

Règles de sécurité à appliquer pour réussir mes sorties vélo

- 1) **Je respecte** impérativement le **code de la route** en toutes circonstances. Je m'arrête obligatoirement aux **stops** et aux **feux rouges**.
- 2) **Je porte toujours un casque**. Je n'oublie pas que ma tête est la partie la plus vulnérable et la plus précieuse de mon corps.
- 3) **Je roule à 2 de front au maximum**. Dès que les conditions de circulation l'exigent (en ville, sur route étroite, quand un véhicule veut nous dépasser), je me replace en **file indienne**
- 4) **Je respecte** les autres usagers de la route. Je facilite les dépassements et je préviens en cas d'arrêt ou de changement de direction pour ne pas surprendre.
- 5) En cas d'arrêt, pour ne pas mettre mes camarades et moi même en danger, pour ne pas provoquer d'accident, **je m'interdis de stationner sur la chaussée**.
- 6) **J'entretiens** mon vélo. Je vérifie régulièrement les freins, les pneumatiques, l'état des câbles, la direction, etc. Je pense à remplacer régulièrement les cales de mes chaussures car un déclenchement inattendu peut provoquer une chute.
- 7) **Je signale** arrêts, virages, ralentissements, dangers potentiels (chiens, nids de poule) en relayant le signal vers l'arrière.
- 8) **Je ne mets pas en péril ma santé**. Je fais du sport avant tout pour mon bien être. Je reste raisonnable dans mes efforts et à l'écoute de mon corps. Je suis conscient de mon niveau et je roule dans le groupe le plus adapté à mes capacités du moment.

Bonne route !

Règles de fonctionnement des groupes

Lors des sorties hebdomadaires

- **Le GROUPE 1** démarre à l'heure du calendrier. Ce groupe est destiné aux cyclos recherchant une allure cyclosportive.
- **Le GROUPE 2** démarre 5 minutes après le groupe 1.
Les cyclos roulent ENSEMBLE à allure maîtrisée (maxi 28 km/h), les côtes se montant au train et sans accélérations jusqu'à l'arrêt « pipi » décidé avant le départ (on choisira un endroit tranquille).
A ce moment, le groupe peut se scinder en deux parties si certains souhaitent augmenter l'allure.
Bien entendu, aucun cyclo ne doit se retrouver isolé !
- **Le GROUPE 3 (allure très modérée)** démarre 30 min après l'heure indiquée sur le calendrier.
Ce groupe est destiné aux cyclos recherchant une **allure purement cyclotouriste** (moins de 25 km/h)

***Quel que soit le groupe tout esprit de compétition est exclu !
Le respect du code de la route et des règles de sécurité est impératif.***

- **20 cyclos maximum par groupe :** si le nombre est supérieur le groupe doit se scinder dès le départ.
- Pour notre sécurité, les relais se prennent à droite. Le cyclo de tête vérifie qu'aucun véhicule ne survient et s'écarte vers la gauche pour laisser le relais. Eviter de prendre des relais trop longs ou d'accélérer brutalement
On doit attendre son tour pour relayer ; personne ne doit arriver par la gauche pour prendre le relais.
- Si un cyclo d'un groupe est victime d'une crevaison ou d'un incident mécanique, tout son groupe attend la fin de la réparation (peu importe si le groupe suivant double) dans le respect des consignes de sécurité.
- **Le but final est que les cyclos d'un même groupe arrivent ensemble à la salle Gaston Larrieu.**

Déroulement annuel des sorties

Tous les départs (vélos ou voitures) : salle Gaston Larrieu à St Martin de Seignanx.

* Deux sorties hebdomadaires toute l'année :

- le dimanche matin (voir horaire calendrier)
- le samedi à 14h00

* Une sortie le mercredi à 18H00 : d'avril à septembre,

* La montée du col de Lizarieta : le jeudi de l'Ascension,

* Des sorties exceptionnelles : de mai à septembre,

* Une sortie « MONTAGNE » : un dimanche par mois, en mai, juin, juillet, août,

* Une sortie de clôture avec PIQUE NIQUE en famille : un dimanche de septembre.

* Participation de la section aux randonnées cyclotouristes locales : en fonction du calendrier FFCT ou autre.

N'OUBLIEZ PAS VOTRE CASQUE ET BON COURAGE !!!

JANVIER

9 HEURES

1 ° DIMANCHE
(51 KMS)

ST MARTIN - IRIEU - LABENNE - ORX - BENESSE - ANGRESSE - LES SERRES - SAUBION -
TYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

2 ° DIMANCHE
(56 KMS)

ST MARTIN - IRIEU - LABENNE - MARAIS - ORX - BENESSE - ANGRESSE - SEIGNOSSE - D86(les
Tucs) - LAC HOSSEGOR - HOSSEGOR - CAPBRETON - LABENNE - ONDRES - ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE
(59 KMS)

ST MARTIN - IRIEU - LABENNE - CAPBRETON - HOSSEGOR – Les ESTAGNOTS D152 - RD PT LE
PENON - D 89 - SEIGNOSSE - ANGRESSE - D 347 - BENESSE - ORX - MARAIS - CASTETS - ST ANDRE
- ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE
(58 KMS)

ST MARTIN - D 54 - SAUBRIGUES - D 54 - TYROSSE - TOSSE - TOUR DE L'ETANG BLANC -
SEIGNOSSE - SOORTS - CAPBRETON - LABENNE - ONDRES - ST MARTIN.

5 ° DIMANCHE
(60 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BEZIN - MONTPELLIER/ADOUR - ST LAURENT - STE MARIE - LES
ROUTIERS - QUARTIER DES BARTHES (D 345) - ST JEAN DE MARSACQ - RTE DE LAROURNE -
SAUBRIGUES - ORX - LABENNE - ONDRES - ST MARTIN.



FEVRIER

9 HEURES

1 ° DIMANCHE
(61 KMS)

ST MARTIN - ST ANDRE - VILLENAVE - ST MARTIN DE HINX - D 366 - STE MARIE - ST LAURENT - URT - URCUIT - LAHONCE - BAYONNE - PT DE FER - ARROUSETS - BEZIN - LARROQUE - QRT NEUF - ST MARTIN.

2 ° DIMANCHE
(62 KMS)

ST MARTIN - D 54 - SAUBRIGUES - GAYROSSE - MARSACQ - RD PT DE JOSSE - TYROSSE - TOSSE - SEIGNOSSE - ANGRESSE - D347 - BENESSE - ORX - LABENNE - IRIEU - ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE
(67 KMS)

ST MARTIN - D 54 - SAUBRIGUES - ST MARTIN DE HINX - D 366 - STE MARIE - ST LAURENT - URT - URCUIT - LAHONCE - BAYONNE - PT DE FER - ARROUSETS - HONZAC - ARVIGNE - QRT NEUF - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE
(66 KMS)

ST MARTIN – LARROQUE – MONTPELLIER – URT – D936 – BARDOS – BIDACHE – D 653 – GUICHE PORT – URT – ST BARTHELEMY – ST ANDRE – ST MARTIN.



MARS

8 HEURES 30

1 ° DIMANCHE

(63 KMS)

(48 KMS)

ST MARTIN - ONDRES - LABENNE - CAPBRETON -
HOSSEGOR - BORD DE MER - SEIGNOSSE LE
PENON - SEIGNOSSE BOURG - TOSSE - TYROSSE -
SAUBRIGUES - ORX - MARAIS - CASTETS - ST
ANDRE - ST MARTIN

ST MARTIN - LABENNE - CAPBRETON -
HOSSEGOR PLAGE - TOUR DU LAC -
SOORTS - TYROSSE - SAUBRIGUES - ST
MARTIN.

2 ° DIMANCHE

(68 KMS)

(48 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BEZIN - URT -
SEQUILLON - LA BASTIDE - HASPARREN -
BRISCOUS - BAYONNE - PT DE FER - ARROUSETS -
HONZAC - QRT NEUF - ST MARTIN.

ST MARTIN - QRT NEUF - BEZIN - URT -
SEQUILLON - BRISCOUS - BAYONNE -
ARROUSETS - HONZAC - ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE

(76KMS)

(54 KMS)

ST MARTIN - ST ANDRE - VILLENAVE - ST MARTIN
DE HINX - D 12 - RD-PT DE JOSSE - TYROSSE -
TOSSE - SOUSTONS - ETG HARDY - ETG BLANC -
SEIGNOSSE - ANGRESSE - CAPBRETON -
LABENNE - IRIEU - ST MARTIN.

ST MARTIN - ST ANDRE - SAUBRIGUES -
TYROSSE - TOSSE - SEIGNOSSE - LE PENON
BORD DE MER - HOSSEGOR - CAPBRETON -
LABENNE - ONDRES - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE

(75 KMS)

(68 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST BARTHELEMY -
URT - SEQUILLON - LABASTIDE - HASPARREN -
D22 - ROUTE DES CIMES - FRONTON DE
PASKOENIA - L'ENSEIGNE - BRISCOUS - LES
SALINES - ST PIERRE - PONT DE FER -
ARROUSETS - BEZIN - LARROQUE - QT NEUF - ST
MARTIN.

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST
BARTHELEMY - LABASTIDE -
HASPARREN - BRISCOUS - LES SALINES -
ST PIERRE - PONT DE FER - ARROUSETS -
BEZIN - LARROQUE - QT NEUF - ST
MARTIN.

5 ° DIMANCHE

(70 KMS)

(55 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - ST PIERRE -
RTE DES CIMES - HASPARREN - LABASTIDE -
SEQUILLON - URT - COQ HARDY - RESERVE -
LARROQUE - QT NEUF - ST MARTIN.

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - ST
PIERRE - LES SALINES - BRISCOUS -
SEQUILLON - URT - COQ HARDY - RESERVE
- LARROQUE - QT NEUF - ST MARTIN.



AVRIL

8 HEURES 30

1 ° DIMANCHE

(76 KMS)

(57 KMS)

ST MARTIN – QT NEUF – BEZIN – ARROUSETS –
BAYONNE – MOUGUERRE PORT – URT – BUTTE
DE MIREMONT – CHATEAU D’EAU – BARDOS –
BIDACHE – GUICHE PORT – URT – ST
BARTHELEMY – ST ANDRE - ST MARTIN.

ST MARTIN - SAUBRIGUES - MARSACQ -
TYROSSE - TOSSE - SEIGNOSSE -
ANGRESSE - BENESSE - ORX - ST MARTIN.

2 ° DIMANCHE

(80 KMS)

(64 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE -
MOUGUERRE PORT - CROIX DE MOUGUERRE -
BRISCOUS LES SALINES - HASPARREN - LA
BASTIDE - D 123 - D 936 - BARDOS - GUICHE - URT -
COQ HARDY - RESERVE DE PUNTET - LARROQUE -
QRT NEUF - ST MARTIN.

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE -
MOUGUERRE PORT - BRISCOUS - BARDOS -
GUICHE - URT - COQ HARDY - LARROQUE -
QRT NEUF - ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE

(80 KMS)

(65 KMS)

ST MARTIN - D 54 - SAUBRIGUES - GAYROSSE -
MARSACQ - PT LAMARQUEZE - SAUBUSSE - ORIST
- SIEST - D72 - D6 - ST LON - BELUS -
PEYREHORADE - HASTINGUES - URT - ST
BARTHELEMY - LA PIPETTE - ST ANDRE - ST
MARTIN.

ST MARTIN - SAUBRIGUES - ST JEAN DE
MARSACQ - LAMARQUEZE - ORTHEVIELLE
- PEYREHORADE - D 261 - URT - ST
BARTHELEMY - ST ANDRE - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE

(80 KMS)

(65 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE – ST PIERRE
IRUBE - VILLEFRANQUE - USTARITZ - JATXOU -
HALSOU – BAS CAMBO - RTE CELHAYA – RTE
KURUTCHETA –RTE DES CIMES - PASCOENIA -
ZELAI – QT SORHANO - LARRATE – BONLOC –
HERGAIITZE – CHATEAU BELZUNCE – AYHERRE –
LABASTIDE – SEQUILLON – URT – BEZIN –
LARROQUE – ST MARTIN.

ST MARTIN - BAYONNE - CROIX DE
MOUGUERRE - BRISCOUS - BARDOS -
GUICHE - URT - BEZIN - QRT NEUF - ST
MARTIN.

5 ° DIMANCHE

(70 KMS)

(55 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - ST PIERRE -
RTE DES CIMES - HASPARREN - LA BASTIDE -
SEQUILLON - URT -ST BARTHELEMY - LA PIPETTE
- ST ANDRE - ST MARTIN.

ST MARTIN - BAYONNE - ST PIERRE - LES
SALINES - BRISCOUS - SEQUILLON - URT -
ST BARTHELEMY - ST ANDRE - ST
MARTIN.



MAI

8 HEURES

1 ° DIMANCHE

(90 KMS)

ST MARTIN - ST ANDRE - VILLENAVE - HINX - LE
POUY - LES ROUTIERS - N 117 - PORT DE LANNE -
D 6 - D 75 - BELUS - CAGNOTTE - BENESSE LES
DAX - HEUGAS - RIVIERE - SAUBUSSE - ST
GEOURS - GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

(65 KMS)

ST MARTIN - ST ANDRE - ST MARTIN DE
HINX - N 117 - PORT DE LANNE - ORIST -
SAUBUSSE - MARSACQ - GAYROSSE -
SAUBRIGUES - ORX - LABENNE - ST
MARTIN.

2 ° DIMANCHE

(90 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - MAIGNON -
ARCANGUES - ALOTZ - ST PEE - SARE - ST IGNACE
- ASCAIN - ST PEE - D 3 - ARCANGUES - MAIGNON -
BAYONNE - ARROUSETS - BEZIN - LARROQUE -
QRT NEUF - ST MARTIN

(60 KMS)

ST MARTIN - BAYONNE - ARCANGUES -
D 3 - USTARITZ - VILLEFRANQUE -
BAYONNE - ARROUSETS - BEZIN -
LARROQUE - QRT NEUF - ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE

(87 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT - D 261 -
PEYREHORADE - CAGNOTTE - BENESSE - HEUGAS -
SIEST - ORIST - SAUBUSSE - PT LAMARQUEZE -
MARSACQ - GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST
MARTIN.

(57 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT -
HASTINGUES PEYREHORADE - CAGNOTTE
- ST LON - ORIST - SAUBUSSE -
LAMARQUEZE - MARSACQ - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE

(88 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BEZIN - URT -
SEQUILLON - BARDOS - BIDACHE - CAME - D 936 -
D 277 - ST DOS - PEYREHORADE - HASTINGUES -
URT - ST BARTHELEMY - LA PIPETTE - ST ANDRE -
ST MARTIN.

(57 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BEZIN - URT -
BARDOS - BIDACHE - PEYREHORADE -
HASTINGUES - URT - COQ HARDY -
LARROQUE - QRT NEUF - ST MARTIN.

5 ° DIMANCHE

(85 KMS)

ST MARTIN - SAUBRIGUE - TYROSSE - SOUSTONS -
VIEUX BOUCAU - MESSANGES - AZUR - MAGESCQ -
ND DE FATIMA - ST GEOURS - GAYROSSE -
SAUBRIGUES - ST MARTIN.

(57 KMS)

ST MARTIN - LABENNE - CAPBRETON -
BENESSE - SAUBRIGUES - MARSACQ - LES
ROUTIERS - STE MARIE - ST LAURENT -
BEZIN - ST MARTIN.



JUIN

8 HEURES

1 ° DIMANCHE

(96 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST BARTHELEMY -
URT - SEQUILLON - LA BASTIDE - AYHERRE - ST
MARTIN D'ARBEROUE - ST ESTEBEN - HELETTE -
BONLOC - HASPARREN - D 22 - RTE DES CIMES - ST
PIERRE - BAYONNE - PT DE FER - ARROUSETS -
HONZAC - ARVIGNE - QRT NEUF - ST MARTIN.

(66 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST
BARTHELEMY - URT - LA BASTIDE -
HASPARREN - RTE DES CIMES - BAYONNE
- ARROUSETS - HONZAC - ARVIGNE - QRT
NEUF - ST MARTIN.

2 ° DIMANCHE

(97 KMS)

ST MARTIN - QT NEUF - RN117 - BAYONNE -
ARCANGUES - D3 - ST PEE - ASCAIN - ST IGNACE -
SARE - ST PEE - D3 - D25 - USTARITZ -
VILLEFRANQUE - ST PIERRE - BAYONNE - PONT DE
FER - ARROUSETS - BEZIN - LARROQUE - ST
MARTIN

(76 KMS)

ST MARTIN - QT NEUF - RN117. -
BAYONNE - ARCANGUES - D3 - ST PEE -
SOURAIDE - USTARITZ - VILLEFRANQUE -
ST PIERRE - BAYONNE - PONT DE FER -
ARROUSETS - BEZIN - LARROQUE - ST
MARTIN .

3 ° DIMANCHE

(95 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST BARTHELEMY-
URT - SEQUILLON - BARDOS - BIDACHE - CAME
- LABASTIDE - VILLEFRANCHE - AUTERIVE -
CARRESSE - LAHONTAN - ST CRICQ DU GAVE -
PEYREHORADE - HASTINGUES - URT - ST
BARTHELEMY - LA PIPETTE - ST ANDRE - ST
MARTIN.

(68 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST
BARTHELEMY - URT - BARDOS - BIDACHE
PEYREHORADE - HASTINGUES - URT -
PASSEDEUIL - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE

(96 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BEZIN - URT -
SEQUILLON - BIDACHE - ARRAUTE - BEGUIOS -
AMOROTS - LAHARANNE - PESSAROU - LA
BASTIDE - SEQUILLON - URT - BEZIN - QRT NEUF -
ST MARTIN.

(64 KMS)

ST MARTIN - URT - SEQUILLON - BARDOS
BIDACHE - GUICHE PORT - URT - ST
BARTHELEMY - ST ANDRE - ST MARTIN.

5 ° DIMANCHE

(90 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT - HASTINGUES -
PEYREHORADE - CAGNOTTE - BENESSE - HEUGAS
SIEST - ORIST - SAUBUSSE - PT LAMARQUEZE -
MARSACQ - GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

(74 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT -
HASTINGUES PEYREHORADE - CAGNOTTE
- ST LON - ORIST - SAUBUSSE
LAMARQUEZE - MARSACQ - ST MARTIN



JUILLET

8 HEURES

1 ° DIMANCHE

(100 KMS)

(76 KMS)

ST MARTIN – RN117 - BAYONNE – D3 – ST PEE - SARE – VENTA BERROUET - ZUGARRAMURDI - DANCHARIA - AINHOA - ESPELETTE - LARRESSORE - USTARITZ - VILLEFRANQUE – ST PIERRE - BAYONNE - ARROUSETS - BEZIN - LARROQUE – QT NEUF - ST MARTIN.

ST MARTIN – QT NEUF – RN117. - BAYONNE - ARCANGUES – D3 – ST PEE - SOURAIDE - USTARITZ – VILLEFRANQUE – ST PIERRE – BAYONNE – PONT DE FER – ARROUSETS – BEZIN – LARROQUE – ST MARTIN .

2 ° DIMANCHE

(97 KMS)

(70 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - MAIGNON - ARCANGUES - D 3 - ST PEE - SOURAIDE - ESPELETTE - D 249 - ITXASSOU - CAMBO - HASPARREN - LA BASTIDE - URT - COQ HARDY - RESERVE - LARROQUE - QRT NEUF - ST MARTIN.

ST MARTIN - BAYONNE - RTE DES CIMES - HASPARREN - LA BASTIDE - URT - ST BARTHELEMY - ST ANDRE - ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE

(98 KMS)

(72 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST BARTHELEMY - URT - HASTINGUES - PEYREHORADE - D 29 - D 123 - ST CRICQ DU GAVE - D 22 - BENESSE LES DAX - HEUGAS - TERCIS - RIVIERE - SAUBUSSE - ST GEOURS - GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST BARTHELEMY - URT - HASTINGUES - PEYREHORADE - BELUS - ST LON - ORIST SAUBUSSE - LAMARQUEZE - GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE

(97KMS)

(72 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - MOUGUERRE PORT - BRISCOUS - HASPARREN - AYHERRE - ISTURITZ - LAHARANNE - D 123 - D 318 BARDOS - GUICHE - URT - ST BARTHELEMY - LA PIPETTE - ST ANDRE - ST MARTIN.

ST MARTIN - BAYONNE - MOUGUERRE PORT - BRISCOUS - BARDOS - BIDACHE - GUICHE - URT - ST BARTHELEMY - ST ANDRE - ST MARTIN.

5 ° DIMANCHE

(90 KMS)

(74 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT - HASTINGUES - PEYREHORADE - CAGNOTTE - BENESSE - HEUGAS - SIEST - ORIST - SAUBUSSE - PT LAMARQUEZE - MARSACQ - GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT - HASTINGUES - PEYREHORADE - CAGNOTTE - ST LON - ORIST - SAUBUSSE LAMARQUEZE - MARSACQ - ST MARTIN.



AOUT

8 HEURES

1 ° DIMANCHE
(96 KMS)

ST MARTIN – SAUBRIGUE – TYROSSE – SOUSTONS
- VIEUX BOUCAU - MESSANGES - MOLIETS - LEON
- MAGESQ - ND DE FATIMA - ST GEOURS -
GAYROSSE - SAUBRIGUES - ORX - LABENNE -
IRIEU - ST MARTIN.

(74 KMS)

ST MARTIN - CAPBRETON - PISTE
CYCL. - SOUSTON - MAGESQ - ND DE
FATIMA - ST GEOURS SAUBRIGUES - ST
MARTIN.

2 ° DIMANCHE
(95 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BEZIN - URT
HASTINGUES - PEYREHORADE - D 29 - D 123 - ST
CRICQ - D 22 - GAAS - HEUGAS - SIEST - ORIST -
SAUBUSSE - PT LAMARQUEZE - MARSACQ -
GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

(74 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT -
HASTINGUES - PEYREHORADE -
CAGNOTTE - ST LON - SAUBUSSE
LAMARQUEZE - MARSACQ - SAUBRIGUES -
ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE
(95 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - MAIGNON -
ARCANGUES - D 3 - ST PEE - SARE - LIZUNIAGA -
SARE - ST PEE - ALOTZ - ARCANGUES - MAIGNON -
BAYONNE – ARROUSETS - HONZAC - QRT NEUF -
ST MARTIN.

(70 KMS)

ST MARTIN - BAYONNE - RTE DES CIMES -
HASPARREN - LA BASTIDE - URT - ST
BARTHELEMY - ST ANDRE - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE
(95 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST BARTHELEMY -
URT - SEQUILLON - LA BASTIDE - HASPARREN -
CAMBO - ESPELETTE - PINODIETA - D 305 -
CHERCHEBRUIT - ST PEE - D 3 - ARCANGUES -
MAIGNON - BAYONNE - ARROUSETS - BEZIN - QRT
NEUF - ST MARTIN.

(66 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT - LA
BASTIDE - HASPARREN - RTE DES CIMES -
BAYONNE - BACHEFORET - ST MARTIN.

5 ° DIMANCHE
(90 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT - HASTINGUES -
PEYREHORADE - CAGNOTTE - BENESSE –
CARREFOUR D429 (près Heugas) - SIEST - ORIST -
SAUBUSSE - PT LAMARQUEZE - MARSACQ -
GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

(74 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - URT -
HASTINGUES PEYREHORADE - CAGNOTTE
- ST LON - ORIST - SAUBUSSE
LAMARQUEZE - MARSACQ - ST MARTIN.



SEPTEMBRE

8 HEURES

1 ° DIMANCHE

(77 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - MAIGNON -
ARCANGUES - D 3 - ST PEE - SOURAIDE - LANDES
D' ORDOTZ - USTARITZ - VILLEFRANQUE - ST
PIERRE - BAYONNE - PT DE FER - ARROUSETS -
HONZAC - ARVIGNE - QRT NEUF - ST MARTIN.

(63 KMS)

ST MARTIN - BAYONNE - PISTE CYC. - D 3 -
LANDES D'USTARITZ - VILLEFRANQUE -
BAYONNE - ARROUSETS - HONZAC - ST
MARTIN.

2 ° DIMANCHE

(77 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST BARTHELEMY -
URT - HASTINGUES - PEYREHORADE - BELUS - ST
LON - ORIST - SAUBUSSE - PT LAMARQUEZE -
MARSACQ - GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST
MARTIN.

(66 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST
BARTHELEMY - URT - HASTINGUES -
PEYREHORADE - N 17 - D 17 - LAMARQUEZE
- MARSACQ - GAYROSSE - SAUBRIGUES - ST
MARTIN.

3 ° DIMANCHE

(78 KMS)

ST MARTIN - QT NEUF - BAYONNE - MAIGNON -
ARCANGUES - D3 - D250 - USTARITZ - JATXOU -
RTE DES CIMES - HASPARREN - LABASTIDE -
SEQUILLON - URT - BEZIN - QT NEUF - ST
MARTIN.

(65 KMS)

ST MARTIN - BAYONNE - CROIX DE
MOUGUERRE - BRISCOUS - BARDOS -
GUICHE - URT - BEZIN - QT NEUF - ST
MARTIN.

4 ° DIMANCHE

(81 KMS)

ST MARTIN - IRIEU - LABENNE - CAPBRETON -
Lesd ESTAGNOTS - D 152 - RD PT LE PENON - D 89 -
SEIGNOSSE - TOSSE - TYROSSE - GAYROSSE -
HINX - LE POUY - LES ROUTIERS - STE MARIE - ST
LAURENT - D 12 - Don BIAUDOS - D 362 - ST
BARTHELEMY - BEZIN - QRT NEUF - ST MARTIN.

(63 KMS)

ST MARTIN - ONDRES - LABENNE -
HOSSEGOR CAPBRETON - LE PENON -
SEIGNOSSE - TOSSE - ST VINCENT -
SAUBRIGUES - ORX - MARAIS - ST ANDRE -
ST MARTIN

5 ° DIMANCHE

(70 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - ST PIERRE -
RTE DES CIMES - HASPARREN - LA BASTIDE -
SEQUILLON - URT - ST BARTHELEMY - LA PIPETTE
- ST ANDRE - ST MARTIN.

(55KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - ST
PIERRE - LES SALINES - BRISCOUS -
SEQUILLON - URT - ST BARTHELEMY - ST
ANDRE - ST MARTIN.



OCTOBRE

8 HEURES 30

1 ° DIMANCHE
(72 KMS)

ST MARTIN - PASSEDEUIL - ST BARTHELEMY - URT - D 261 - PORT DE GUICHE - BARDOS - D 318 - B. DE TARTAS - PESSAROU - LA BASTIDE - SEQUILLON - URT - BEZIN - LARROQUE - QRT NEUF - ST MARTIN.

2 ° DIMANCHE
(73 KMS)

ST MARTIN - ST ANDRE – VILLENAVE - ST MARTIN DE HINX – GAYROSSE - TYROSSE - TOSSE – SOUSTONS – ETANG HARDY – ETANG BLANC – SEIGNOSSE – ANGRESSE – BENESSE – SAINT ANDRE – ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE
(71 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - PORT DE MOUGUERRE - CROIX DE MOUGUERRE - BRISCOUS LES SALINES - HASPARREN - LA BASTIDE - D 10 - D 936 - NOGUES - URT - ST BARTHELEMY - LA PIPETTE - ST ANDRE - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE
(71 KMS)

ST MARTIN – QT NEUF - BEZIN - URT - HASTINGUES - PEYREHORADE – D19 (direction Bidache) – D343 (carrefour après autoroute) - HASTINGUES - SAMES – QT ST JEAN – PORT DE GUICHE - URT - BEZIN - LARROQUE – QT NEUF - ST MARTIN.

5 ° DIMANCHE
(60KMS)

ST MARTIN - ONDRES - TARNOS (TURBOMECA) - BOUCAU - GARE DE BAYONNE - PT ST ESPRIT - ST PIERRE - LES SALINES - BRISCOUS - SEQUILLON - URT - ST BARTHELEMY - LA PIPETTE - ST ANDRE - ST MARTIN.



NOVEMBRE

9 HEURES

1 ° DIMANCHE
(61 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - MAIGNON - ARCANGUES - D 3 - D 250 (LANDES D' USTARITZ) - USTARITZ - VILLEFRANQUE - ST PIERRE - PT DE FER - BAYONNE - ARROUSETS - HONZAC - ARVIGNE - QRT NEUF - ST MARTIN.

2 ° DIMANCHE
(63 KMS)

ST MARTIN - IRIEU - LABENNE - CAPBRETON - D 28 - BENESSE - SAUBRIGUES - GAYROSSE - MARSACQ - D 345 - LES ROUTIERS - STE MARIE - ST LAURENT - MONTPELLIER - COQ HARDY - RESERVE DE PUNTET - LARROQUE - QRT NEUF - ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE
(67 KMS)

ST MARTIN - SAUBRIGUES - D 366 - ST MARTIN DE HX - D 366 - STE MARIE - ST LAURENT - URT - URCUIT - LAHONCE - BAYONNE - PT DE FER - ARROUSETS - BEZIN - LARROQUE - QRT NEUF - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE
(62 KMS)

ST MARTIN - SAUBRIGUES - TYROSSE - SAUBION - SEIGNOSSE - ANGRESSE - SOORTS - D 418 - CAPBRETON - BENESSE - ORX - LABENNE - IRIEU - ST MARTIN.

5 ° DIMANCHE
(55KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - ST PIERRE - LES SALINES - BRISCOUS - SEQUILLON - URT - ST BARTHELEMY - LA PIPETTE - ST ANDRE - ST MARTIN.



DECEMBRE

9 HEURES

1 ° DIMANCHE
(53 KMS)

ST MARTIN – QRT NEUF – BEZIN – URT – SEQUILLON – BRISCOUS – LES SALINES – ST PIERRE –
BAYONNE - PONT DE FER – ARROUSETS – BEZIN – LARROQUE - QRT NEUF - ST MARTIN.

2 ° DIMANCHE
(61 KMS)

ST MARTIN - D 54 - SAUBRIGUES - TYROSSE - TOSSE - TOUR DE L'ETANG BLANC - SEIGNOSSE –
ANGRESSE - SOORTS - CAPBRETON - LABENNE - ONDRES - ST MARTIN.

3 ° DIMANCHE
(60 KMS)

ST MARTIN - QRT NEUF - BAYONNE - MOUGUERRE PORT - BRISCOUS - SEQUILLON - URT -
BIARROTTE – ST MARTIN HINX - VILLENAVE – ST ANDRE - ST MARTIN.

4 ° DIMANCHE
(48 KMS)

ST MARTIN - IRIEU - LABENNE - CAPBRETON - HOSSEGOR PLAGE - TOUR DU LAC - SOORTS -
ANGRESSE - TYROSSE - SAUBRIGUES - ST MARTIN.

5 ° DIMANCHE

REPOS



A

L'ANNEE

PROCHAINE

