



FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE CYCLOTOURISME

La LETTRE de l'ATSCAF Cyclotourisme n°994

14 Mars 2023



ATSCAF Cyclotourisme
Club FFCT n° 07061

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

TEMPS LIBRE ET DECOUVERTE

MARS 2023

LA COSTA BRAVA



Une semaine de vélo bien remplie sur les routes espagnoles de la **Costa Brava** avec les copains de CyclosporTissimo.

Après avoir fait une semaine à Cambrils l'an passé, cette année nous nous sommes basés plus au Nord, **à Platja d'Aro**.

Au menu des parcours de 130 à 200km tous les jours, sauf une journée de relâche à 80km qui a permis à certains de faire réparer leurs vélos ou d'aller visiter Giron. Nous en avons profité pour gravir quelques-unes des célèbres côtes du secteur : Els Angels, Rocacorba, San Marti Sacalm, le monastère de Sant-Grau, Begur.

Le séjour avait commencé très fort puisqu'après 5km de la première sortie, nous étions déjà au sommet du Masnou, une petite vacherie qui avait échappé à l'auteur du parcours : 1,5 avec une pente moyenne à plus de 14%.

Nous ne sommes plus jamais repassés par là.

Après avoir repéré quelle route éviter, nous sommes régulièrement partis ou revenus par la route de la corniche entre Lloret de mar et Playa d'Aro, un régal au niveau des paysages, surtout quand en plus on a le vent dans le dos.

L'arrière-pays est riche en petite routes, et les infrastructures permettent de se sentir en sécurité même quand nous avons dû prendre des routes plus importantes, de plus les Espagnols sont très respectueux des cyclos. Pour toutes ces raisons, il y a de nombreux professionnels qui sont installés dans le secteur et nous en avons croisé quelques-uns au cours de nos sorties.

Bref, une bonne semaine de vélo, parfait pour préparer la suite et notamment le premier brevet qualificatif qui arrive samedi (BRM200 à Bourg-en-Bresse)

FLORIAN

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

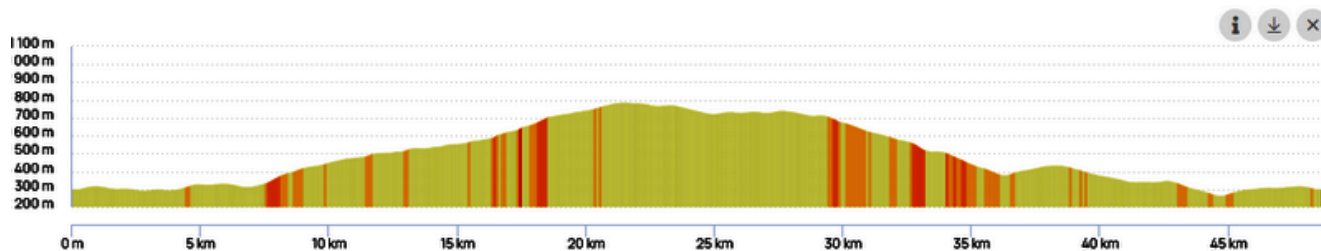
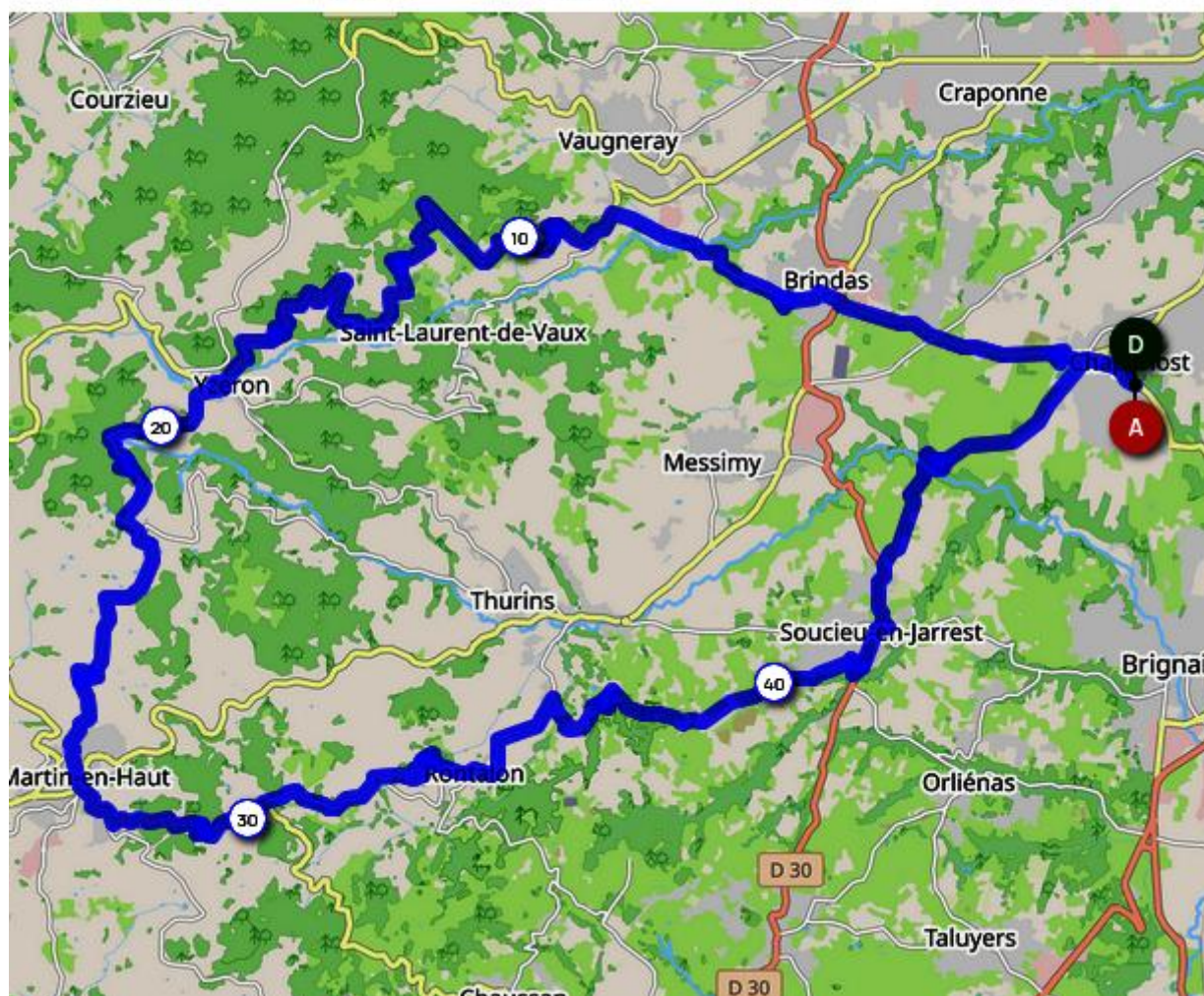
SAMEDI PROCHAIN

18 MARS 2023

SORTIE CLUB A CHAPONOST

50km : <https://www.openrunner.com/route-details/10606499>

Distance	Dénivelé +	Dénivelé -	Altitude min.	Altitude max.
48.65 km	701 m	701 m	263 m	787 m



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

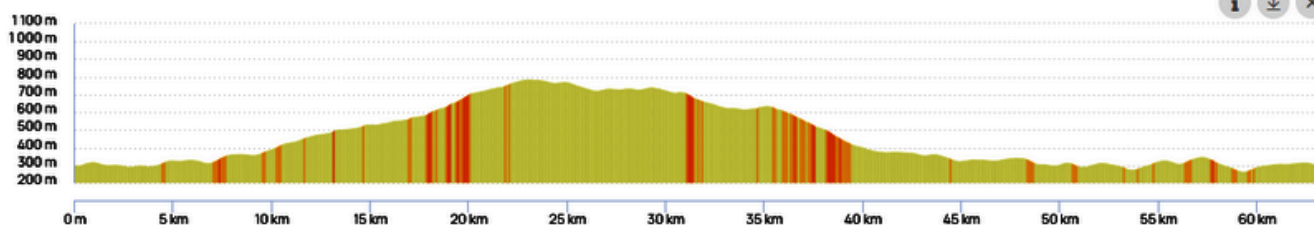
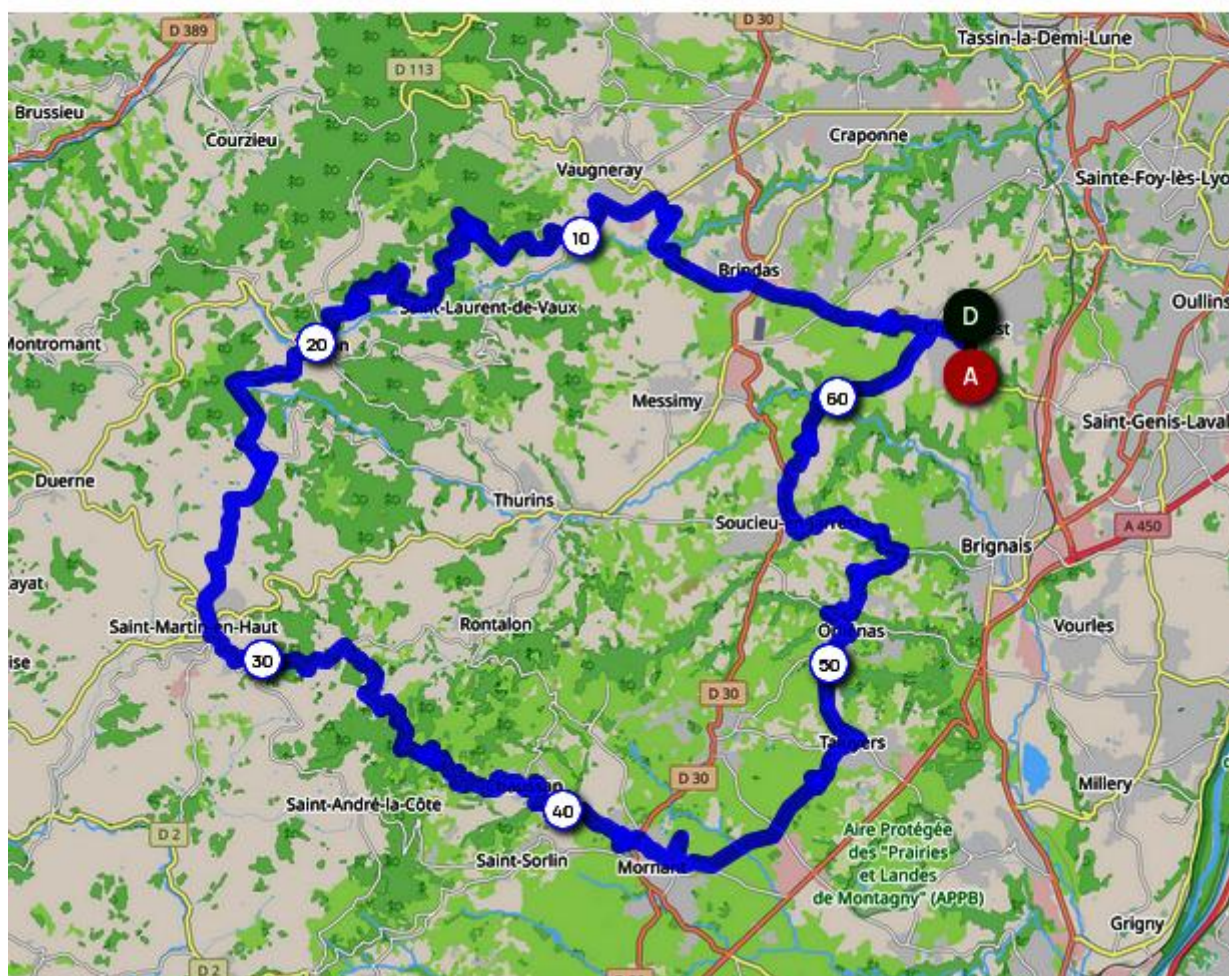
SAMEDI PROCHAIN

18 MARS 2023

SORTIE CLUB A CHAPONOST

65km : <https://www.openrunner.com/route-details/10606487>

Distance	Dénivelé +	Dénivelé -	Altitude min.	Altitude max.
63.28 km	830 m	830 m	264 m	786 m



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

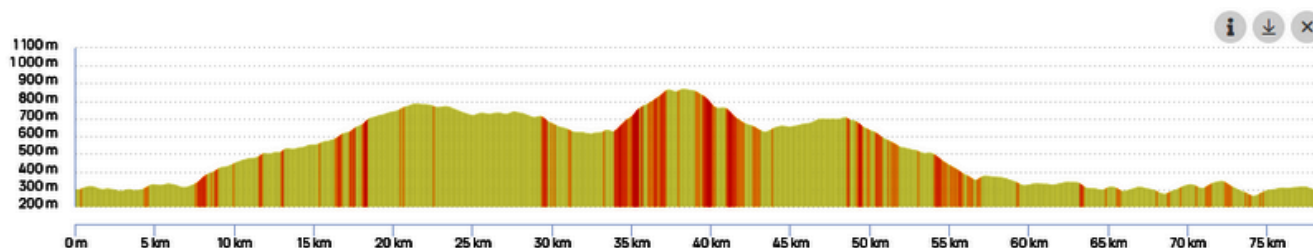
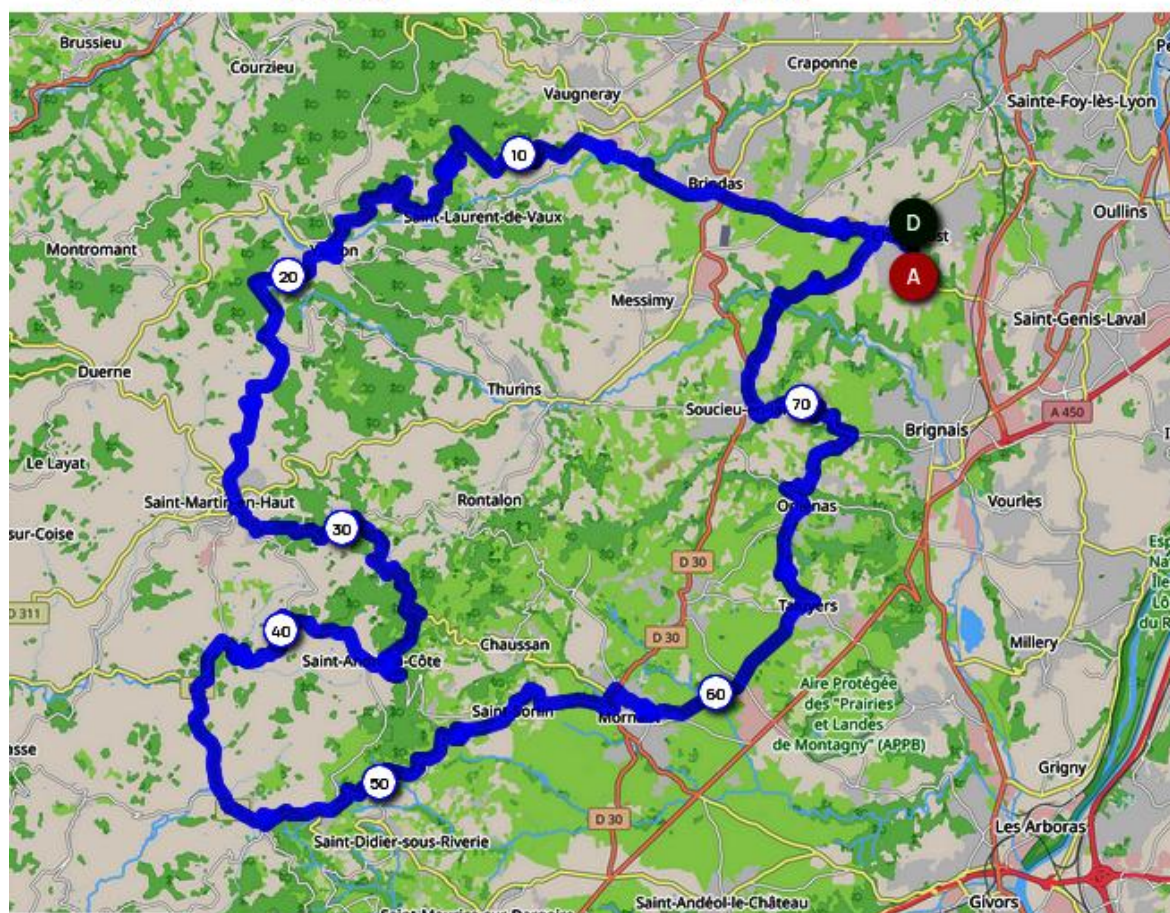
SAMEDI PROCHAIN

18 MARS 2023

SORTIE CLUB A CHAPONOST

75km : <https://www.openrunner.com/route-details/10606512>

Distance	Dénivelé +	Dénivelé -	Altitude min.	Altitude max.
78.11 km	1 213 m	1 213 m	262 m	869 m

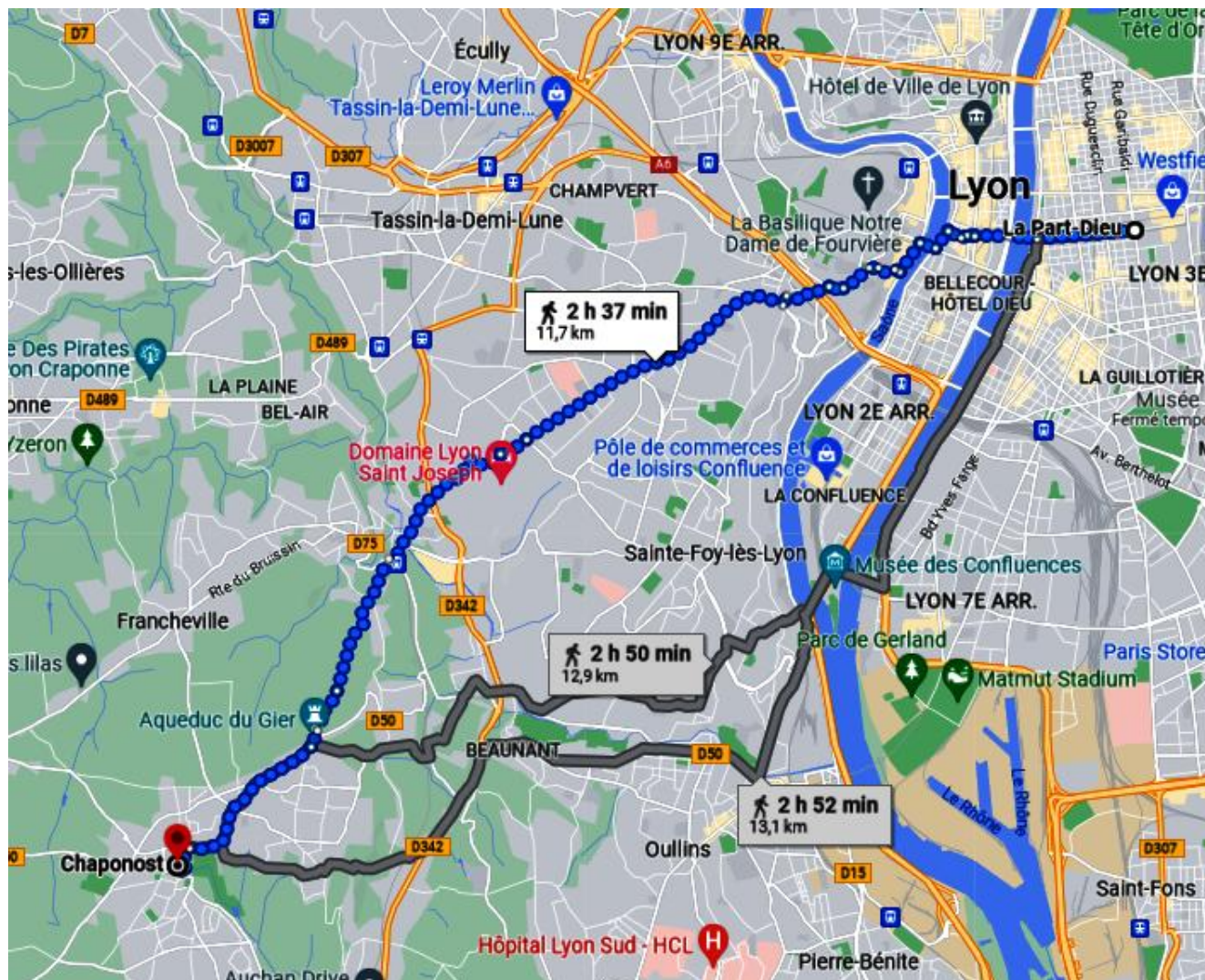


Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

SAMEDI PROCHAIN

18 MARS 2023

SORTIE CLUB A CHAPONOST



RENDEZ VOUS A 12H15
PLACE DE L'EGLISE
69630 CHAPONOST

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

SEJOUR REMISE EN FORME 2023

DU 08 AU 15 AVRIL 2023

TAUTAVEL (PYRENEES ORIENTALES)



Tautavel dans les Pyrénées Orientales

L'étang de Leucate

Tautavel1_1 : 107 km	dénivelé : 840 m	n° open runner : 16310690
Tautavel1_2 : 98 km	dénivelé : 790 m	n° open runner : 16310704
Tautavel1_3 : 57 km	dénivelé : 560 m	n° open runner : 16310712

Les gorges de Galamus

Tautavel2_1 : 90 km	dénivelé : 1150 m	n° open runner : 16310632
Tautavel2_2 : 82 km	dénivelé : 1030 m	n° open runner : 16310636
Tautavel2_3 : 48 km	dénivelé : 580 m	n° open runner : 16310640

Aux alentours de Sournia

Tautavel3_1 : 90 km	dénivelé : 1280 m	n° open runner : 16310577
Tautavel3_2 : 80 km	dénivelé : 1010 m	n° open runner : 16310588
Tautavel3_3 : 56 km	dénivelé : 710 m	n° open runner : 16310614

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

SEJOUR REMISE EN FORME 2023

DU 08 AU 15 AVRIL 2023

TAUTAVEL (PYRENEES ORIENTALES)



Le pays Catalan

Tautavel4_1 : 114 km	dénivelé : 1150 m	n° open runner : 16310239
Tautavel4_2 : 107 km	dénivelé : 1010 m	n° open runner : 16310252
Tautavel4_3 : 78 km	dénivelé : 660 m	n° open runner : 16310263
Tautavel4_4 : 68 km	dénivelé : 560 m	n° open runner : 16310271

Les orgues d'Ille sur Têt

Tautavel5_1 : 95 km	dénivelé : 1360 m	n° open runner : 16310102
Tautavel5_2 : 83 km	dénivelé : 1160 m	n° open runner : 16310122
Tautavel5_3 : 62 km	dénivelé : 760 m	n° open runner : 16310131

Les Corbières occidentales - Lagrasse

Tautavel6_1 : 124 km	dénivelé : 1490 m	n° open runner : 16286823
Tautavel6_2 : 103 km	dénivelé : 1305 m	n° open runner : 16286968
Tautavel6_3 : 94 km	dénivelé : 1150 m	n° open runner : 16286989
Tautavel6_4 : 71 km	dénivelé : 835 m	n° open runner : 16287027

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

L'AGENDA



- **Samedi 18 Mars**
Sortie club à CHAPONOST
- **Samedi 25 Mars**
Sortie club à QUINCIEUX
- **Dimanche 02 Avril**
Rallye « la Castellane » à CALUIRE-ET-CUIRE
- **Du Samedi 08 au Samedi 15 Avril**
Séjour de remise en forme à TAUTAVEL
- **Samedi 22 Avril**
Sortie club à MARENNES
- **Samedi 29 Avril**
Sortie jour « AMBERIEUX EN DOMBES »
Départ de DECINES
- **Lundi 01 Mai**
Rallye « Les balcons du Bugey » à MONTALIEU-VERCIEU
- **Samedi 08 Mai**
Sortie club à AMPUIS

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>