

[club.cheminotsdmans@hotmail.fr](mailto:club.cheminotsdmans@hotmail.fr)  
<http://cscmcyclotourisme.ffct.org/#>  
<http://cyclocscm.forumactif.org/>

Départ place R. ADELET (Cinéma Le Royal).8h  
Sauf le premier dimanche du mois qui a lieu Passerelle quai L. Blanc

Prochaine réunion mensuelle : Lundi **1 Septembre 2025 20 H 30** Salle Jean Haissant

## INFORMATIONS

### Le 31 Aout 2025 Journée loisirs du club

Cette journée loisirs aura lieu sur le terrain des Cheminots auprès de la salle Kiwi.

Rendez-vous 11 h 30 pour l'apéro.

Apporter pique-nique, chaise, table et jeux. L'apéritif sera offert par le club.

Les personnes intéressées pour participer à cette journée doivent s'inscrire :  
auprès de Geneviève Legal (Tel 02 43 47 13 87) ou de Jean Louis Pottier (Tel 02 43 21 27 69).

La date limite des inscriptions est fixée au 24 Août.

### Randonnées pédestres

Elles sont toujours proposées chaque jeudi et dimanche dans les conditions habituelles.

Se renseigner à la précédente sortie ou auprès des organisateurs.

\* Geneviève Legal Tél : 06 42 57 05 97~ [jean\\_legal@orange.fr](mailto:jean_legal@orange.fr)

\* Jean Louis Pottier Tél : 06 66 76 15 24~ [pottierjl@free.fr](mailto:pottierjl@free.fr)

### Rappel

Le club propose aux licenciés et aux adhérents du club de se retrouver tous les 3ème vendredi de chaque mois dans la salle Jean Haissant (salle journée loisirs), stade SNCF.

La salle sera ouverte à partir de 14 heures jusqu'à 17 heures.

Nous pourrons échanger notre savoir-faire (couture, tricot, broderie, jeux (ext. ext...)) Eventuellement quelques cours d'informatique.

Apporter son matériel, ses jeux ou son micro. Prévoir son goûter et sa boisson chaude ou froide.

Pour plus d'informations, contacter : Geneviève 06 42 57 05 97 ou Jean-Louis 06 66 76 15 24

### Sécurité

\* Le port d'un gilet rétro-réfléchissant certifié est obligatoire pour tout cycliste circulant hors agglomération, la nuit, ou lorsque la visibilité est insuffisante (il n'est pas difficile de glisser celui-ci dans la poche du maillot en cas de doute).

\* En groupe, lorsque vous doublez un autre groupe de cyclos plus lent, mettez-vous en file indienne et écartez-vous afin de ne pas provoquer de chute.

## ~ ~ ~ PARCOURS ~ ~ ~

Dimanche 3 Aout - 519 - NJ

**56 km** – Edp : ([230892](#)) - (402 m) - **LE MANS** - Passerelle quai L. Blanc - **COULAINES** - "la Closerie" - **SARGE** - D265→ **NEUVILLE** - après la Sarthe, à D. - Ste **JAMMES** - St **JEAN** d'A. - à D. pour C6 dir. Assé le R. - "au Ballet" à D. D114→ St **MARCEAU** - D204→ **TEILLE** - MONTBIZOT - **LA GUIERCHE** - D47 et VO **NEUVILLE** - à G. et à D. pour revenir D47 - **COULAINES** - **LE MANS**

**76 km** - Edp : ([230894](#)) - (540 m) - **LE MANS** - . Passerelle quai L. Blanc - **COULAINES** - "la Closerie" - **SARGE** - D265→ **NEUVILLE** - après la Sarthe, à D. - Ste **JAMMES** - St **JEAN d'A.** - à D. pour C6 **ASSE le R.** - à la sortie, à G. D162 dir Segrie et 2<sup>ème</sup> VO à D. (1,5 km - au Pt Gué) - suivre dir. St Christophe et dès que possible, dir. Fresnay - à la sortie, à D. - **BEAUMONT** - aux feux, à G. D26→ **VIVOIN** - **MARESCHE** - D55, D6 et D47→ **MONTBIZOT** - **LA GUIERCHE** - D47 et VO **NEUVILLE** - à G. et à D. pour revenir sur D47 - **COULAINES** - **LE MANS**

**96 km** - Edp : ([230895](#)) - (651 m) - **LE MANS** - . Passerelle quai L. Blanc - **COULAINES** - "La Closerie" - **SARGE** - D265 - **NEUVILLE** - après la Sarthe, VO à D. - Ste **JAMMES** - St **JEAN d'A.** - à D. pour C6 - **ASSE le R.** - à la sortie, à G. D162 dir Segrie et 2<sup>ème</sup> VO à D. (au Pt Gué - 1.5 km) - suivre dir. St Christophe et dès que possible, dir. Fresnay - Le **GUE LIAN** - **FRESNAY** - au centre, à D. D15 dir Assé le B. - 50 m après pan. de sortie, à D. D111 - **St VICTEUR** - St **OUEN** - à l'église, D106<sup>B</sup> dir. St Germain - trav D110 et à D. C7- **PIACE** - à D. et à la sortie, G. D115 dir. Doucelles - **CONGE les G.** - à D. C5 - **VIVOIN** - **MARESCHE** - D55, D6 et D47 - **MONTBIZOT** - **LA GUIERCHE** - D47 et VO **NEUVILLE** - à G. et à D. pour revenir D47 - **COULAINES** - **LE MANS**

**110 km** - Edp : ([230897](#)) - (825 m)

Dimanche 10 Aout - 523 - NO

**54 km** - Edp : ([230899](#)) - (460 m) - - **LE MANS** - "la Briqueterie" - **ROUILLON** - rej. D246 pour "Lycée Agricole" et dir Trangé - **MAISONS R.** - à la D357, à G. et à D. D28 - **LA QUINTE** -D 199 **CURES** -D Dir cimetièrè - **DOMFRONT** -D46 **LAVARDIN** - **LA CHAPELLE** - **LE MANS**

**75 km** - Edp : ([230901](#)) - (650 m) - **LE MANS** - "la Briqueterie" - **ROUILLON** - rej. D246 pour "Lycée Agricole" et dir Trangé - **MAISONS R.** - à la D357, à G. et à D. D28 - **LA QUINTE** - **CURES** - **TENNIE** -**D45** et à droite à la croix - **D87 CRISSE** - **NEUVILLALAIS** - D21 **CONLIE** - D38 - **DOMFRONT** -D46 - **LAVARDIN** - **LA CHAPELLE** - **LE MANS**

**96 km** - Edp : ([230904](#)) - (920 m) - - **LE MANS** - "la Briqueterie" - **ROUILLON** - rej. D246 pour "Lycée Agricole" et dir Trangé- **MAISONS R.** - **TRANGE** - **DEGRES** - **LAVARDIN** - **CURES** - **TENNIE** - **ROUEZ** - **CRISSE** - **PEZE LE ROBERT** - D173 tout droit rejoindre D120 – **MEZIERE** - **LA CHAPELLE ST FRAY** - **LA MILESSÉ** - **LA CHAPELLE** - **LE MANS**

**104 km** - Edp : ([230906](#)) - (1045 m)

Vendredi 15 Aout -565 - E

**56 km** - Edp : ([230907](#)) - (280 m) - **LE MANS** - **RUAUDIN** - D142 dir Brette et + 2,9 km, à D. D283 dir St Mars - après le pont de l'autor, VO à G - **BRETTE** - au Rd Pt d'entrée, à G. D142 dir Ruaudin et 1<sup>ère</sup> à D. "Déchèterie" - **PARIGNE** - rej D142 dir Ardenay - au Rd Pt (6,2 km) à G. D52b - **MONTFORT** - la gare pour D119 - **St MARS** - VO - **CHAMPAGNE** - "les Aulnays" - **CHANGE** - **LE MANS**

**80 km** - Edp : ([230909](#)) - (510 m) - **LMS** - **RUAUDIN** - **PARIGNE** - **CHALLES** - **SURFONDS** - à D. C401 "BOULOIRE" - à G. D34 -**THORIGNE** - D302 dir. Dollon et + 1 km, à G. D52 dir. le Luart - après le pont, à G. VO Dolmen" - **CONNERRE** - **MONTFORT** - rej. La gare pour D119 - **St MARS** - VO - **CHAMPAGNE** - "les Aulnays" - **CHANGE**- **LE MANS**

**100km** – Edp : ([230910](#)) - (650 m) - **LE MANS** - **RUAUDIN** - **PARIGNE** - **CHALLES** - **VOLNAY** - **St MARS** du **L.** - **MAISONCELLES** - après l'église, à G. C6 - **COUDRECIEUX** - après l'église, à G. - **SEMUR** - à G. - **LAVARE** - à G. et à D. D98 dir St Maixent - + 2,6 km, à G. C2- **BOUER** - à G. et à D. C6 - **SCEAUX** - à D. et à G. D85 dir. Boëssé et après le pont, à G. D275 dir Tuffé - **BEILLE** - **MONTFORT** - rej. La gare pour D119 - **St MARS** - VO - **CHAMPAGNE** - "les Aulnays" - **CHANGE**- **LE MANS**

Dimanche 17 Aout - 570 - S

**58 km** - Edp : ([230911](#)) - (326 m) - **Le MANS** – circuit et D92 – **ARNAGE** – Chemin aux bœufs – **GUECELARD** – vers Montertreau et à la "croix " . à G. - **YVRE le P** – à G. D78b dir Pontvallain - à "Belle Croix" D77 – **St BIEZ** - **ECOMMOY** – rej D32 – **St MARS** – D140 – **TELOCHE** – **MULSANNE** – Circuit – **Le MANS**

**79 km** - Edp : ([230912](#)) - (450 m) - **Le MANS** – circuit et D92 – **ARNAGE** – Chemin aux bœufs – **GUECELARD** – vers Montertreau et à la "croix", à G... **YVRE le P** – à G. D78b dir Pontvallain et à D- **REQUEIL** - D77 – **MANSIGNE** – au centre, à G. D13 – conserver dir Pontvallain et à D, du cimetièrè, ‘rte de Chevigné’ – à la sortie, à G. - **PONTVALLAIN** – à la D307, à D. et à G. D78 Dir Sarcé – avant Sarcé, à G, V7 - **MAYET** - D30 – **ECOMMOY** – rej D32 – **St MARS** – D140 – **TELOCHE** – **MULSANNE** – Circuit – **Le MANS**

**100 km** - Edp : ([230913](#)) - (600 m). **Le MANS** – circuit et D92 – **ARNAGE** – Chemin aux bœufs – **GUECELARD** – vers Montertreau et à ‘la croix ‘, à G. - **YVRE le P** – **REQUEIL** – **MANSIGNE** – au centre, à G. (Pan 3,5t) ) – à la sortie, à D , ‘rte du Lude’ – au Rd Pt d’entrée du Lude, à G. D305 et + 1 km, à D. C11 dir la Chapelle – à la fourchette, à G. D188 dir Aubigné – trav D305 et à D. D76 – **AUBIGNE** - rej la sortie pour D78 et D78b – **MAYET** – D30 – **ECOMMOY** – rej D32 – **St MARS** – D140 – **TELOCHE** – **MULSANNE** – Circuit – **Le MANS**

Dimanche 24 Aout - 521 - O

**53 km** – Edp : ([230914](#)) - (290 m) - **LE MANS** - "Cx Georgette" - D309 - **St GEORGES** - **ETIVAL** - rej centre et Rte "du Creux" - à la (D212), en face - trav (D233) pour "Vieux bourg de Louplande". - à la sortie, à G. vers Chemiré et avant la descente. à G. Rte de "l'Aunay" - **la SUZE** - D51→ **ROEZE** - D51- **FILLE** - SPAY - à l'entrée, à G. - "Spécificzoo" - trav D212 dir Allonnes - à la sortie, à G - après le pont, à G. et à la sortie, à D. - **ALLONNES** - **LE MANS**

**81 km** – Edp : ([230915](#)) - (730 m) - **LE MANS** - "Cx Georgette" - D309 → - **St GEORGES** - **SOULIGNE** - **VALLON** - D31→ **LOUE** - vers le centre, à D. D101 dir Chemiré - après pont autor. En face D93b.- **CHEMIRE** - à l'entrée, à D. C8→ **EPINEUX le C.** - **LONGNES** - à D.- **AUVERS / M.** - **CRANNES** - **FAY- PRUILLE** - "la Cx Georgette" - **LE MANS**

**98 Km** - Edp : ([230917](#)) - (960 m) - **LE MANS** - "Cx Georgette" - D309→ **St GEORGES** - **SOULIGNE** - **VALLON / G.** - à D. D31 **LOUE** - **MAREIL -BRULON** - à D. D35 **VIRE en C.** - à l'entrée, à D. D107- **St DENIS d'O.** - à la D307, à D. - trav les feux et à G. **CHEMIRE en C.** - C6→ **EPINEUX le C.** - D101 - **LONGNES** - à D. - **AUVERS / M.** - **CRANNES** - **FAY - PRUILLE** - Cx Georg." - **LE MANS**

**110 km** - ([230917](#)) – (1120)

Dimanche 31 Aout - 555 – SE

**52 km** - Edp : ([230919](#)) - (360 m) - **LE MANS** - VO les "Épinettes" - à D. sur (D92) - **RUAUDIN** - D142 - **BRETTE** - **St MARS d'O.** - D32 dir. le Gd Lucé et + 5 km "au Tertre», à G. - **PARIGNE** - "les Guettes"- **CHANGE- LE MANS**

**78 km** - Edp : ([230920](#)) - (560 m) - **LE MANS** - dir. Ruaudin et aux "Épinettes" à G. et à D. - à D. sur (D92) - **RUAUDIN** - D142 et + 2.5 km, à D. D283 □ **St MARS d'O.** - **Le Gd LUCE** - **VILLAINES / L.** - **TRESSON** - à G - **MAISONCELLES** - **St MARS** du L. - **VOLNAY** - **CHALLES** - "les Guettes"- **CHANGE** - **LE MANS**

**102 km** - Edp : ([230922](#)) - (910 m) - **LE MANS** - dir. Ruaudin et aux "Épinettes"- à G. et à D. - à D. sur (D92) - **RUAUDIN** - D142 et + 2.5 km, à D. D283 - **St MARS d'O.** - D32 dir. le Gd Lucé et + 4 km, à D. **PRUILLE** - **St VINCENT** du L. - **St PIERRE** du L. - cont. D304 et + 1 km, VO à D. "la Fontaine Marie" - 1 km avant Chahaigine, à G. D64<sup>b</sup> - **LHOMME** - trav. D304 pour D231 dir Courdemanche + 200 m, à la fourche, à D.- à la sortie, à G et en face - **COURDEMANCHE** - à l'église, à D. D63 - **St GEORGES** de la C. - à G. D66 - **MONTREUIL Le H.** - D66 - et D33 - **VOLNAY** - à l'entrée, à G - **CHALLES** - "les Guettes"- **CHANGE** - **LE MANS**