

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

Départ place R. ADELET (Cinéma Le Royal). **8h30**  
Sauf le premier dimanche du mois qui a lieu Passerelle quai L. Blanc

Prochaine réunion mensuelle : Lundi **1<sup>er</sup> Septembre 2025 20 H 30** Salle Jean Haissant

## INFORMATIONS

<b>Dimanche 31 août</b>	- Journée Loisirs du club		-C.SCM Cheminots
Dimanche 7 Septembre	- Vélo pour tous au Mans	-Route + VTT & Marche	-ASPTT, CCL, SOM
Samedi 13 Septembre	- Brevet ACTC 200 km	-Route	-Changé
Dimanche 14 Septembre	- La Bonnétablienne	-VTT & Marche	-CT Bonnétable

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

\* Jean Louis Pottier 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 3<sup>ème</sup> 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 pourrions 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 7 Septembre -

### Les étangs chauds.

Dimanche 14 Septembre - 411 - E

**55 km** – Edp : ([233970](tel:233970)) - (310 m) - **LE MANS** - **CHANGE** – ‘les Aulnays – **CHAMPAGNE** – **FATINES** – **St CORNEILLE** - D20 – **MONTFORT** – rej la gare, à G. et à D. pour D83 et D52 - **PARIGNE** - D250 - **RUAUDIN** – D142 - **LE MANS**

**77 km** - Edp : ([233971](#)) - (525 m) - **LE MANS - CHANGE** - "les Commérreries." - "les Guettes" - à G. sur D52 et 1 km après rd pt "cristal Roc" à D. C5 - **SURFONDS** - C401 - **BOULOIRE** - à la sortie, à D. D34 - **MAISONCELLES** - D34 - **TRESSON** - à D. D208 - **St MARS du L.** - **VOLNAY - CHALLES - PARIGNE - RUAUDIN** - D142 - **LE MANS**

**100 km** - Edp : ([233972](#)) - (750 m) - **LE MANS - CHANGE** - "les Commérreries." - "les Guettes" - à G. sur D52 et 1 km après rd pt "cristal Roc" à D. C5 - **SURFONDS** - C401 → **BOULOIRE** - rej. La sortie et à G. D72 - **COUDRECIEUX** - à l'église, à G. D249 - **MONTAILLE - Ste CEROTTE** - D13 - **EVAILLE** - D13 et + 1 km, à D. C2 - **MAISONCELLES - St MARS du L.** - **VOLNAY - CHALLES - PARIGNE - RUAUDIN - LE MANS**

Dimanche 21 Septembre - 458 – SO

**54 km** - Edp : ([233973](#)) - (230 m) - **LE MANS** - "Cx Georgette" - D309 et VO à G. - "pte Lande" - **ETIVAL** - à la sortie, en face C402 - **VOIVRES** - à D. et à G. C3 - **LA SUZE** - D31 dir. Foulletourte - + 4 km, à G. VO - "la Picarderie" - **GUECELARD - FILLE - SPAY** - "les Vigneaux" - **ALLONNES - LE MANS**

**70 km** - Edp : ([233975](#)) - (320 m) - **LE MANS** - "Cx Georgette" - D309 et VO à G. - "pte Lande" - **ETIVAL** - à la sortie, en face C402 - **VOIVRES** - à D. et à G. C3 - **LA SUZE** - la gare - rej. (D79) vers Fercé - avant la rivière, à G. VO - **St JEAN du B.** - à G. pour rej. L'église et C1 - D23 et D35 - **MEZERAY** - D12 dir. la Suze et + 1.5 km, à D. VO - "la Picarderie" - **GUECELARD - FILLE - SPAY** - "les Vigneaux" - **ALLONNES - LE MANS**

**101 km** - Edp : ([233976](#)) - (430 m) - **LE MANS** - "Cx Georgette" - D309 et VO à G. - "pte Lande" - **ETIVAL** - par la gare - **VOIVRES** G. C3 - **LA SUZE** - la gare et VO - à la (D79) à D. vers Fercé - avant la rivière, VO à G. dir. St Jean du B. - + 2 km, en face, VO - "la Crêperie" - **NOYEN** - trav. D309 et au centre, à G. C6 - **AVOISE** - D57 - **PARCE** - D8 dir. Malicorne et 1<sup>ère</sup> VO à G. C7 - **DUREIL** - trav - à l'autor. En face - à la sortie, à G - **MALICORNE - MEZERAY** - D12 dir. la Suze et + 1.5 km, à D. VO - "la Picarderie" - **GUECELARD - FILLE - SPAY** - "les Vigneaux" - **ALLONNES - LE MANS**

Dimanche 28 Septembre - 453 – NO

**50 Km** - Edp : ([233977](#)) - (370 m) - **LE MANS** - "la Cx Georgette" et D309 - **St GEORGES** - à D. D22 - **SOULIGNE** - à G, à D à G VO - **FLACE** - trav et à la fourchette (500 m) à D. - **ATHENAY** - à D. et à G. V5 - **CHEMIRE** - D309 - **LOUPLANDE** - D309 et 200m après pan de sortie, VO à D. - "les Bignons" - **ETIVAL** - vers "Pte Lande" et juste avant pan de sortie, à D. C406 dir la Suze - rej C7 "Les Vignaux" - **ALLONNES - LE MANS**

**72 Km** - Edp : ([233978](#)) - (725 m) - **LE MANS** - "la Briqueterie" - **ROUILLON** - **La CHAPELLE** - **La MILESSÉ** - D230 - **AIGNE** - Maquère pour rej D83 dir La Chapelle St F. - aux étangs, VO à D. (Pan 9 T) - à la sortie, à G. - **Ste SABINE** - à G. D38 - **CONLIE** - D88 - **CURES** - **SOUVRES** - **La QUINTE** - trav et à G. C7 - **DEGRE** - à D. C2 dir Chauffour - à la D28, à G - **MAISONS R.** - à D. C5 - **PRUILLE - LE MANS**

**101 km** - Edp : ([233979](#)) - (952 m) - **LE MANS** - "la Briqueterie" - **ROUILLON** – **La CHAPELLE**. – **La MILESSE** - **AIGNE** - Maquère pour rej D83 dir La Chapelle St F. - aux étangs, VO à D. (Pan 9 T) - à la sortie, à G. - Ste **SABINE** - C5dir le Tronchet et + 3,3 km, à D. et à G. (Pan 3,5 T) - **LETRONCHET** - à G. - **VERNIE** - à D - **SEGRIE** - à la D5, à G.et + 4,3 km, à G. C6 - **CRISSE** - D103 - **ROUEZ** - à G. D145 - **TENNIE** - à G. D38 dir St Symphorien et après la pan. De sortie, à G. C5 dir Bernay - trav D28 pour C3 - **RUILLE** - à G. D95 - **AMNE** - à G. C5 dir Bernay et à la sortie, à D. dir Cures - **SOUVRES** - **La QUINTE** - trav et à G. C7 - **DEGRE** - à D. C2 dir Chauffour - à la D28, à G - **MAISONS R.** - à D. **PRUILLE- LE MANS**