



# 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 Briquet (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°5 : mai 2022.

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivelé	Horaire et RdV
Dimanche 1 	ROUTE	Argelès, St-Cyprien village, D22, R.P.Alenya, ←D39, Théza, Villeneuve-de-la-Raho, Pollestres, <u>Ponteilla</u> , →←D37, ← <i>piste cyclable</i> , ← R.P, Llupia, D615, Terrats, Fourques, <u>Llauro</u> , Vivès, St-Jean-Pla-de-Corts, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, St-Genis, → <u>Laroque</u> , Sorède, Argelès cimetière, <u>Valmy</u> , Argelès.	88km ▲646m <i>openrun.</i> <u>VCA-R850</u>	8h00 Argeles/mer Salle Carrère
Lundi 2	LOISIR	Argelès, D618, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , Brouilla, ↻Banyuls dels Aspres, Tresserre, Passa, ↻ <u>Mas 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.	71 km ▲537m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL701</u>	8h30 Argeles/mer Cave coopé 9h00 St Genis ZA
Lundi 2	VTT pour tous	Pont de Reynes – Col del Peiro – Col d’Oms – Pont de Reynes. <i>Openrunner.com/r/yca-vtt25</i>	30 km ▲ 703 m <i>Diff. M</i>	9h00 Parking Pont de Reynes
Mardi 3	VTT AE	La Tour de France – Rasiguères.  RdV : Parking terrain camping à la Tour de France.	28 km ▲ 855m <i>Diff. AD</i> <i>Openrun</i> <u>vca-vtt49</u>	9h00 La Tour de France
Mercredi 4	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Les Thermes, Maureillas, Céret, Pont de Reynès, <u>Le Vila</u> , D15×D618△3 <sup>ème</sup> <u>borne Michelin</u> , →D618, Taulis, St-Marsal, <u>col Xatard</u> △2 <sup>ème</sup> , col Fourtou, Oms, <u>Llauro</u> , Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès.	105 km ▲1060m <i>openrun.</i> <u>VCA-R1008</u>	7h30 Argeles/mer Salle Carrère 8h00 Market Laroque

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivelé	Horaire et RdV
Jeudi 5	VTT pour tous	Arles sur Tech - Serralongue – Folgoas <a href="https://openrunner.com/r/vca-vtt31">Openrunner.com/r/vca-vtt31</a> Repas pris au restaurant ou pique-nique	27 km ▲ 991 m Diff. AD	9h00 Serralogue Parking.
Jeudi 5	LOISIR	Argelès cave coopérative, ⚡ D2 route de Sorède, R.P. ⚡ route de la déchèterie, R.P. en face, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , Laroque, <u>Sorède</u> , Argelès, la gare, <u>Collioure</u> , Port-Vendres, R.P. ⚡ le port, ⚡ D86B, ⚡ D914, Δ4 <sup>ème</sup> , <u>Banyuls</u> , R.P. ⚡ D86, X ⚡ <u>Musée Maillol</u> , demi-tour, Banyuls, X ⚡ D86, route du Mas Reig, église SanMiquel ⚡ col de les Vinyes, cave du mas Ventous, R.P. ⚡ D914, ⚡ D114, Port-Vendres, Collioure, Argelès cave coop.	65 km ▲ 692m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL633</u>	8h30 Argeles/mer Cave coopé  9h00 St Genis ZA
Vendredi 6	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes, St. Martin de Fenollar, <i>voie verte</i> , Maureillas, Céret, Amélie, <u>Arles sur Tech</u> , Amélie, Céret, St-Jean-Pla-de-Corts, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, X → D61a, <u>Villelongue</u> , Laroque, Sorède, Argelès.	91 km ▲ 571m <i>openrun.</i> <u>VCA-R906</u>	8h00 Argeles/mer Salle Carrère 8h30 Market Laroque
Vendredi 6	VTT AE	Argelès - Maison de retraite - Sorède - monotrace Vallée heureuse - La Pave monotrace - Argelès	31 km ▲ 563 m Dif. AF <i>Openrun.</i> <u>vca-vtt03</u>	9h00 Argeles/mer Parking cimetière
Samedi 7	VTT tranquillou	Banyuls / Musée Maillol / Mas Vallauria/ Col Vallauria/ Col Banyuls / Col Martine / Banyuls	26 km ▲ 564m <i>Openrun</i> <u>vca-vtt21</u>	9h00 Banyuls/mer Park. musée Maillol
Dimanche 8	ROUTE	Pause café à Canet : Argelès, St-Cyprien plage, Canet plage, <u>P. Café parking Intermarché Casino</u> , Canet village, ←D11, St-Nazaire, Alenya, →D39 <u>Théza</u> , Villeneuve-de-la-Raho, Pollestres, Nyls, Ponteilla, ⚡ ⚡ D37, ⚡ D612A Thuir, R.P Macdo ⚡ D612, R.P. en face D615, R.P. ⚡ <u>l'Auxineil</u> Δ4 <sup>ème</sup> , Castelnou, Thuir, Ste-Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès.	100 km ▲ 633m <i>openrun.</i> <u>VCA- RPC1022</u>	8h00 Argeles/mer Salle Carrère
Lundi 9	LOISIR	Argelès, D618, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , les Jardins du Boulou, Le Boulou, D900, R.P. <i>tour complet</i> , D900, ⚡ ( <i>avant voie ferrée</i> ) <u>Tresserre</u> , mas Mule, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, ⚡ D40b Bages, ⚡ D612, 500m ⚡ D49, ⚡ D8, ⚡ D8b Brouilla, St-Genis, Argelès.	60 km ▲ 333m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL623</u>	8h30 Argeles/mer Cave coopé 9h00 St Genis ZA
Lundi 9	VTT pour tous	Colera : parcours à découvrir. Parking bord de la route à Colera		9h00 Espagne

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivelé	Horaire et RdV
Mardi 10	VTT AE	Marquixanes – Arboussols - Col de Gués - Pic de Bau - Els Planols – Marquixanes.  <i><a href="https://openrunner.com/r/vca-vtt52">Openrunner.com/r/vca-vtt52</a></i>	30 km ▲ 900 m <i>Diff. AD</i>	9h00 Marquixanes Parking centre SNCF
Mardi 10	Rando pédestre	Boucle de la Domanova à Rigarda. (cette randonnée était initialement prévue le 26 avril)	9 km <i>Diff. M</i>	10h00 Carrefour N116 et D16 vers Rodès
Mercredi 11	ROUTE	Argelès, Market, St-Genis, Les Thermes du Boulou, Maureillas, St. Jean Pla de Corts, Vivès, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Oms, <u>col du Fourtoul</u> △2 <sup>ème</sup> , Boule d'Amont, <u>Bouleternère</u> , →D16, D615, Corbère, → ← Camps del Castell, Thuir, Ste. Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès. <i>Plus court</i> au Fourtoul.... →retour par Montauriol.	114 km ▲1006m <i>openrun.</i> <u>VCA-R1103</u>  90km ▲890m	7h30 Argeles/mer Salle Carrère 8h00 Market Laroque
Jeudi 12	LOISIR	Argelès, D618, piste cyclable, St-Genis, les Jardins du Boulou, <i>voie verte</i> , Maureillas, <u>Céret</u> , Av. d'Espagne, 📍 D13F, <u>col de Bousseills</u> , Pont de Reynès, <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.	69 km ▲368m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL603</u>	8h30 Argeles/mer Cave coopé  9h00 St Genis ZA
Jeudi 12	VTT pour tous	Argelès - Les Merles - Rancho - Mas Linas - Ntre D du Château - de la Pave - de Vie - St Laurent - Argelès	36 km ▲ 800 m <i>Diff. M</i> <i>openrun.</i> <u>vca-vtt06</u>	9h00 Argeles/mer Park. cimetière.
Vendredi 13	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Terrats, Llupia, Thuir, R.P.Macdo 2 <sup>ème</sup> →D85, <u>Le Soler</u> , ←St-Feliu-d'Avall, R.P.←D16, R.P. ←D612, Thuir, R.P. ←D612A/D37, Ponteilla, Trouillas, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, ←D40B, Bages, Montescot, Elne, sortie Palau, camping St-André, Taxo d'Avall, Argelès.	89 km ▲465m <i>openrun.</i> <u>VCA-R839</u>	8h00 Argeles/mer Salle Carrère  8h30 Market Laroque
Vendredi 13	VTT AE	Le Boulou Casino - les Cluses - La Cluse Haute - Perthus - Creu del Seynal - Mas Pericot - Le Boulou. <i><a href="https://openrunner.com/r/vca-vtt14">Openrunner.com/r/vca-vtt14</a></i>	31 km ▲ 950 m <i>Diff. AD</i>	9h00 Le Boulou Parking casino
Samedi 14	VTT tranquillou	Argelès - Rimbau - Col de Vallauria - Col des gascon - La Galine - Cospron - col de Mollo - Consolation - Argelès	32 km ▲ 1050m <i>Openrun</i> <u>vca-vtt08</u>	9h00 Le Racou Argeles/mer

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivelé	Horaire et RdV
Dimanche 15	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, R.P. Montescot, <u>Villeneuve-de-la-Raho</u> , D39, D91, chemin du Mas Passama, piste cyclable, <u>Toulouges</u> , piste cyclable, Canohés, Thuir, R.P. ←D18, D48, Castelnou, <u>Fontcouverte</u> , Montauriol, Fourques, →D2, → <u>Passa</u> , →D40, Tresserre, Banyuls-dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, <u>Laroque</u> , Sorède, Argelès.	98 km ▲1076m <i>openrun.</i> <u>VCA-R935</u>	<b>7h30</b> Argeles/mer Salle Carrère  <b>8h00</b> Market Laroque
Lundi 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, <u>Banyuls-Dels-Aspres</u> , St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Monastir, Passa, ⚡chemin de Trouillas, en face déchèterie, Trouillas, Ponteilla, ⚡D37, ⚡piste cyclable direction Thuir, à mi-chemin ⚡ <u>route des vignes</u> jusqu'à Trouillas, Fourques, Villemolaque, St-Jean Lasseille, Banyuls-Dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, piste cyclable, Argelès cave coopérative.	66 km ▲416m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL636</u>	<b>8h30</b> Argeles/mer Cave coopé  <b>9h00</b> St Genis ZA
Lundi 16	VTT Pour tous	Sorède maison de retraite - La Vallée Heureuse - L'Ouillat - Gasot del Garde – Sorède. <i>Openrunner.com/r/vca-vtt12</i>	27 km ▲ 1050 m <i>Diff. AD</i>	<b>9h00</b> Sorède Maison de retraite
Mardi 17	VTT AE	Sournia – Roc Jallère – Pic de Bau – Sournia. <b>Repas pris au restaurant.</b>	36 km ▲ 900 m <i>Diff. M+</i>	<b>9h00</b> Sournia Park. église
Mercredi 18	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Montauriol, Fontcouverte△2 <sup>ème</sup> , <u>St. Michel de Llotes</u> , →D16, →D615, Corbère, R.P. → <u>L'Auxineil</u> △4 <sup>ème</sup> , <u>Castelnou</u> , Thuir, Ste-Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès.	103 km ▲971m <i>openrun.</i> <u>VCA-R1003</u>	<b>7h30</b> Argeles/mer Salle Carrère  <b>8h00</b> Market Laroque
Jeudi 19	VTT pour tous	Banyuls - Cerbere frontière - Col Cerbere - Antenne – Banyuls. RdV : Banyuls/mer, Parking Carrefour market	29 km ▲ 782 m <i>Diff. AD</i> <i>openrun.</i> <u>vca-vtt22</u>	<b>9h00</b> Banyuls/mer Park. supermarché
Jeudi 19	LOISIR	Argelès, D618, piste cyclable, <u>St. Genis</u> , Brouilla, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, <u>Trouillas</u> , Fourques, direction Llauro, ⚡ descente par Mas Llauro, Passa, Monastir, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, Brouilla, St-Genis, Argelès.	65 km ▲410m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL617</u>	<b>8h30</b> Argeles/mer Cave coopé  <b>9h00</b> St Genis ZA

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivelé	Horaire et RdV
Vendredi 20	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Trouillas, Ponteilla, ←D37/D612A, <u>Thuir</u> , R.P. Macdo →D612, R.P. →D612, 300m→D18, <u>St. Féliu d'Avall</u> , ←D16, Corbère, ←D615, → ← Camps del Castell, Thuir, Ste. Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.	86km ▲ 543m <i>openrun.</i> <u>VCA-R832</u>	8h00 Argeles/mer Salle Carrère 8h30 Marker Laroque
Vendredi 20	Cyclo-Resto Infos et inscription auprès de Guy Gouarin 0786255551	Navata. Crespia, Esponella, Banyoles, Porqueres, Mieres, Santa Pau, Olot. Sant Joan les F, Castellfollit (59 km) Repas. Besalu, Après-midi retour à Navata. (43 km )	86 102km ▲ 1341m <i>openrun.</i>	9h00 Navata Catalogne Sud
Vendredi 20	VTT AE	Maureillas - Les Planes - Col Portel - Ruinoguers - Les Planes – Maureillas. <a href="https://openrunner.com/r/vca-vtt16">openrunner.com/r/vca-vtt16</a>	22 km ▲ 738 m <i>Diff. M</i>	9h00 Maureillas cimetière
Samedi 21	VTT tranquillou	Argelès - Les Merles - Rancho - Mas Linas - Ntre Dame du Château – ND de la Pave - ND de Vie - Argelès	36 km ▲ 800m <i>openrun.</i> vca-vtt06	9h00 Argles/mer Cimétière
Dimanche 22	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Terrats, Ste-Colombe, Thuir, ←D48, Déchèterie, ←D615, Corbère les Cabanes, <u>Ille/Têt</u> , D2, D21, <u>Belesta</u> , →D38, <u>col de la Bataille</u> , →D612 Millas, Thuir, R.P.Macdo ←D612A/D37, Ponteilla, Trouillas, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.	111 km ▲824m <i>openrun.</i> <u>VCA-R1102</u>	7h30 Argeles/mer Salle Carrère 8h00 Market Laroque
Lundi 23	LOISIR	Argelès, <u>St-Cyprien</u> , Latour-Bas-Elne, Elne, Ortaffa, Brouilla, ☞ Mas Camomille, <u>Bages</u> , ☞ D40b St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Trouillas, Fourques, ☞D2, ☞ <u>Passa</u> , Tresserre, Banyuls-Dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, Argelès.	69 km ▲437m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL624</u>	9h00 Argeles/mer Cave coopé
Lundi 23	VTT pour tous	Maureillas - Les Planes - Col Portel - Le Perthus - Maureillas . RdV : Maureillas, parking du cimetière.	31 km ▲ 960m <i>Diff. AD</i> <i>openrun.</i> <u>vca-vtt17</u>	9h00 Maureillas Parking. cimetière
Mardi 24	VTT AE	Sigean - Roquefort – Sigean  <b>Restaurant ou Casse croûte</b>	46 km ▲ 853 m <i>Diff.</i>	9h00 Sigean Parking du gymnase

Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivélé	Horaire et RdV
Mardi 24	Rando pédestre	Ermitage de Notre Dame du château à Sorède.	8.5 km ▲ 460m Diff. M.	10h00 Sorède Parking de la mairie
Mercredi 25	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Les Thermes du Boulou, St. Martin de Fenollar, <i>voie verte</i> , Maureillas, Céret, Amélie, <u>Arles sur Tech</u> , →D115, →D54 <u>Montferrer</u> Δ1 <sup>ère</sup> , D44, Le Tech, Arles, Amélie, Céret, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, St. Genis, Argelès.	118 km ▲1426m <i>openrun.</i> <u>VCA-R1106</u>	7h30 Argeles/mer Salle Carrère  8h00 Market Laroque
Jeudi 26	VTT pour tous Repas pris au restaurant	Arles sur Tech - Can Boixeda - Col Reducta - Montbolo - El Roquer - Col Formentera - Can Boixeda - Arles sur Tech.	27 km ▲ 991m Diff. AD <i>openrun.</i> <u>vca-vtt27</u>	9h00 Arles/Tech Parking Bord du Tech à l'entrée.
Jeudi 26	LOISIR  Repas Tiré du sac	St-Genis, Brouilla, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, <u>Fourques</u> , Montauriol, Notre Dame Del coll, <u>Fourtou</u> , D618 Boule d'Amont, <u>Bouleternère</u> , D16, D615, Corbère-les-Cabanes, Thuir, R.P.Mac Do D612, cyclable, Ponteilla, Trouillas, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, Brouilla, St-Genis.	89 km ▲850m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL812</u>	8h30 Argeles/mer Cave coopé  9h00 St Genis ZA
Vendredi 27	ROUTE	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Trouillas, Ponteilla, ←D37/D612A, Thuir, R.P.→D612 (2x), ←D58 <u>Camélas</u> , l' <u>Auxineil</u> Δ4 <sup>ème</sup> , <u>Castelnou</u> , Thuir, Ste. Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès. <u>Parcours "grimpeurs" ...Castelnou, Fontcouverte</u> Δ2 <sup>ème</sup> Montauriol, Fourques etc...	84 km ▲515m <i>openrun.</i> <u>VCA-R823</u>  93 km ▲746m <i>openrun.</i> <u>VCA-R911</u>	8h00 Argeles/mer Salle Carrère  8h30 Market Laroque
Vendredi 27	VTT AE	Banyuls - Tombeau Maillol - Col Banyuls - Col Vallauria - Col Gascons – Banyuls. <i>Openrunner.com/r/vca-vtt21</i>	27 km ▲ 652m Diff. AD	9
Samedi 28	VTT tranquillou	Amélie Les Bains - Pujol del Mig - Col de Noell - Mas de Noell - Falgas - Amélie. <b>Casse croute tiré du sac</b>	42 km ▲ 1250m <i>openrun.</i> <u>vca-vtt24</u>	9h00 Amélie RdV sortie du vers Arles
Dimanche 29	ROUTE	Argelès, Market, St-Genis, Les Thermes, D900, Le Perthus, N11, La Jonquera, 100m avant R.P Jardinerie Tramontana, dir le Cimetière, Y, Y GI-500 <u>Agullana</u> , Y GI-504, Y GI-502, <u>Darnius</u> , Carret Major (dir. cimetière), <u>Panta de Boadella</u> (lac), Y GI-504, Y GIV-5044, <u>Biure</u> , Y N11, <u>Pont</u>	113 km ▲954m <i>openrun.</i> <u>VCA-R1114</u>	7h30 Argeles/mer Salle Carrère  8h00 Market Laroque



Date	GROUPE	ITINERAIRE	km et dénivelé	Horaire et RdV
		<u>de Molins</u> , R.P tour complet, Y ↻ GIV-6026, <u>Vilarnadal</u> , Y ↻ GIV-6026, Masarac, Ullastre, X ↻ GI-602, X ↻ Carrer Sant Climent, <u>Canallops</u> , ↻ GI-601, La Jonquera, Le Perthus, Argelès.		
Lundi 30	LOISIR	Argelès cave coopérative, R.P en face Av de le Retirada, ↻ D81 St-Cyprien plage, <u>Canet</u> , piste cyclable le long de la D81, direction Le Bacarès, ↻ rives de l'Agly, <u>Le Bacarès</u> , retour même itinéraire	64 km ▲ 131m <i>openrun.</i> <u>VCA-CL639</u>	9h00 Argeles/mer Cave coopé
Lundi 30	VTT pour tous	Le Boulou - Llauro - Cortal d'en Durand - Collada de St Lluc - Le Boulou	40 km ▲ 597 m <i>Diff. M</i> <i>openrun.</i> <u>vca-vtt13</u>	9h00 Le Boulou Parking mairie
Mardi 31	VTT AE	Montferrer - L'Estagnol ;  RdV : Parking village à Montferrer ; <b>Casse croûte tiré du sac.</b>	35 km ▲ 1650m <i>Diff.AD+</i> <i>openrun.</i>	9h00 Montferrer

Nos points de rendez-vous : la salle municipale polyvalente Jean-Carrère est située avenue Molière à Argelès village, non loin du stade Gaston Pams et de la piscine intercommunale AlberAquatic. Le centre commercial 'Market Laroque' est situé à mi-chemin entre St André et St Genis des Fontaines. Les traces GPS au format standard GPX de tous nos parcours sont accessibles et téléchargeables sur le site. Il suffit de saisir la référence du parcours dans l'onglet 'trouver un parcours' <https://www.openrunner.com>.

Si vous n'êtes pas licenciée ou licencié, sachez que le VCA vous accueille pour 3 sorties 'découverte' au cours desquelles vous serez couvert par l'assurance du club. Il suffit de rejoindre un point de rendez-vous à votre convenance : ROUTE, VTT ou LOISIR. Ensuite, si nos activités vous conviennent, vous pourrez nous rejoindre en adhérant au VCA.

**Durant la saison estivale qui commence dès ce 15 mai pour la FFCT, si vous êtes en vacances à Argeles ou dans ses environs, vous pouvez vous joindre à toutes nos sorties ROUTE et/ou VTT. Pour vous accueillir, a souscrit une assurance spécifique permettant de vous couvrir en responsabilité civile. Il vous suffit de rejoindre un de nos points de rendez-vous et de vous présenter à l'un de nos capitaines de route.**

**Pour vous y retrouver, voici la définition des groupes VCA :**

- ✓ **ROUTE** : Groupes sportifs hommes et femmes. Au point de rassemblement (généralement sur le parking du supermarché Laroque), le peloton est scindé en 3 groupes de niveaux : sportif, soutenu et plus modéré. Au besoin, ces groupes sont eux-mêmes subdivisés en plus petits pelotons pour respecter les consignes de sécurité route de la FFCT.
- ✓ **LOISIR** : groupe doublement mixte : Homme/Femme et vélos musculaires et VAE. Allure modérée. Bienvenue à toutes et à tous.
- ✓ **VTT pour tous** : ouvert à tout type de VTT, musculaire ou assistance électrique. Responsables du groupe Marc Molin et Philippe Connefroy.
- ✓ **VTT AE** : groupe sportif composé de vélos à assistance électrique. Responsable du groupe : René Cote et Jean-Claude Ziberlin.
- ✓ **VTT-tranquillou**. Les samedis matin, Marc Molin vous fera découvrir certains de nos circuits VTT en mode balade.



# 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

Mai 2022

Le 01/05/2022 N° Openr. VCA-R850 88km ▲646m Départ:-08h00 Carrère	Le 04/05/2022 N° Openr. VCA-R1008 105km ▲1060m Départ:-07h30 Carrère -08h00 Market	Le 06/05/2022 N° Openr. VCA-R906 91km ▲571m Départ:-08h00 Carrère -08h30 Market	Le 08/05/2022 N° Openr. VCA-R1022 100km ▲633m Départ:-08h00 Carrère	Le 11/05/2022 N° Openr. VCA-R1103 114km ▲1006m Départ:-07h30 Carrère -08h00 Market
Argelès, St-Cyprien village, D22, R.P. Alenya, ←D39, Théza, Villeneuve-de-la- Raho, Pollestres, <u>Ponteilla</u> , →←D37, ← <i>piste cyclable</i> , ← R.P, Llupia, D615, Terrats, Fourques, <u>Llauro</u> , Vivès, St-Jean-Pla-de- Corts, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, St-Genis, → <u>Laroque</u> , Sorède, Argelès cimetière, <u>Valmy</u> , Argelès.	Argelès, Market Laroque, St-Genis, Les Thermes, Maureillas, Céret, Pont de Reynès, <u>Le Vila</u> , D15×D618△3 <sup>ème</sup> →D618, Taulis, St-Marsal, <u>col Xatard</u> △2 <sup>ème</sup> , col Fourtou, Oms, <u>Llauro</u> , Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès.	Argelès, Market Laroque, St. Genis, Les Thermes, St. Martin de Fenollar, <i>voie verte</i> , Maureillas, Céret, Amélie, <u>Arles sur Tech</u> , Amélie, Céret, St- Jean-Pla-de-Corts, Maureillas, <i>voie verte</i> , Casino du Boulou, X→ D61a, <u>Villelongue</u> , Laroque, Sorède, Argelès.	Argelès, St-Cyprien plage, Canet plage, <u>P. Café parking</u> , <u>Intermarché Casino</u> , Canet village, ←D11, St-Nazaire, Alenya, →D39 <u>Théza</u> , Villeneuve-de-la- Raho, Pollestres, Nyls, Ponteilla, ↻ D37, ↻ D612A Thuir, R.P Macdo ↻ D612, R.P. en face D615, R.P. ↻ <u>l'Auxineil</u> △4 <sup>ème</sup> , Castelnou, Thuir, Ste-Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès. Plus long...(109km) Castelnou, →D48, <u>Fontcouverte</u> △2 <sup>ème</sup> , ↻ D2, Montauriol, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès.	Argelès, Market, St-Genis, Les Thermes du Boulou, Maureillas, St. Jean Pla de Corts, Vivès, <u>Llauro</u> △3 <sup>ème</sup> , Oms, <u>col du Fourtou</u> △2 <sup>ème</sup> Boule d'Amont, <u>Bouleternère</u> , →D16, D615, Corbère, → ← Camps del Castell, Thuir, Ste. Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.  <u>Plus court</u> au Fourtou.... →retour par Montauriol.



VCA : bulletin mensuel n° 5 : mai 2022

<p><u>Le 13/05/2022</u> N°Openr. VCA-R839 89km ▲465m Départ:-08h00 Carrère -08h30 Market</p>	<p><u>Le 15/05/2022</u> N°Openr. VCA-R935 98km ▲1076m Départ:-07h30 Carrère -08h00 Market</p>	<p><u>Le 18/05/2022</u> N°Openr. VCA-R1003 103km ▲971m Départ:-07h30 Carrère -08h00 Market</p>	<p><u>Le 20/05/2022</u> N°Openr. VCA-R832 86km ▲543m Départ:-08h00 Carrère -08h30 Market</p>	<p><u>Le 22/05/2022</u> N°Openr. VCA-R1102 111km ▲824m Départ:-07h30 Carrère -08h00 Market</p>
<p>Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Terrats, Llupia, Thuir, R.P.Macdo 2<sup>ème</sup> →D85, <u>Le Soler</u>, ←St-Féliu-d'Avall, R.P←D16, R.P. ←D612, Thuir, R.P. ←D612A/D37, Ponteilla, Trouillas, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, ←D40B, Bages, Montescot, Elne, sortie Palau, camping St-André, Taxo d'Avall, Argelès.</p>	<p>Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, R.P. Montescot, <u>Villeneuve-de-la- Raho</u>, D39, D91, chemin du Mas Passama, piste cyclable, <u>Toulouges</u>, piste cyclable, Canohés, Thuir, R.P. ←D18, D48, Castelnou, <u>Fontcouverte</u>, Montauriol, Fourques, →D2, →<u>Passa</u>, →D40, Tresserre, Banyuls-dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, <u>Laroque</u>, Sorède, Argelès.</p>	<p>Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Montauriol, <u>Fontcouverte</u>△2<sup>ème</sup>, <u>St. Michel de Llotes</u>, →D16, →D615, Corbère, R.P. → <u>L'Auxineil</u>△4<sup>ème</sup>, <u>Castelnou</u>, Thuir, Ste-Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St-Genis, Argelès.</p>	<p>Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Trouillas, Ponteilla, ←D37/D612A, <u>Thuir</u>, R.P. Macdo →D612, R.P. →D612, 300m→D18, <u>St. Féliu d'Avall</u>, ←D16, Corbère, ←D615, → ← Camps del Castell, Thuir, Ste. Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.</p>	<p>Argelès, Market Laroque, St-Genis, Brouilla, Villemolaque, Fourques, Terrats, Ste-Colombe, Thuir, ←D48, Déchèterie, ←D615, Corbère les Cabanes, <u>Ille/Têt</u>, D2, D21, <u>Belesta</u>, →D38, <u>col de la Bataille</u>, →D612 Millas, Thuir, R.P.Macdo ←D612A/D37, Ponteilla, Trouillas, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.</p>

<p><u>Le 25/05/2022</u> N°Openr. VCA-R1106 118km ▲1426m Départ:-07h30 Carrère -08h00 Market</p>	<p><u>Le 27/05/2022</u> N°Openr. VCA-R823 84km ▲515m Départ:-08h00 Carrère -08h30 Market</p>	<p><u>Le 29/05/2022</u> N°Openr. VCA-R1114 113km ▲954m Départ:-07h30 Carrère -08h00 Market</p>		
<p>Argelès, Market Laroque, St-Genis, Les Thermes du Boulou, St. Martin de Fenollar, <i>voie verte</i>, Maureillas, Céret, Amélie, <u>Arles sur Tech</u>, →D115, →D54 <u>Montferrer</u>△1<sup>ère</sup>, D44, Le Tech, Arles, Amélie, Céret, Maureillas, <i>voie verte</i>, Casino du Boulou, St. Genis, Argelès.</p>	<p>Argelès, Market Laroque, St. Genis, Brouilla, Villemolaque, Trouillas, Ponteilla, ←D37/D612A, Thuir, R.P.→D612 (2x), ←<u>D58 Camélas</u>, <u>l'Auxineil</u> △4<sup>ème</sup>, <u>Castelnou</u>, Thuir, Ste. Colombe, Terrats, Fourques, Villemolaque, Brouilla, St. Genis, Argelès.</p> <p><u>Parcours</u> <u>"grimpeurs"</u> ...Castelnou, <u>Fontcouverte</u> △2<sup>ème</sup> Montauriol, Fourques etc...</p>	<p>Argelès, Market, St- Genis, Les Thermes, D900, <u>Le Perthus</u>, N11, La Jonquera, ☞ 100m avant R.P Jardinerie Tramontana, dir le Cimetière, Y ☞, Y☞ GI-500 <u>Agullana</u>, Y ☞ GI-504, Y☞ GI-502, <u>Darnius</u>, ☞ Carret Major (dir. cimetière), Panta de Boadella (lac), Y ☞ GI-504, Y☞ GIV-5044, <u>Biure</u>, Y☞ N11, <u>Pont de</u> <u>Molins</u>, R.P tour complet, Y☞ GIV- 6026, <u>Vilarnadal</u>, Y ☞ GIV-6026, Masarac, Ullastre, X ☞ GI-602, X☞ Carrer Sant Climent, <u>Cantallops</u>, ☞ GI- 601, La Jonquera, Le Perthus, Argelès</p>		



# 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 GROUPE LOISIR

Mai 2022

<u>Le 02/05/2022</u> N° Openr. VCA-CL701 71km ▲537m Dép:-08h30 Arg.Cave -09h00 St-Genis	<u>Le 05/05/2022</u> N° Openr. VCA-CL633 65km ▲692m Dép:-08h30 Arg.Cave -09h00 St-Genis	<u>Le 09/05/2022</u> N° Openr. VCA-CL623 60km ▲333m Dép:-08h30 Arg.Cave -09h00 St-Genis	<u>Le 12/05/2022</u> N° Openr. VCA-CL603 69km ▲368m Dép:-08h30 Arg.Cave -09h00 St-Genis	<u>Le 16/05/2022</u> N° Openr. VCA-CL636 66km ▲416m Dép:-08h30 Arg.Cave -09h00 St-Genis
Argelès, D618, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , Brouilla, ↻ Banyuls dels Aspres, Tresserre, Passa, ↻ <u>Mas 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.	Argelès cave coopérative, ↻ D2 route de Sorède R.P. ↻ route de la déchèterie, R.P. en face, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , Laroque, <u>Sorède</u> , Argelès, la gare, <u>Collioure</u> , Port-Vendres, R.P. ↻ le port, ↻ D86B, ↻ D914, △4 <sup>ème</sup> , <u>Banyuls</u> , R.P. ↻ D86, X ↻ <u>Musée Maillol</u> , demi-tour, Banyuls, X ↻ D86, route du Mas Reig, église SanMiquel ↻ col de les Vinyes, cave du mas Ventous R.P. ↻ D914, ↻ D114, Port-Vendres, Collioure, Argelès cave coop.	Argelès, D618, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , les Jardins du Boulou, Le Boulou, D900, R.P.tour complet, D900, ↻ ( <i>avant voie ferrée</i> ) Tresserre, mas Mule, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, ↻ D40b Bages, ↻ D612, 500m ↻ D49, ↻ D8, ↻ D8b Brouilla, St-Genis, Argelès.	Argelès, D618, piste cyclable, St-Genis, les Jardins du Boulou, <i>voie verte</i> , Maureillas, <u>Céret</u> , Av. d'Espagne, ↻ D13F, <u>col de Bousseills</u> , Pont de Reynès, <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 cave coopérative, ↻ D2 route de Sorède, R.P. ↻ route de la déchèterie, R.P. en face, piste cyclable, <u>St-Genis</u> , Brouilla, <u>Banyuls-Dels-Aspres</u> , <u>St-Jean-Lasseille</u> , Villemolaque, Monastir, Passa, ↻ chemin de Trouillas, en face déchèterie, Trouillas, Ponteilla, ↻ D37, ↻ piste cyclable direction Thuir, à mi-chemin ↻ <u>route des vignes</u> jusqu'à Trouillas, Fourques, Villemolaque, St-Jean Lasseille, Banyuls-Dels-Aspres, Brouilla, St-Genis, piste cyclable, Argelès cave coopérative.

VCA : bulletin mensuel n° 5 : mai 2022

<p><u>Le 19/05/2022</u> N°Open. VCA-CL617 65km ▲410m Dép:-08h30 Arg.Cave -09h00 St-Genis</p>	<p><u>Le 23/05/2022</u> N°Open. VCA-CL624 69km ▲437m Dép:-09h00 Arg.Cave</p>	<p><u>Le 26/05/2022</u> N°Open. VCA-CL812 89km ▲850m Dép: -09h00 St-Genis</p>	<p><u>Le 30/05/2022</u> N°Open. VCA-CL639 64km ▲131m Dép:-09h00 Arg.Cave</p>	
<p>Argelès, D618, piste cyclable, <u>St. Genis</u>, Brouilla, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, <u>Trouillas</u>, Fourques, direction Llauro, ↪ descente par Mas Llauro, Passa, Monastir, Villemolaque, St-Jean-Lasseille, Brouilla, St-Genis, Argelès</p>	<p>Argelès, <u>St-Cyprien</u>, Latour-Bas-Elne, Elne, Ortaffa, Brouilla, ↪ Mas Camomille, <u>Bages</u>, ↪ D40b St-Jean-Lasseille, Villemolaque, Trouillas, Fourques, ↪D2, ↪ <u>Passa</u>, Tresserre, Banyuls-Dels- Aspres, Brouilla, St-Genis, Argelès.</p>	<p><b>Journée...</b> <b>repas tiré du sac</b> St-Genis, Brouilla, St-Jean-Lasseille, Villemolaque, <u>Fourques</u>, Montauriol, ↪ Notre Dame Del coll, <u>Fourtou</u>, ↪D618 Boule d'Amont, <u>Bouleternère</u>, ↪ D16, ↪D615, Corbère-les- Cabanes, Thuir, R.P.Mac Do ↪D612, cyclable, Ponteilla, ↪ Trouillas, Villemolaque, St- Jean-Lasseille, Brouilla, St-Genis.</p>	<p>Argelès cave coopérative, R.P en face Av de le Retirada, ↪D81 St-Cyprien plage, <u>Canet</u>, piste cyclable le long de la D81, direction Le Bacarès, ↪ rives de l'Agly, <u>Le Bacarès</u>, retour même itinéraire</p>	

## Chroniques du VCA.

### Compte-rendu de la réunion du Conseil d'administration du VCA du 11 avril :

#### 1. **Projet de création d'un atelier associatif de maintenance des cycles.**

Anna et Camille ont présenté au CA leur projet de création d'un atelier de maintenance des vélos sur le mode de ce qui se fait déjà à Perpignan en cœur de ville, « [la casa bicicleta](#) ». L'outillage, des pièces détachées... et de l'assistance technique seront mis à disposition des cyclistes argelésiens qui doivent entretenir leur machine. Le projet vise d'une part à favoriser et à développer les modes de mobilité douce alternatifs à l'utilisation des véhicules automobiles thermiques et d'autre part à réinsérer dans le monde du travail des chômeurs longue durée, le projet étant en effet supporté par l'association 'Territoire Zéro Chomeur Longue Durée : (suivre le lien [tzclld.fr](#)). La SNCF mettrait un local à la disposition de l'association. Le CA a écouté avec beaucoup d'intérêt la présentation de ce projet associatif qui ne peut que servir les détenteurs de vélo et donc de permettre le développement du cyclisme. Le VCA étudiera la possibilité d'adhérer à l'association en tant que personne morale. Il s'engage aussi à soutenir l'initiative par la rédaction d'une lettre d'intérêt que les porteuses du projet pourront joindre à leur dossier.

#### 2. **Les effectifs du VCA au 11 avril.**

A ce jour, nous sommes 184 adhérentes et adhérents au VCA dont 143 licenciés FFCT et 41 membres qui nous font l'amitié d'accompagner le VCA. Nous sommes 33 de plus que l'année dernière à cette même date de la mi-avril. De part nos activités multiples, le VCA est une association très attractive.

#### 3. **Le voyage du VCA à Vogüé.**

Il y a 45 inscriptions au centre de vacances Lou Capitelle qui nous accueillera. 5 couples de camping-caristes les rejoindront ce qui porte à 55 le nombre de participants au séjour en Ardèche. Yvon évoque les activités en cours d'élaboration : les sorties vélo route et VTT, les randonnées pédestres ainsi que les différentes sorties en groupe (visite de la grotte Chauvet, descente de l'Ardèche en canoé-kayac...). Le VCA réunira tous les participants le lundi 13 juin, salle Cécile pour finaliser le déplacement.

A noter que 2 places sont encore disponibles pour compléter 2 chambres : une place dame et une place homme.

#### 4. **Les tenues vestimentaires.**

Les vêtements printemps-été ont été commandés et sont en cours de fabrication. Ils nous seront livrés mi-mai. Une distribution sera organisée dès réception. Chacun sera prévenu individuellement.

Une nouvelle séance d'essayage aura lieu fin juin, après le retour de Vogüé, avant la passation de la commande des articles hiver qui nous seront livrés en septembre.

*Petites annonces : notre ami Philippe Simplot vend un porte-vélo (à fixer sur le boue de traction de son véhicule). Descriptif et lien sur notre site [vca66.fr](#)*