

## MOIS DE MAI 2019 WE et FERIE- CIRCUITS MOYENS

(CM\_DIM\_Mai)

DEPART A **08 H 00** de l'esplanade façade nord de la Frébaudière le dimanche et le jour férié pour les groupes **1, 2 et 3**.

(départ à 13 heures 30 le samedi pour ceux qui ne peuvent pas rouler le dimanche matin ou en cas de mauvais temps prévu le dimanche).

### **MERCREDI 01**

Le même que le lendemain jeudi 02 mai. Voir PDF des jeudis moyens de mai.

\*\*\*\*\*

### **DIMANCHE 05 Circuit moyen : 96 km [CCO 692](#)**

Carte et téléchargement accessibles avec CTRL + Clic

**Attention : départ à 7 h 50 pour pouvoir prendre le bac de 8 h 30.**

**LA FREBAUDIÈRE** – D42 – les Anges à gauche – inter D26 les Croix à gauche – Sautron – D26 – Couëron (bacs à 10' 30' et 50') – le Pellerin inter D58 à droite – Canal de la Martinière – à gauche vers le Migron – Frossay – D6 – inter D723 tout droit – D6 – inter D58 tout droit pendant 900 m puis à gauche – inter aux Landes Fleuries à droite puis à gauche – inter 206 tout droit – D67 – inter au Pas de la Haie à gauche – passer sur la D751 - inter D723 à Cheméré à gauche et aussitôt à droite sur la D61 – St-Hilaire de Chaléons, tout droit – *entrée de Ste-Pazanne à gauche sur la D758 puis près la voie ferrée à droite à angle aigu sur la D61* pendant 2000 m et à gauche à la Guinanderie – au Y à la Trulière à droite - St-Mars du Coutais à droite – D264 – Bouaye – D11 – Brains – sur la D723 à gauche piste cyclable – Indret le bac (à 05' 20' 35 et 50') – D75 – le Croisy – **ORVAULT**. *Dénivelé : 527 m. OR : 9778963*

\*\*\*\*\*

### **MERCREDI 08**

Le même que le lendemain jeudi 09 mai. Voir PDF des jeudis moyens de mai.

\*\*\*\*\*

### **DIMANCHE 12 CIRCUIT MOYEN : 95.5 km [CCO 694](#)**

**LA FREBAUDIÈRE** - D42 - la Paquelais -D42 - Notre Dame des Landes - D42 - inter D16 tout droit D42 - N171 - Blain - D15 – RP de la Belle Etoile – D15 – inter D2 à Trélan tout droit – après le château de Grenot à droite – le Verger – Genouvry à droite – après l'Eglise à gauche – D125 - inter D42 à droite – Dastres – D42 – RP de la Belle Étoile tout droit – inter D164 tout droit – la Hubiais à droite et à gauche D 81 – Bougarre à gauche – RP N71 tout droit – Fay de Bretagne – D81 – la Mordelais à droite – à gauche la Guillardais - le Chêne des Perrières - la Boistière - au T à gauche - Vigneux – Bel Air à gauche – inter D42 à droite – D42 – **ORVAULT**. *Dénivelé : 668 m. OR : 9778651.*

\*\*\*\*\*

### **DIMANCHE 19 Circuit moyen : 92 km [CCO 161](#)**

**LA FREBAUDIÈRE** – D42 - le Bois Macé à gauche – la Thébaudière – la Fourchaisière -la Gaudinière - inter D81 à droite - Vigneux à droite au cimetière - la Boistière - la Boucarderie - inter D15 la Gazette à gauche et à droite le long N165 - au + Yves Nicolasic tout droit - la Maison Rouge à gauche - Malville inter D90 à gauche et à droite - le Point du Jour à droite - lacs de Mabilles - Savenay - inter D17 à gauche et à droite – passage derrière la gare inter D3 tout droit - D771 - Beau Soleil - Villeneuve - inter D100 tout droit sur 1600 m et à droite sous N171 - Sem à droite – la Gourhandais – à droite – au T D100 à gauche – le Rocher – D100 - Campbon à gauche D100 – entrée de Quilly à droite – D43 – Au T D3 à droite et 1<sup>ère</sup> à gauche – au RP N171 tout droit – D43 - Malville - D90 vers Bouée et à gauche le long N165 - ZA La Croix Rouge - le Temple - D49 - Vigneux -D81 et à gauche - au rond point à droite - la Jamétrie - la Chouamétrie à gauche - inter D42 à droite – **ORVAULT**. *Dénivelé : 534 m. OR : 5871192.*

\*\*\*\*\*

**SECURITE** : Port du casque, respect du code de la route, éclairage du vélo et port du gilet fluo par faible visibilité sont obligatoires. Maximum légal par groupe : **20** et maximum fortement conseillé : **15**. Scinder en 2 sous-groupes séparés d'au moins 200 mètres dès le départ.

**DIMANCHE 26 Circuit moyen : 96 km CCO 696**

**LA FREBAUDIÈRE** –D75 – la Chapelle sur Erdre – D69 – Sucé sur Erdre – vers Carquefou – après le pont à gauche – à gauche le Chêne Creux – inter D178 la Noë tout droit – D89 – la Farinière à gauche – la Valinière – au T D31 à la Bérangerie à droite – St Mars du Désert à gauche D9 – Ligné à droite D23 – en bas de Couffé à droite - D23 – inter D723 tout droit – D23 – St-Géréon – traverser la Loire à Ancenis – D763 – après le pont au Fourneau à droite – la Basse Pierre – au T D751 à droite – Orée d’Anjou (Champtoceaux) - D751 – la Varenne – inter D31 au pont de Mauves, tout droit – Inter D37 à droite – les Ponts de Thouaré – Thouaré inter D68 tout droit - inter D723 vers Carquefou – au RP à gauche sur 800 m puis à droite – au RP (stade du Moulin Boisseau) à gauche – la Mainguais – au RP à droite vers Ste Luce (stade, golf) – Centre pénitentiaire – la Beaujoire – piste cyclable – les Basses Landes – Ragon à gauche D75 – **ORVAULT** *Dénivelé : 723 m. OR : 9778534.*

\*\*\*\*\*

**JEUDI 30 Circuit moyen : 96 km CCO 029**

**LA FREBAUDIÈRE** -- La Chapelle - Sucé - D 69 – Nort sur Erdre - D 69 - Franchaud - à droite D 33 – Joué sur Erdre - inter D 178 à gauche - inter D 33 à droite - entrée de Riaillé à droite D 26 vers Trans sur Erdre - St Louis - inter D 38 à gauche - Mouzeil - à gauche à l’église D 24 - aussitôt C 302 à droite - inter D 164 tout droit - Le Pas Richeux - Ligné - D 9 - St Mars du Désert - à droite D 31 - à gauche - La Valinière - D 89 à droite - La Noë - inter D 178 tout droit - Sucé - D 69 vers La Chapelle sur 3 km puis à droite - Mouline - inter D 39 à gauche - à droite - Le Saz - à droite La Noë Violain -Le Télégraphe inter D 537 tout droit - Le Raffuneau – **ORVAULT.** *Dénivelé : 750 m. OR : 4596443*

\*\*\*\*\*