

PROJETS SEJOURS 2011

Nous vous proposons pour l'année 2011, **2 types de séjours**. Des séjours courts (2 à 3 jours en week-end, voire pour certains en semaine) et des séjours longs (7 Jours). Comme nous sommes très prolifiques, nous avons préparé plusieurs projets dans chacune des catégories. Il est bien entendu que nous ne réaliserons pas tout, mais les démocrates que nous sommes retiendront ceux qui nous enthousiasment le plus. Pour que nous puissions déterminer quelles sont vos préférences, nous vous demandons de bien vouloir renseigner le petit questionnaire qui suit et de le transmettre (à Bruno Blanchard) par tous les moyens à votre convenance si possible **avant notre Assemblée Général du 24 Novembre**. Nous en débattons lors de l'AG.

Pour des raisons budgétaires, nous ne retiendrons que 2 circuits courts et 1 circuit long parmi ceux qui auront obtenu le plus de suffrages.

Pour faire valoir votre choix, mettez des notes en face de chacune des propositions dans les deux catégories. Pour évaluer chaque circuit proposé, reportez vous aux détails des séjours en annexe. Faites participer vos épouses ,époux ou autres.... ils sont concernés.

NOM :

PRENOM :

SEJOURS LONGS

Voir les détails en annexe 1

Êtes vous intéressés par les séjours longs :

OUI

NON

Classer les circuits selon vos préférence de 5 à 1 dans les cases correspondantes. **5** étant la note la plus élevée, elle correspond au projet que vous préférez.

Projet N° 1 : Italie Adriatique (septembre)

Projet N° 2 : Italie Toscane (septembre)

Projet N° 3 : Pays Basque (septembre)

Projet N° 4 : La Corse (fin mai/ début juin)

Projet N° 5 : Grand Sud (juin ou septembre)

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

Confirmation de participation avant le 31/12/2010

SEJOURS COURTS

Voir les détails en annexe 2

Êtes vous intéressés par les séjours courts :

OUI

NON

Classer les circuits selon vos préférence de 5 à 1 dans les cases correspondantes. **5** étant la note la plus élevée, elle correspond au projet que vous préférez.. Les sorties sont prévues sur 2 ou 3 jours, les tarifs en demi pension sont estimés à 55 € /jour/pers:

Projet N° 1 : Ardèche – Aven d’Orgnac
2eme quinzaine de mai

Projet N° 2 : Collobrières
2eme quinzaine de mai

Projet N° 3 : La Lure - Aubenas de Apts
2eme quinzaine de septembre

Projet N° 4 : Mont Dauphin - Guillestre
2eme quinzaine de septembre

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

ANNEXE 1 Séjours longs

Projet N°1 : Italie Adriatique

Séjour à Riccione à coté de Rimini, en bord de mer adriatique. C'est la patrie des cyclistes, en effet tout est orienté vélo dans ces « bike hôtels ». Voir le site www.riccionebikehotels.it. Des fiches circuits y sont proposés, des ateliers de réparation, des repas et casse croûte adaptés ...

L'inconvénient est la distance, environ 900km de Malaucène.... Je propose un voyage sur 2 jours

Jour 1 : Malaucène → Cunéo avec passage à Barcelonnette. Les accro prendraient leur vélo à Barcelonnette pour rejoindre Cunéo (92km) par le col de Larche (1996m). Nuit à Cunéo.

Jour 2 : Cunéo → Riccione En voiture et par une grande partie d'autoroute (490km)

Jour 3,4,5,6 circuits vélos

Jour 7 : liaison Riccione → La Spezia (340km) par autoroute, avec courte visite de Cinque Terre

Jour 8 : La Spezia → Malaucène via Gênes, Menton....(570km)

Coût estimé par personne /base 4 par voiture: environ **650€** pour bénéficier de tarifs hôtel corrects, il faut viser le hors saison (soit mai début juin, soit fin septembre début octobre)

Projet N° 2 : Italie Toscane

Séjour à Lucca (Lucque) entre Pise et Florence

Jour 1 : liaison Malaucène → Lucca soit environ 650km (autoroute d'Avignon Nord jusqu'à Lucca) Séjour inspiré de www.best-of-cycling.com/fr/_search/velo-toscane-guide-italie

Jour 2,3,4 : circuits au choix selon fiches du site

Jour 5 : repos visite de Florence....

Jour 6 et 7 : circuits au choix selon fiches du site

Jour 8 : retour à Malaucène

Coût estimé par personne / base 4 par voiture : environ **550€** pour bénéficier de tarifs hôtel corrects, il faut viser le hors saison (soit mai/ début juin, soit septembre)

Projet N° 3 : Pays Basque

Séjour à Saint Jean de Luz ou environ

Jour 1 : liaison Malaucène → saint Jean de Luz soit environ 700km (autoroute de Orange à saint Jean de Luz

Jour 2 : Ascain, col st Ignace, Sare, col de Lizarieta (frontière), Etxalar (esp), Bera Vera (esp) col d'Ibardin (frontière) saint Jean de Luz (75km) mise en jambe, cols faible altitude

Jour 3 : St Pée sur Nivelle, Espelette, Cambo, Bidarray, St Etienne de Baigorri, col d'Ispeguy (672m, frontière), Erratzu (esp), Col d'Otxondo (esp, 670m), Dancharia (frontière), Cherche Bruit, St pée, St Jean soit une distance de 125 km avec possibilité de boucle plus courte

Jour 4 : Hendaye par la corniche (frontière), Irun (esp) Fuenterrabia(esp), route en corniche vers San Sebastian, récupération N1 (esp) puis route vers Ergoien (esp), Ardituri(esp) Lesaka (esp) Bera Vera (esp) col d'Ibardin (frontière) St Jean soit une distance de 110km

Jour 5 : Ascain, St Pée, Ustaritz, Jatxou, Hasparen, Briscou, Mouguerre, Biarritz, Bidart, Guetarry, St Jean soit 80km

Jour 6 : Pour les plus courageux, liaison st Jean → Oloron Ste Marie (130km) en vélo, pour les autres liaison en voiture avec visite ex : la Rhune en petit train .. et plein de village dans l'arrière pays Basque

Jour 7 : circuit au choix : 1- Oloron, Mauléon, Tardets sorholus, vallée de la haute Soule, Ste Engrace, Pierre st Martin, Arette, Issor, Oloron (105km)

2- Oloron, Asp Arros, Issor, Lourdios Ichère, col d'Ichère, Escot, col de Marie Blanque (redoutable dans ses 4 derniers km), Bielle, Arudy, Oloron (80km)

Jour 8 : retour sur Malaucène

Coût estimé par personne / base 4 par voiture : environ **500€** en juin ou septembre

Projet N° 4 : La Corse

Jour 0 : départ en corse de Marseille ou Toulon en bateau / idéal : un petit utilitaire pour le convoyage vélos et une ou deux voitures max selon le nombre, cabines à 4.

Jour 1 : arrivée à Bastia vers 7h30, départ du port pour le tour du cap Corse, nuit à Saint Florent (110km ou 90 km)

Jour 2 : Saint Florent → Calvi par le désert des Agriates et une partie de la Balagne (Belgodère, San Antonino, Calenzana) 107km

Jour 3 : Calvi → Piana par le bord de mer, Porto et les calanches (93km)

Jour 4 : Piana → Corte par Porto, Evisa, Col du Vergio (1477m), lac de Calacuccia, gorge du Golo (99km)

Jour 5 : Corte → Solenzara, montée de Vivario, le col de Sorba (1250m), Ghisoni, Ghisonaccia (85km)

Jour 6 : Solenzara → Propriano, par le redoutable col de Bavella, Zonza, Quenza, Aullène, Coreto di Talano, Arbella, Propriano. Pour les nostalgiques, il faut passer par Fozzano, le col de Siu, passage devant le *gîte*, Propriano (100km ou 115km)

Jour 7 : Propriano → Ajaccio par bord de mer et divers variante (63 à 80km), arrivée dans l'après midi à Ajaccio, on se change, on met les vélos dans l'utilitaire, promenade et départ vers Marseille ou Toulon dans la soirée.

Ceci est une esquisse de logistique, il est certain que si ce parcours est choisi, il faudra plancher sur la forme définitive.

La meilleure période pour effectuer cette rando est fin Mai, début Juin. Les prix sont abordable, le maquis est en fleurs et il reste de la neige sur les sommets pour accentuer la beauté des paysages.

Pour ce circuit en particulier, il faut que tout soit verrouillé avant le 15 Janvier, noms des participants, voitures

....
Coût estimé par personne : 600€ ,bateaux, hôtels en demi-pension, + frais divers

Projet N° 5 : Grand Sud /2

Circuit itinérant, mini budget . Le circuit est présenté sous réserve de modification de ville étape lors de l'étude définitive (jour 4 et Jour 6)

Jour 1 : départ de Malaucène en vélo vers ST Etienne les Orgues, via Sault, Banon (95km)

Jour 2 : St Etienne les Orgues → Barcelonnette Via Sisteron, la Motte du Caire (120km)

Jour 3 : Barcelonnette → Saint Sauveur sur Tinée via col de la Cayolle, Valberg, col de la Couillole (108km)

Jour 4 : ST Sauveur → Grasse via le col st Martin, la vallée de la Vésubie, Vence (115km)

Jour 5 : Grasse → Collobrières via Bagnol en Forêt, Fréjus, Grimaud

Jour 6 : Collobrières → Aix en Provence, via notre dame des Anges, La Sainte Beume, la Sainte Victoire (130km)

Jour 7 : Aix → Malaucene, via Lourmarin, le Luberon, Murs (120km)

Coût estimé par personne : 400€ tout compris / Départ mi juin ou septembre

ANNEXE 2 Séjours courts

PROJET N°1

- **1^{er} jour** : départ Malaucène en vélo vers Orgnac l'Aven : 80 KM
Malaucène, le Baroux, Beaumes, Vacqueras, la Bégude, Camaret, Serignan, la Calle d'Uchaux
Mondragon, Pont St Esprit, St Paulet, St Julien, Laval, Orgnac
- **2^e jour** : départ d'Orgnac pour environ 80 KM,
Montclus, Verfeuil, Lusson, Rivières, St Victor, Bessas, Vagnas, Labastide, Orgnac
- **3^e jour** : départ d'Orgnac pour environ 80 KM,
Laval, St Martin, la corniche, Bidon, re corniche, St Remeze, Vallon, Vagnas, Barjac, Orgnac
- **4^e jour** : départ d'Orgnac : retour sur Malaucène en vélo pour les super motivés

PROJET N°2

- **1^{er} jour** : départ Malaucène en voiture
Collobrières, col des fourches, Gonfaron, ND des Anges, Pignans, la Tuillière, Vou de Maraval
Collobrières 70 Km
- **2^e jour** : départ de Collobrières pour environ 125 KM,
col de Taillude, Cogolin, Gassin, la Croix Vamer, col de Collebasse, Ramatuelle, port Grimaud
St Pont les mures, plan de la tour, col de Vignon, la Maure D48, D75, Gonfaron, col de Fourche,
Collobrières
- **3^e jour** : départ de Collobrières pour environ 110 KM,
ND des Anges, Gonfaron, Flassans, Pignons, la Tuillières, la Londe, Brégançon, Bormes,
col de Grateloup, col de Babaou, Collobrières
- **4^e jour** : départ de Collobrières : retour sur Malaucène en vélo pour les super motivés

PROJET N°3

- **1^{er} jour** : départ Malaucène en vélo vers Aubenas les Alpes : 95 KM
Malaucène, Caromb, Mazan, Malmort, Methamis, D5, D15, D140, D943, St Saturnin, Vioux,
Rustrel, D22, mont Oppedette, ND de Bellebue D14, Aubenas les Alpes
- **2^e jour** : départ d'Aubenas pour environ 70 KM,
Aubenas, Revest, D18, D950, St Etienne, Signal de Lure à 1826m descente sur Forcalquier
retour à Aubenas
- **3^e jour** : départ d'Aubenas pour environ 85 KM avec possibilité d'un arrêt aux Abeilles
Aubenas, Vachères, Banon, Revest du Bion, D18, col de Pigière, D546, col de Macuegne,
col de l'homme mort, Ferrassières, Sault, col des Abeille

PROJET N°4 Programme MONTDAUPHIN 2011

Voici tout d'abord la tarification de l'hébergement à MONTDAUPHIN.

A disposition appartements tout équipés pour la restauration si besoin (frigorifère, cuisinière, micro-onde, etc.).

Plusieurs types d'appartements sont possible, 1, 2, 3 voir 4 chambres, les prix diffèrent selon le nombre de chambres.

Pour un week-end (2 nuits) à quelques euros près voici les prix la tarification, celle-ci sera définitive courant février.

APT 1 chambre pour 2 nuits 71,70 € soit 18€ / Pers / Nuit

APT 2 chambres pour 2 nuits 94,70 € soit 12€ / Pers / Nuit

APT 3 chambres pour 2 nuits 120,30 € soit 10 € / Pers / Nuit

La tarification pour 4 chambres est pratiquement identique.

Il y a possibilité d'avoir la demi-pension avec un restaurant à 50 mètres de l'établissement tenu par un ancien coureur professionnel à ses dires-

Mr Bernard SIGUENZA qui courait dans la région dans les années 70/80 avec PICCA et les autres de cette époque.

Possibilité donc de repas au prix de 19€ et avec le petit déjeuner 25€ ; a rajouter a cela selon le choix le prix de la nuitée.

A noter que nous pouvons disposer de parking auto et de local pour les vélos ;

Il y a également une aire de jeux pour les enfants.

Pour se rendre a MONTDAUPHIN ,je préconise d'enfourcher les vélos du coté de SELONNET (04) et ce pour éviter de prendre des grands axes routiers,et de faire en commun une petite partie de circuit,en passant par le col St JEAN (D 900) pour aller ensemble a 2 kms avant LAUZET – UBAYE.

Nous pourrons alors nous séparer en 2 groupes ;

- ceux qui veulent rejoindre MONTDAUPHIN par un circuit dirons nous logiquement assez facile avec l'itinéraire suivant :

Prendre la D 954 jusqu'à SABINE par les demoiselles coiffées.

A SABINE prendre la N 94 juste avant EMBRUN , pour aller a droite à BARATIER, et par la D 994 aller à ST CLEMENT /DURANCE .

De ST CLEMENT prendre soit MONTDAUPHIN GARE par la N 94 ,ou alors passer de l'autre coté de la DURANCE ,pour éviter la circulation et prendre la D 38 jusqu'à MONTDAUPHIN GARE et ensuite MONTDAUPHIN distant de 4 à 5 kms par un bon dénivelé pour finir.

Ce circuit doit faire environ 70 kms.

- ceux qui préféreront la difficulté (j'espère qu'il y en aura), de la fin de la partie commune à LAUZET –UBAYE ,aller à JAUSIERS ,puis col de VARS et ensuite redescendre sur GUILLESTRE POUR ALLER à MONTDAUPHIN GARE pour ensuite aller à MONTDAUPHIN par une belle petite cote a la fin.

Ce circuit doit faire environ 100 kms.

Proposition de sortie pour une journée

Circuit avec dénivelé moyen semble-t-il.

Au départ de BRIANCON (33kms de MONDAUPHIN)

MONTGENEVRE-CESANA TORINET-OULX-BARDONECCHIA-col de l'échelle - NEVACHE – et retour à BRIANCON par la vallée de la clarée (faux plat avantageux) . Environ 80 kms .

Avec aussi possibilité pour certains de partir de MONTDAUPHIN et même d'y revenir .

Pour ceux qui veulent un circuit plus pointu ,soit ;

MONTDAUPHIN-GUILLESTRE-Vallée du Guil –IZOARD (par ARVIEUX) -BRIANCON ET RETOUR par ARGENTIERES – ST CREPIN (grand axe routier)

Soit alors pour les insatisfaits de BRIANCON ,aller à CHANTEMERLLE,et monter en haut du col du GRANON(2455m) soit 90Kms environ.

Soi aussi encore le même jour avec le circuit italien ,faire route commune après BRIANCON –

MONTGNEVRE –OULX-BARDONNECHIA –Col de l'échelle(soit 122 kms si arrêt a NEVACHE).

ET POUR LE RETOUR ,soit prendre les vélos au départ de ROSANS –VERCLAUSE-LE CHAMBON-SOUBEYRAND- –LE BUIS –MALAUCENE – environ 80 kms

Soit LACHAU-SEDERON-LA ROCHETTE-LE BUIS – MALAUCENE 80 kms

Soit ORPIERRE –LABOREL-LE PERTY-MONTGUERS et retour 80 kms

Il y a dans ces 3 cas possibilité de prendre les vélos avant pour allonger le kilométrage pour ceux qui auraient encore faim de Kms.

—