



ASLC CYCLO - PARCOURS

AVRIL 2023

Rendez-vous **A LA MAIRIE**

	N°	Parcours	Distance	Nbr de fois	Temps moyen	Nbr de cotes	Derniere Date
Dimanche 2 Avril 2023 Départ 8 H 30	338	N° OPENRUNNER: 16036743 // cliquer ici <i>RECONNAISSANCE du 80 de la RANDO</i> 80 rando 2023 - Cierrey - La Haie Bouvet - Le Val David - Le Cormier - Boisset Station - Le Plessis Hebert - La Noe du Bois - Traverser D71 - Fains - Gadencourt - Chambines - Hécourt - Saint Chéron - Villiers en Désœuvre - Ritoire - Le Poirier - Guainville - La Chaussée d'Ivry - Les Gatines Rouges - Les Gatines - Rouvres - Anet - Saussay - Ezy - L'Habit - Mouettes - 63 kms - (RAVITO ?) - Mousseaux Neuville - Foucrainville - Fresney - St Germain Fresney - Garencières - Saint Luc - La Trinité - Cierrey,	82			6 Denivelé 730m	
	338 2	ou VARIANTE N° OPENRUNNER: 16037579 // cliquer ici <i>RECONNAISSANCE du 50 de la RANDO</i> 50 rando 2023 - Cierrey - La Haie Bouvet - Le Val David - Le Cormier - Boisset Station - Le Plessis Hebert - La Noe du Bois - Gadencourt - Merey - Neuilly - Garennes - Villeneuve - Boussey - La Couture Boussey - Mouettes - 35 kms (RAVITO ?) - Mousseaux Neuville - Foucrainville - Fresney - St Germain Fresney - Garencières - Saint Luc - La Trinité - Cierrey,	54			2 Denivelé 413m	
Dimanche Pâques 9 Avril 2023 Départ 8 H 30	219	N° OPENRUNNER: 2869765 // cliquer ici Cierrey - Le Breuil - Gauciel - Sassey - Le Boulay Morin - Les Planches - Acquigny - Louviers - D313 direction Elbeuf Au rond point à Gauche - Montaire - La Haye Malherbe - Surtauville - Criquebeuf la Campagne - Cesseville - Saint Aubin d'Escroville - Quittebeuf - Bacquepuis- Sacquenville - Le Mesnil Fuguet - Garambouville - C3 - EVREUX rte de Vernon - Le Coudray - Saint Aubin - CIERREY	81	8	3:30	2 denivelé 478m	21-avr-19
Lundi 10 Avril 2022 Départ 9 H 00	156 3	N° OPENRUNNER: 3533059 // cliquer ici Cierrey - Miserey - Jouy (par la rte Dep) direction Cocherel - avant Cocherel prendre à gauche Les trois étangs - Fontaine sous jouy (direction Chambray puis à gauche) - L'Aunaie (à droite) - Autheuil (à gauche et aussitôt à droite) - Ecardenville (à gauche) - les buissonnets - Crevecoeur direction la croix st leuffroy - à gauche avant La croix - Cailly - Fontaine Heudebourg - Heudreville - La Londe - Cailly - Vers Crevecoeur - cote de Reuilly (Le Boshion) - Sassey - Gauciel - Cierrey -	47		2:30	1 Denivelé 227m	

Dimanche 16 Avril 2023 Départ 8 H 30	255	N° OPENRUNNER: 1760442 // cliquer ici Cierrey - Le Breuil - Gauciel - Sassey - Le boulay Morin - D155 - D 112 Emalleville - C6 - St Germain des Angles - D52 - Tourneville - Autrebosc - Le Mesnil Fuguet - St Martin La Campagne - Pithienville - D 60 - Claville - D113 - Tournedos Bois Hubert - Bois Normand - Ormes - Portes - Faverolles la Campagne - D614 - Louversey - D32 - D61 - Le Coudray - La Bretonniere - La Bonneville - D74 - Les Baux Saint Croix - Garel - Les Ervolus - Berou - Guichainville - Cracouville - St Aubin - Cierrey -	82	7	3:30	2 denivellé 520m	14-avr-19
MERCREDI 19 Avril 2023 RDV 8h15 Départ 8h30	337	N° OPENRUNNER: 15989165 // cliquer ici 150 CLUB - Chacun amène son repas (casse croute) - sera stocké dans la voiture suiveuse - lieu de la pause repas à déterminer Pour l'intendance: inscrivez vous (forum de préférence) auprès de Jacky avant le: 16 avril Voiture suiveuse: Recherchons un bénévole Cierrey - St Aubin - Le Coudray - dechetterie St Laurent - Angerville - Zone industriel - chemin Potier - Arnieres sur Iton - Route de Conches - La Bonneville sur Iton - Glisolles - St Elier - Louversey - Les Authieux - Barc - Beaumont Le Roger - Ajou (La Ferrière sur Risle) - La Barre en Ouche - La Haye Saint Sylvestre - Mesnil Rousset - Glos La Ferrière - Vers Rugles - Ambenay - Les Baux de Breteuil - Guernanville - 111 kms - Les Mares - Nogent Le Sec - Orvaux - Vilallet - La Bochelle - Grohan - Avrilly - Cisse - Prey - Saint Luc - La Trinité - Saint Anne - Cierrey	151			5 Denivelé 886m	

Dimanche 23 Avril 2023		N° OPENRUNNER: 1918651 // cliquer ici Cierrey - La Trinité - St Luc (à droite) - Prey - Bérou - Cisse - Le Plessis Grohan - Avrilly - vers Corneuil - 2ème à gauche - Thomer la sogne - Le Faily - Bailleul - Chavigny Baileul - Coudres - Champigny la Futelaye - Bois le Roi - L'habit - La Houssaye de Mouettes - La couture Boussey - Ivry - La Chaussée d'Ivry - à gauche - Bueil - Breuilpont - Hecourt - Chambines - Gadencourt - St Aquilin de Pacy - Croisy - Vaux - Boncourt - Miserey - Cierrey	81	9	3:30	2 dénivelé 472m	21-juil-19
Samedi 29 Avril 2023 RDV 7h30 Départ 7h45	131	N° OPENRUNNER: 16035841 // cliquer ici 200 CLUB Afin de reserver le restaurant :xxxxxxxxxxxxxx inscrivez vous (forum de préférence) auprès de Jacky avant le: 25 avril Voiture suiveuse: Recherchons un bénévole Cierrey - Gauciel - Sasse - Le Boulay-Morin - Aquigny au feux à gauche - le Mesnil-Jourdain - Surville - la Haie-Malherbe - Vraiville - St Didier des Bois - St Germain de Pasquier - vers St Armand des Hautes Terres - le Thuit Signol (52 kms) - Bosnormand - D38 - D124 - Boisse le Chatel - Monfort sur Risle - St Philbert sur Risle - St Christophe sur Condé - St Etienne de l'Allier - la Noe Poulain - Epaignes (95 kms) - Corneilles (102 kms) RESTAURANT Brasserie du Haras, 25 rue Paul Mare - 102 kms - St Pierre de Corneilles - 105 kms - Thiberville (116 kms) - Bernay -(route parallèle à la D 133) - Fontaine l'Abbé - Serquigny - Beaumont le Roger - Grosley sur Risle (150 kms) - Romilly la Puthenaye - Collandres Quincarnon - St Elie - Glisolles -Gaudreville la Rivière - La Trigale - Avrilly - Cisse - Prey - St Luc - La Trinité - Cierrey	200			7 Denivelé 1143m	
Dimanche 30 Avril 2023	255 E	N° OPENRUNNER: 5948164 // cliquer ici Cierrey - St Aubin - Cracouville - Guichainville - Berou - Les Ervolus - Garel - Les Baux Sainte Croix - D74 - La Bonneville - La Bretonniere - Le Coudray - D61 - D32 - Louversey - D614 - Faverolles la campagne - Portes - Ormes - Bois Normand - Tournedos Bois Hubert - D113 - Claville - D60 - Pithienville - St Martin la Campagne - Le Mesnil Fuguet - Autrebosc - Tourneville - D52 - St Germain des Angles - Emalleville - D112 - D155 - Le Boulay Morin - Sasse - Gauciel - Le Breuil - Cierrey	82	3	3:30	2 denivelé 513m	15-mai-22