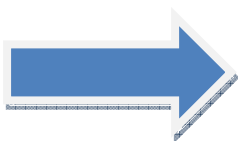


LA ROUTE DES DAMES



Le dimanche 12 juin 2022

ASPTT AMIENS
CYCLISME
CLUB OMNISPORTS
cultivons vos envies



La route des dames

ELD 140 et 110 km Dimanche 12 Juin 2022

Lieu de la sortie : **De Saint-Léger-les-Domart à Saint-Valéry**

Lieu du rendez-vous à Saint Léger-Les-Domart:	: Parking derrière la salle des fêtes
Heure du rendez-vous à Saint Léger-Les-Domart:	: 8h00
Heure du départ de Saint Léger-Les-Domart:	: 8h30

Anthony et Gérald POIRE & Philippe PRUVOST

Deux distances (140km - 110km)

Vous devez obligatoirement confirmer votre inscription avant le mardi 7 juin sur le site !

ESPACE MEMBRE/ CLASSIQUES 2022/ MES INSCRIPTIONS/ et dans Gestion icône vert pour confirmer ou icône rouge pour se désister



Aucune inscription sur place ne sera possible.

Si vous ne confirmez pas, alors pas de participation.

Attention, si vous ne pouvez participer !

Date limite de désistement afin d'être remboursé : mardi 7 juin

**En cas de besoin, contacter Christophe : 06 23 49 54 24
ou Stéphane : 07 69 08 78 45**



Commentaires des organisateurs

Présentation de l'épreuve :

Pour cette édition 2022, 2 circuits vous sont proposés : 1 circuit de 143 km et 1 second de 110 km, avec respectivement 1000m et 700m de dénivelé positif. 2 distances raisonnables qui doivent permettre à chacun de ne pas rentrer trop fatigué de cette sortie vélo.

Le 1er circuit permettra de gravir quelques belles bosses jusqu'à la jolie forêt de CRECY pour rejoindre la Baie de Somme en passant par ST VALERY. Ensuite nous nous dirigerons vers le Vimeu en passant par ARREST, direction FEUQUIERES EN VIMEU, pour rejoindre ensuite PONT REMY et longer la VALLEE DE LA SOMME. De LONG il nous faudra de nouveau grimper pour rejoindre AILLY LE HAUT CLOCHER, FRANSU redescendre sur DOMART pour ensuite remonter sur BERNEUIL et rejoindre CANAPLES avant retour sur ST LEGER LES DOMART.

Le second circuit empruntera la même route que le 1er circuit jusque ST VALERY SUR SOMME, mais reviendra ensuite par CAMBRON, la VALLEE DE LA SOMME. A LONG, il faudra aussi grimper pour rejoindre AILLY LE HAUT CLOCHER avant de redescendre sur ST LEGER LES DOMART en passant de nouveau par GORENFLOS et DOMART.

Une belle journée de vélo qui s'annonce, sous le soleil, à la portée de tous avec ché COPAINS de BERTEAUCOURT !

Commentaire sportif :

143 KM pour le grand circuit et 110 pour le petit, sur un parcours plutôt exigeant, voilà qui nous amènera à composer des groupes encore plus homogènes qu'à l'habitude, en particulier en groupe 1. Les côtes assez nombreuses devront être grimpées groupées dans l'esprit du club « le vélo collectif », les meilleurs grimpeurs feront le train pour préserver les moins rapide, mais tous ensemble bien sûr !

Parties libres :

Les côtes de LONG et de BERNEUIL ainsi, chacun pourra se faire « plaisir » le reste des montées se fera en groupe en préservant une allure régulière !

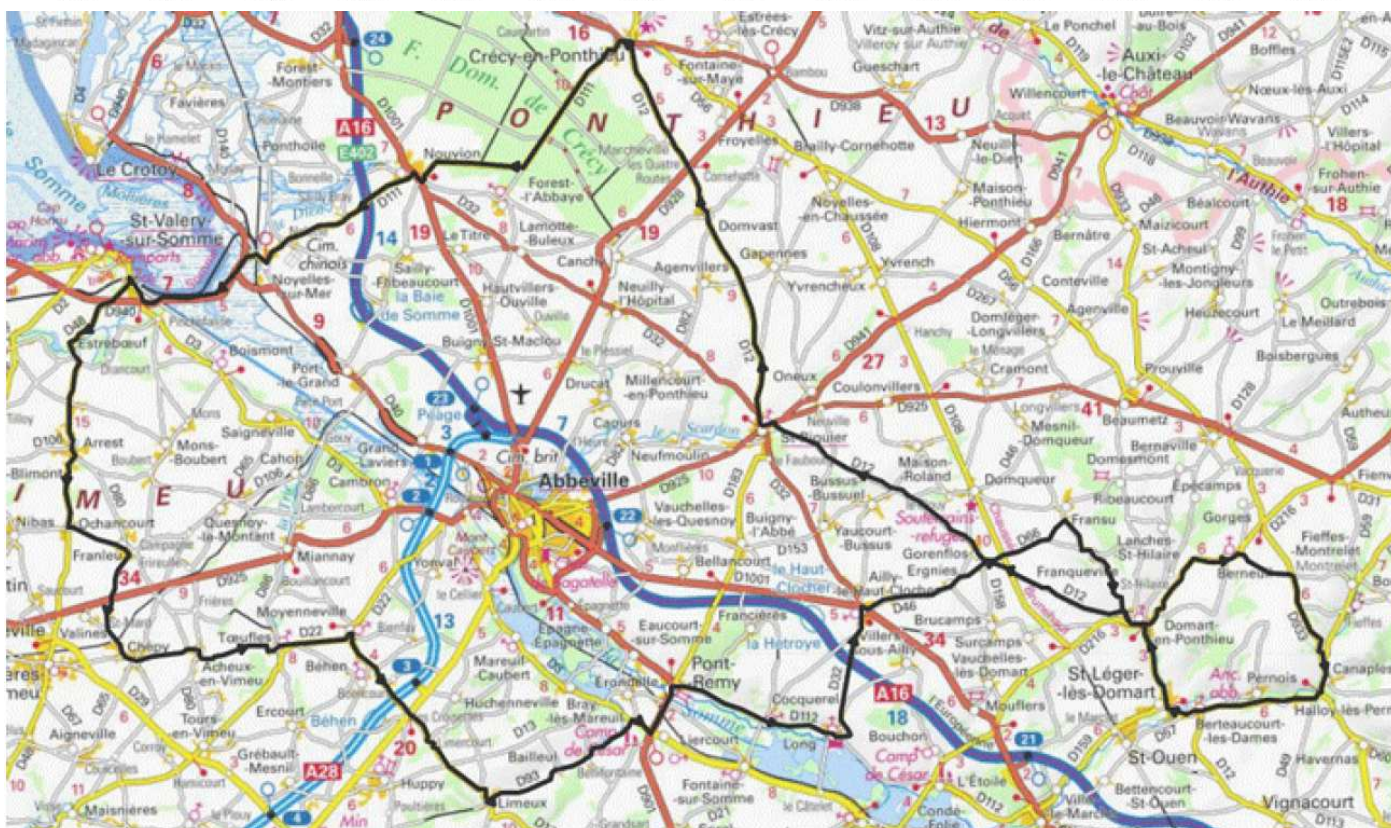
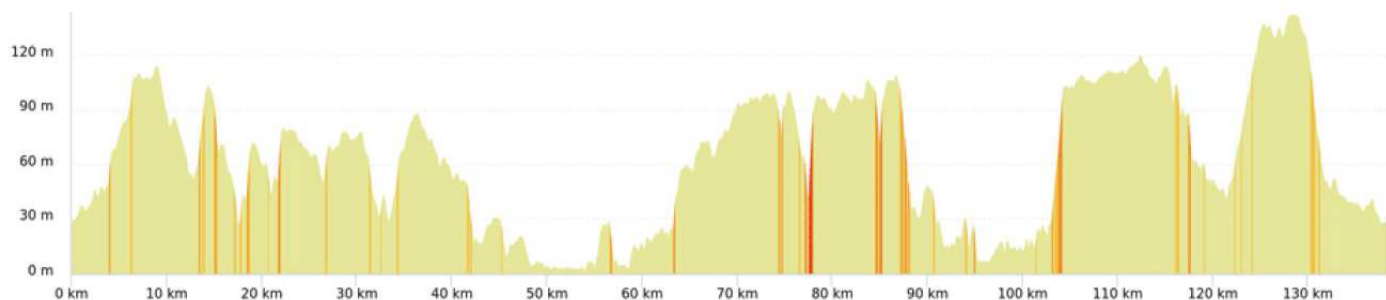
Les parcours

Grand circuit

Distance  138 Km

Dénivelé  1130 mètres

St Leger -> Domart -> St Riquier -> Crecy -> Nouvion -> Noyelles -> St Valery -> Estréboeuf -> Ochancourt -> Franleu -> Chepy -> Moyenneville -> Limeux -> Pont-Remy -> Long -> Ailly Le Haut Clocher -> Fransu -> Domart -> St Leger.



Petit circuit

Distance  106 Km

Dénivelé  790 mètres

St Leger -> Domart -> St Riquier -> Crecy -> Nouvion -> Noyelles -> St Valery -> Boismont -> Saigneville -> Cambron -> Mareuil -> Liercourt -> Fontaine -> Cocquerel -> Long -> Ailly Le Haut Clocher -> Ergnies -> Gorenflos -> Domart -> St Leger



