



FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE CYCLOTOURISME

La LETTRE de l'ATSCAF Cyclotourisme

n°1074

11 Mars 2025



ATSCAF Cyclotourisme
Club FFCT n° 07061

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

LA SORTIE DU SAMEDI

08 MARS 2025

QUINCIEUX



Evelyne LEFRANCOIS - Monique PECH
Bernard CHAREYRON - Daniel ROTHWILLER - Florian CABAJ - Jean Jacques PECH
Philippe DESIRE - Pierre DUMAS



C'est la fête au village à Quincieux samedi quand nous arrivons pour le rendez-vous de la sortie club. Sous le chapiteau dressé sur la place de l'église il règne une joyeuse animation, de la musique, de la bière et des bonnes choses à manger pour les habitants de la commune.

Les copains qui viennent en voiture sont contraints de garer leur véhicules un peu plus loin, mais qu'à cela ne tienne nous serons tous dans les temps ! Nous sommes huit participants au final et c'est bien : Florian, JJ et moi sommes venus en vélo, Bernard a accompagné Evelyne, Daniel est bien là cette fois, Philippe qui n'est pas d'astreinte, aussi et Pierre un fidèle.

Il fait beau, l'air est printanier, le circuit proposé par JJ ne présente aucune difficulté dès que nous nous sommes hissés de Trévoux à St Didier de Formans. Nous avons aimé les petites routes tranquilles entre forêts et étangs, la pause à Ambérieux-en-Dombes pour admirer le château fort avec son donjon en carron ; c'est un lieu surprenant, au milieu du village....

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

LA SORTIE DU SAMEDI

08 MARS 2025

QUINCIEUX



Ste Olive, **Sandrans** et sa jolie église et juste à la sortie du village, derrière la végétation, son château médiéval, mystérieux !

Jusqu'à présent, le vent du sud ne nous gêne pas vraiment tant que nous zigaguons à l'abri des bois, traversant des villages mais après le Golf du Gouverneur à **Monthieux**, pas un arbre, pas une haie et les rafales se feront bien présentes tout au long du faux plat montant pour atteindre Reyrieux.

Regroupement au cœur du village où **JJ** et moi décidons de rentrer sur Lyon pour s'éviter une dizaine de km de vent dans le nez alors que **Florian** continue avec les copains pour finir par une pause chocolat au bistrot à **Trévoux** avant de rejoindre **Quincieux**.



Belle journée pour une sortie vélo dans la Dombes, c'est joli et facile à pédaler et parmi les multitudes de routes, il y en a toujours qui nous sont inconnues, ajoutée à cela une bonne ambiance de groupe et vous obtenez un bon moment sportif et convivial, à refaire !

MONIQUE

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

RALLYE DES MURIERS

SAMEDI 15 MARS 2025

ST BONNET DE MURE



ETOILE CYCLISTE MUROISE

Samedi 15 Mars 2025

31^{ème} Randonnée des Muriers

Route

Distance	N° Openrunner	Dénivelé	Début départ	Fin départ	Prix *
63 km	10771983	489 m	8h00	10h00	5€
90 km	10771967	974 m	7h30	9h00	8€
115 km	10766084	1429 m	7h00	8h30	8€

VTT

Distance	N° Openrunner	Dénivelé	Début départ	Fin départ	Prix
16 km	20386468	191 m	9h00	10h00	5€
32 km	20506625	302 m	8h00	9h30	8€
47 km	20429201	611 m	8h00	9h30	8€

Port du Casque OBLIGATOIRE

Randonnée sans chrono, ni classement, ouverte à tous
Contrôle et Ravitaillements sur les parcours et à l'arrivée

* Non licenciés + 2€

Brevet BRM 200 KM

N° Openrunner	Début départ	Fin arrivée	Prix
16555256	7H30	21H00	8€

Renseignements : 06 20 92 78 33

Inscriptions départ : **Local ECM**

Route de Dormon Saint Bonnet de Mure 69720

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

RALLYE DES MURIERS

SAMEDI 15 MARS 2025

ST BONNET DE MURE

Départ entre 8h00 et 10h00

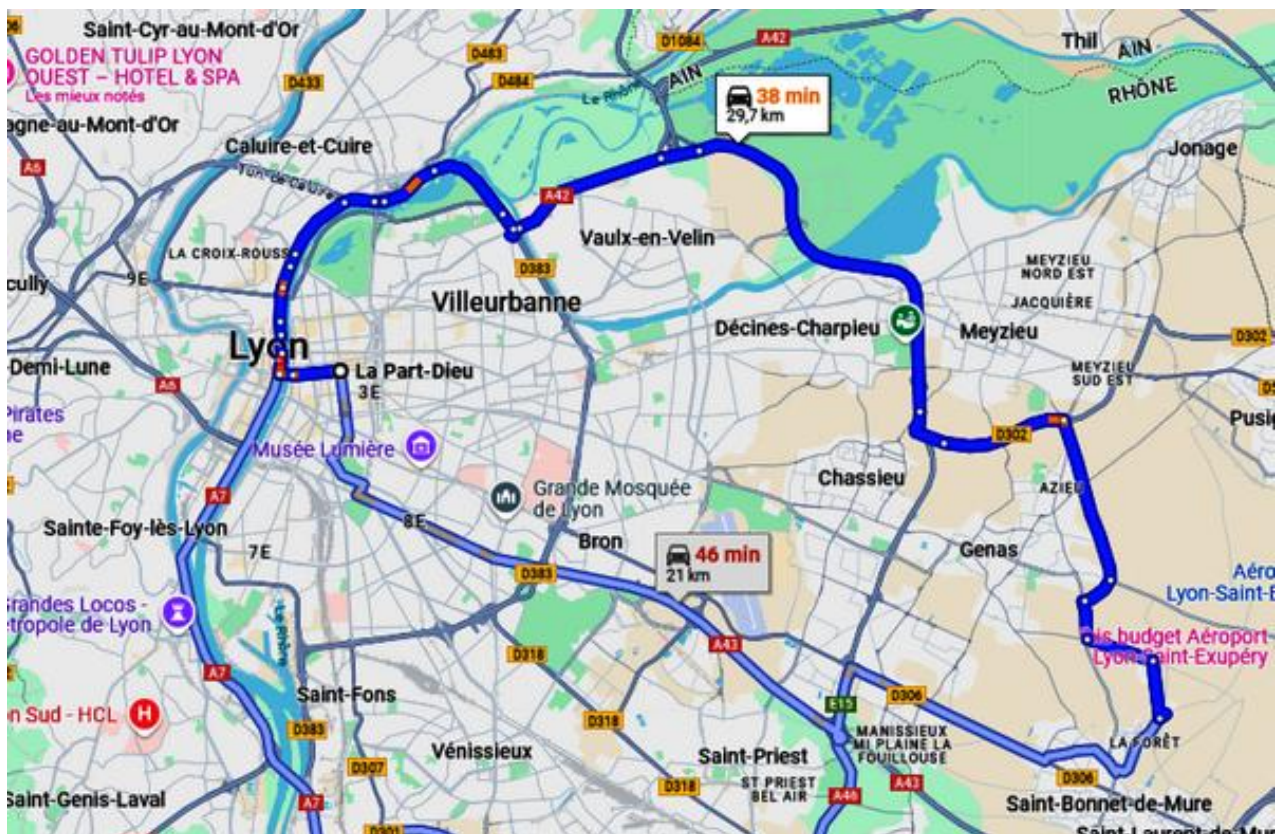
63 km D+ : 489 m <https://www.openrunner.com/route-details/10771983>

Départ entre 7h30 et 09h 00

90 km D+ : 974 m <https://www.openrunner.com/route-details/10771967>

Départ entre 7h00 et 08h30

15 km D+ : 1329 m <https://www.openrunner.com/route-details/10766084>



ROUTE DE DORMON 69720 SAINT BONNET DE MURE

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

SEJOUR DE PRINTEMPS

DU SAMEDI 12 AU SAMEDI 19 AVRIL 2025

COLLONGES LA ROUGE

LES CIRCUITS

Les plus beaux villages



Collonges1-1 : 85 km	dénivelé : 1470 m [°]	n [°] open runner : 20822770
Collonges1-2 : 68 km	dénivelé : 1120 m	n [°] open runner : 20822780
Collonges1-3 : 53 km	dénivelé : 870 m	n [°] open runner : 20822789

Le Lot-Martel-Carennac-Padirac



Collonges2-1 : 92 km	dénivelé : 1330 m	n [°] open runner : 20822860
Collonges2-2 : 68 km	dénivelé : 950 m	n [°] open runner : 20822873
Collonges2-3 : 53 km	dénivelé : 690 m	n [°] open runner : 20822880

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

SEJOUR DE PRINTEMPS

DU SAMEDI 12 AU SAMEDI 19 AVRIL 2025

COLLONGES LA ROUGE

La vallée de la Dordogne-Beynat-Argentat



Collonges3-1 : 83 km	dénivelé : 1430 m	n° open runner : 20822932
Collonges3-2 : 69 km	dénivelé : 1120 m	n° open runner : 20822948
Collonges3-3 : 53 km	dénivelé : 820 m	n° open runner : 20822961

Le pays de Brive



Collonges4-1 : 105 km	dénivelé : 1510 m	n° open runner : 20823008
Collonges4-2 : 85 km	dénivelé : 1250 m	n° open runner : 20823019
Collonges4-3 : 55 km	dénivelé : 890 m	n° open runner : 20823026

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

SEJOUR DE PRINTEMPS

DU SAMEDI 12 AU SAMEDI 19 AVRIL 2025

COLLONGES LA ROUGE

Le pays de Tulle



Collonges5-1 : 94 km dénivelé : 1600 m n° open runner : 20823069
Collonges5-2 : 70 km dénivelé : 1200 m n° open runner : 20823076
Collonges5-3 : 54 km dénivelé : 930 m n° open runner : 20823085
Variante sur le circuit 5-1 avec possibilité d'aller faire le col du Pas des Vignes :
aller-retour 800 m

Autour du lac de Causse



Collonges6-1 : 75 km dénivelé : 1200 m n° open runner : 20823128
Collonges6-2 : 67 km dénivelé : 1130 m n° open runner : 20823137
Collonges6-3 : 61 km dénivelé : 1110 m n° open runner : 20823154
Variante sur les 3 circuits avec possibilité d'aller faire le col du Pas Noir : + 2 km

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

SEJOUR DE PRINTEMPS

DU SAMEDI 12 AU SAMEDI 19 AVRIL 2025

COLLONGES LA ROUGE

LES COLS



Les plus beaux villages

Parcours 1 :

FR-19-0307 : Col du Teillet : 307m

FR-19-0271 : Col de la Jeanne : 271m

FR-19-0208 : Col des Sarres : 208m

Parcours 2 :

FR-19-0307 : Col du Teillet : 307m

FR-19-0271 : Col de la Jeanne : 271m

FR-19-0208 : Col des Sarres : 208m

Parcours 3 :

FR-19-0208 : Col des Sarres : 208m

La vallée de la Dordogne-Beynat-Argentat

Parcours 1 :

FR-19-0327 : Col du Planchat : 327m

FR-19-0271 : Col de la Jeanne : 271m

Parcours 2 :

FR-19-0327 : Col du Planchat : 327m

FR-19-0271 : Col de la Jeanne : 271m

Parcours 3 :

FR-19-0327 : Col du Planchat : 327m

FR-19-0271 : Col de la Jeanne : 271m

Le pays de Tulle

Parcours 1 (variante 800 m AR)

FR-19-0263 : Pas des Vignes : 263m

Autour du lac de Causse

Parcours 1, 2, 3 (variante 2km+)

FR-19-0290 : Pas Noir : 290m

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

L'AGENDA



MARS

- ~~SAMEDI 01 : SORTIE CLUB A MARENNES~~
- ~~SAMEDI 08 : SORTIE CLUB A QUINCIEUX~~
- ~~DIMANCHE 09 : RALLYE DES OISEAUX A FEYZIN~~
- **SAMEDI 15 : RALLYE DES MURIERS A ST BONNET DE MURE**
- **SAMEDI 22 : SORTIE CLUB AU PARC DE LACROIX-LAVAL**
- **SAMEDI 29 : SORTIE JOUR A JOYEUX**

AVRIL

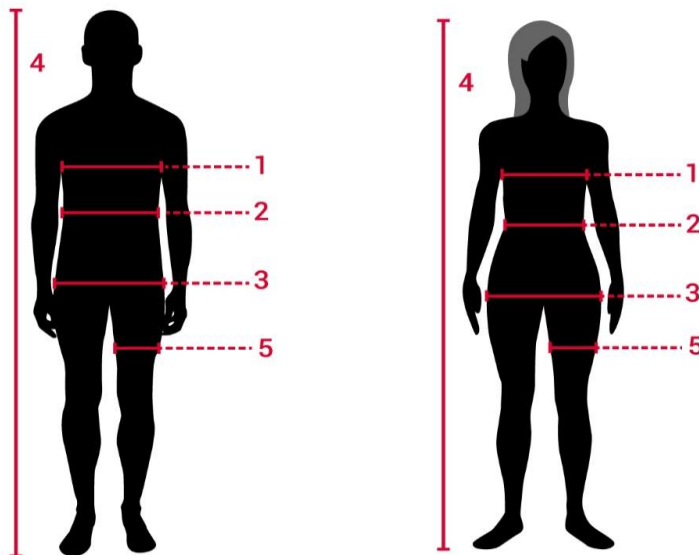
- **DIMANCHE 06 : RALLYE LA CASTELLANE A CALUIRE**
- **SAMEDI 12 - SAMEDI 19 :**
SEJOUR PRINTEMPS A COLLONGES LA ROUGE
- **SAMEDI 26 : SORTIE CLUB A FEYZIN**

Correspondance des tailles Haut et Bas HOMME :

Taille KONY	12 ans	XXS (0)	XS (1)	S (2)	M (3)	L (4)	XL (5)	XXL (6)	XXXL (7)	XXXXL (8)
1) Tour de poitrine en cm	71 / 76	77 / 81	82 / 86	87 / 92	93 / 98	99 / 104	105 / 110	111 / 116	117 / 122	123 / 127
2) Tour de taille en cm	63 / 67	68 / 71	72 / 75	76 / 79	80 / 84	85 / 90	91 / 96	97 / 100	101 / 104	105 / 108
3) Tour de bassin en cm	80 / 84	85 / 88	89 / 92	93 / 96	97 / 100	101 / 104	105 / 108	109 / 112	113 / 116	117 / 120
4) Stature en cm	150 / 160	150 / 160	161 / 170	161 / 170	171 / 180	171 / 180	181 / 190	181 / 190	191 / 200	191 / 200
5) Tour de cuisse	32 / 38	34 / 40	36 / 42	38 / 44	40 / 46	42 / 48	44 / 50	46 / 52	48 / 54	50 / 56

Correspondance des tailles Haut et Bas FEMME :

Taille KONY	12 ans	XXS (0)	XS (1)	S (2)	M (3)	L (4)	XL (5)	XXL (6)	XXXL (7)	XXXXL (8)
1) Tour de poitrine en cm	66 / 71	72 / 76	77 / 81	82 / 87	88 / 93	94 / 99	100 / 105	106 / 111	112 / 117	118 / 123
2) Tour de taille en cm	58 / 62	63 / 66	67 / 70	71 / 74	75 / 79	80 / 85	86 / 91	92 / 95	96 / 99	100 / 103
3) Tour de bassin en cm	80 / 84	85 / 88	89 / 92	93 / 96	97 / 100	101 / 104	105 / 108	109 / 112	113 / 116	117 / 120
4) Stature en cm	145 / 155	145 / 155	156 / 165	156 / 165	166 / 175	166 / 175	176 / 185	176 / 185	176 / 185	176 / 185
5) Tour de cuisse	32 / 38	34 / 40	36 / 42	38 / 44	40 / 46	42 / 48	44 / 50	46 / 52	48 / 54	50 / 56



pour un ajustement optimum,
sportifs loisir : taille habituelle, sportifs affûtés : prendre une taille
en dessous

Origine France certifiée
tissu et assise d'origine UE

Depuis 1974, KONY et START vivent au contact des clubs. Cette proximité nous a permis de faire évoluer tous les produits de la gamme en étroite collaboration avec des spécialistes du cyclisme et du VTT, du running et des sports collectifs que nous tenons à remercier.