



FEUILLE DE ROUTE de la RANDONNEE CYCLO Gael Adolescent Espoir Leucémie

Limousis– Vendredi 1^{er} Mai 2015

Avec le soutien du CODEP cyclotourisme

et des clubs cyclos d'Azille , Castelnau-d'Aude , Caunes , La Redorte , Rieux-Minervois , et Pennautier .



Tel Urgences :

SAMU.....15
Pompiers.....18
Gendarmerie.....17

DESCRIPTIF

► GRANDE BOUCLE en ROUGE – 71 Km

◦ Dénivelé positif : 1400m

Limousis – Marmorières – Villeneuve-Minervois – Caunes-Minervois – Citou – Lespinassière (Ravitaillement) – Car D620/ D9 (à gauche D9) – Col de la Croix de Sous (893 m) – Castans (Escandelle- Lafargue- Laviale- Raissac-Bourdials) – Car D9/D112 (à droite D112) – Pradelles-Cabardès – Car D112/D9 (à gauche D9) – Labastide-Esparbeirenque – Roquefère – Car D9/D101 (à gauche D101) – Les Illes – Lastours – Car D101/ D111 (à gauche D111) – Car D111/ D511 (à gauche D511) – Limousis.

► PETITE BOUCLE en BLEU – 63 Km

◦ Dénivelé positif : 1130m

Limousis – Marmorières – Villeneuve-Minervois – Caunes-Minervois – Citou – Lespinassière (Ravitaillement) – Car D620/ D9 (à gauche D9) – Col de la Croix de Sous (893 m) – Castans (Escandelle- Lafargue- Laviale- Raissac- Bourdials) – Car D9/D112 (à gauche D112) – Villeneuve-Minervois – Car D111/ D511 (à droite D511) – Limousis.

Tel logistique :

06.28.37.56.90.
06.86.83.69.43.

- Randonnée vélo à caractère touristique sans temps ni classement, ouverte à tous.
- Port du casque vivement conseillé ; obligatoire pour les moins de 18 ans.
- Respecter le code de la route et l'environnement.