sup> , <u>Prats de Mollo</u> , ←D115, Le Tech, Arles-sur-Tech, Amélie, Céret, Maureillas, <u>voie verte</u> , Casino du Boulou, St. Genis, Argelès.  <u>Parcours plus court</u> Au Tech : retour.	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes du Boulou, St-Martin de Fenollar, <u>voie verte</u> , Maureillas, Céret, Amélie, Palalda, <u>D618×D15</u> △4 <sup>ème</sup> , <u>borne Michelin</u> , Le Vila, Pt. de Reynès, Céret, Maureillas, <u>voie verte</u> , <u>Le Boulou</u> , D900, R.P. <u>tour complet</u> , D900, →(avant <u>voie ferrée</u> ) <u>Tresserre</u> , ←D40, Passa, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, <u>Laroque</u> , Sorède, Argelès.	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes du Boulou, <u>voie verte</u> , Maureillas, Céret, Pt. de Reynès, <u>Taillet</u> △2 <sup>ème</sup> , Oms, Llauro, Fourques, Villemolaque, <u>Mas Mule</u> , Tresserre, Banyuls-des-Aspres, Brouilla, <u>Ortaffa</u> , Elne, St-Cyprien, Argelès.	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Montauriol, <u>Fontcouverte</u> △2 <sup>ème</sup> , <u>St. Michel de Llotès</u> , ←D16 Bouleternère, ←D618 <u>col du Fourtou</u> △2 <sup>ème</sup> , Calmeilles, Oms, <u>Llauro</u> , Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès. <u>Plus court</u> : retour <u>St. Michel de Llotès</u> , →D16, →D615, Corbère, → ← Camps del Castell, Thuir, Ste Colombe, Terrats, Fourques, .....

<u>Le 24/07/2020</u> VCA-R908 N° Openr: <u>11573921</u> 93km ▲560m	<u>Le 26/07/2020</u> VCA-R1005 N° Openr: <u>11573986</u> 103km ▲1210m	<u>Le 29/07/2020</u> VCA-R1110 N° Openr: <u>11574010</u> 117km ▲1096m	<u>Le 31/07/2020</u> VCA-R820 N° Openr: <u>11574029</u> 84km ▲594m	
Argelès, Market, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Terrats, Ste. Colombe, Thuir, ← déchèterie, D48, ← D615, Corbère les Cabanes, →D56, <u>Néfiach</u> , → Millas, R.P. →D612, Thuir, R.P. ←D612A/D37 <u>Ponteilla</u> , Trouillas, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Montauriol, Can Bails, ← <u>col du</u> <u>Fourtou</u> △1 <sup>ère</sup> , <u>col Xatard</u> △4 <sup>ème</sup> , St. Marsal, Taulis, ←D15, <u>Le Vila</u> , Pont de Reynès, Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, St. Genis, Argelès .	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, ←D40, Banyuls, Tresserre, <u>Passa</u> , ←Chemin de Trouillas, ←D2, Fourques, Terrats, St-Colombe, Thuir, ←Déchèterie, D48, ←D615, Corbère-les- Cabanes, <u>Ille-sur-</u> <u>Têt</u> , →D2, <u>Montalba-le-</u> <u>Château</u> , →D17/D21, Bélesta, ←D38, <u>Col</u> <u>de la Bataille</u> , →D612, R.P. <i>en</i> <i>face</i> D614, Corneilla-la- Rivière, <u>Pézilla-la-</u> <u>Rivière</u> , →D1, →D39, Le Soler, D37, Ponteilla, Trouillas, Villemolaque, Brouilla, St-Genis,	Argelès, St. Cyprien, Elne, Montescot, Villeneuve la Raho, Pollestres, Nyls, Ponteilla, Trouillas, Fourques, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , casino du Boulou, St. Genis, Argelès.	



# Vélo Club des Albères

Salle Cécile – 1 Av. du 11 Novembre  
66700 ARGELES /MER ☎ 06 87 84 38 62  
Club affilié à la FFCT sous le n° 03597

## PARCOURS VCA - CYCLO-LOISIR



### JUILLET 2020

<u>Le 02/07/2020</u> VCA-CL801 N° Openr: <u>8616330</u> 81km ▲615m	<u>Le 06/07/2020</u> VCA-CL630 N° Openr: <u>10911328</u> 61km ▲435m	<u>Le 09/07/2020</u> VCA-CL634 N° Openr: <u>11576464</u> 69km ▲676m	<u>Le 13/07/2020</u> VCA-CL703 N° Openr: <u>8524466</u> 75km ▲367m	<u>Le 16/07/2020</u> VCA-CL714 N° Openr: <u>11576805</u> 70km ▲474m
Argelès, D618, piste cyclable, St-Genis, les Jardins du Boulou, <i>voie verte</i> , Maureillas, Céret, piste cyclable, Le Pont de Reynès, ☞ Route du Riuros Δ <sup>3ème</sup> , Bas de Oms, ☞ col de Llauro, ☞ Llauro, Fourques, ☞ D2 Villemolaque, St-Jean-Lasseille, Brouilla, St-Genis, Argelès.	Argelès cave coopérative, ☞ D2 route de Sorède, R.P.☞ route de la déchèterie, R.P. en face, piste cyclable, St-Genis, Y ☞ D40 Banyuls-Dels-Aspres, ☞ D40B St-Jean-Lasseille, en face D40B, Bages, R.P.☞ D612, Y☞ D49 sur 50m, Y☞ chemin de Brouilla, Brouilla, R.P.☞ D2 St-Jean-Lasseille Villemolaque, Monastir, Passa, Tresserre, X☞ rue du Canigou, Y☞ rue du Pla del Rey, Y☞ D900, R.P.☞ D900 sur 1,3km, Y☞ D40A, Banyuls-Dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, piste cyclable, Argelès cave coopérative.	Argelès cave coopérative, ☞ D2, Sorède, Laroque, Villelongue-dels-Monts, Montesquieu, les Jardins du Boulou, <i>voie verte</i> , Maureillas centre, ☞ D13 Direction Las Illas, ☞ D13C Riunoguès, col de Panissar, ½ tour, Maureillas, <i>voie verte</i> , Jardins du Boulou, piste cyclable, St-Genis, piste cyclable, Argelès cave coop.	Argelès, piste cyclable, St-Genis, Brouilla, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Trouillas, Ponteilla, ☞ D37 Le Soler, ☞ D946 sur 200m, ☞ D85, Thuir, Llupia, Terrats, Fourques, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, Brouilla, St-Genis, Argelès.	Argelès cave coopérative, ☞ D2 route de Sorède, R.P.☞ route de la déchèterie, R.P. en face, piste cyclable, St-Genis, Brouilla, Ortaffa, D8, ☞ D49, Bages, ☞ D612, R.P.☞ D40B, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Mas Mule, Tresserre, Passa, Chemin des écureuils, Mas Llauro, ☞ Fourques, Trouillas, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, Brouilla St-Genis, piste cyclable, Argelès cave coop.

<u>Le 20/07/2020</u> VCA-CL706 N° Openr: <u>9032883</u> 73km ▲643m	<u>Le 23/07/2020</u> VCA-CL607 N° Openr: <u>8613401</u> 67km ▲487m	<u>Le 27/07/2020</u> VCA-CL1101 N° Openr: <u>8457639</u> 111km ▲795m	<u>Le 30/07/2020</u> VCA-CL701 N° Openr: <u>8442384</u> 71km ▲537m	
Argelès, piste cyclable, St-Genis, les Jardins du Boulou, <i>voie  verte</i> , R.P. ↻ <u>Maureillas</u> , X ↻ D13C, <u>Las Illas</u> , retour même itinéraire.	Argelès, D618, piste cyclable, <u>St. Genis</u> , Brouilla, St-Jean- Lasseille, Villemolaque, Fourques, <u>Tordères</u> , <u>Llauro</u> , <u>Vivès</u> , St-Jean-Pla-de- Corts, ↻ <u>le Boulou par</u> <u>les lacs</u> , les Jardins du Boulou, St-Genis, Argelès.	Argelès, D618, piste cyclable, St- Genis, les Jardins du Boulou, <i>voie  verte</i> , Maureillas, <u>Céret</u> , piste cyclable, <u>Pont-de-Reynès</u> , piste cyclable, <u>Amélie</u> , piste cyclable <u>Arles-  sur-Tech</u> , D115, km 52 ↻ piste cyclable, <u>déchèterie de La  Forge Del Mitg</u> , ↻ D3, X ↻ D115, <u>Arles-sur-Tech</u> , ↻ piste cyclable, <u>Amélie</u> , piste cyclable <u>Le Pont  de Reynès</u> , piste cyclable <u>Céret</u> , piste cyclable <u>St-  Jean-Pla-de-  Corts</u> , R.P. en face D13, ↻ piste cyclable, <i>voie verte</i> , les Jardins du Boulou, St-Genis, Argelès.	Argelès, D618, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , Brouilla, ↻ <u>Banyuls dels</u> Aspres, Tresserre, Passa, ↻ <u>Mas</u> <u>Llauro</u> , ↻ <u>Llauro</u> , <u>Céret</u> , ↻ piste cyclable, <u>St-Jean-Pla-de-  Corts</u> , R.P. en face D13, ↻ piste cyclable, <i>voie verte</i> , les Jardins du Boulou, St-Genis, Argelès.	