

TATHOU- LE MONT SAINT-MICHEL Randonnée itinérante VTT

7^{ème} édition
du 5 au 8 juillet 2012



7^e édition Tathou Mont-Saint-Michel

Randonnée VTT

Découvrez des sites d'exception de la Manche
(Possibilité de randonner à la journée)

5 au 8 juillet 2012

Infos
sur manche.ffct-lbn.org
cyclomanche@wanadoo.fr
ou T. 02 33 47 93 51
Date limite d'inscription :
22 juin 2012

Organisée par le Comité Départemental FFCT de la Manche
et en partenariat avec le conseil général de la Manche



LA MANCHE
CONSEIL GÉNÉRAL

*La Randonnée VTT pour découvrir des sites et paysages d'exception,
du département de la MANCHE.
(Possibilité de randonner à la journée)*

Date limite d'inscription : 22 juin 2012

Renseignements sur le site du CODEP 50 : <http://manche.ffct-lbn.org>

Pour nous contacter : cyclomanche@wanadoo.fr tél : 02.33.47.93.51 de 19 h00 à 21 h00

Renseignements sur la Fédération Française de cyclotourisme : <http://www.ffct.org/>.

Le Comité Départemental de Cyclotourisme de la Manche (CODEP 50), est une association loi 1901 affiliée à la Fédération Française de Cyclotourisme (FFCT), association reconnue d'utilité publique, agréée Ministère du Tourisme et du Ministère de la Jeunesse, des sports et de la vie associative. Notre fédération œuvre pour la pratique du vélo pour tous à travers de nombreuses manifestations ou randonnées alliant tourisme, sport-santé et culture à l'exception de toute compétition.

C'est dans le respect de notre charte fédérale et des obligations découlant de nos agréments que le comité départemental de la Manche organise la 7^{ème} édition de la randonnée VTT, TATIHOU - LE MONT SAINT MICHEL. A l'instar « des Chemins du Mont » (FLERS- LE MONT MCHEL ou HONFLEUR LE MONT SAINT MICHEL, ces randonnées itinérantes, sur plusieurs jours, sont une des spécificités de la ligue de Basse Normandie.

Cette randonnée au long cours permettra à chacun de découvrir les charmes et la diversité des paysages de la Manche, en roulant à son rythme, sans esprit de compétition, dans le respect de la charte du pratiquant VTT FFCT (<http://www.ffct.org/index.php?id=27>) , du code de la route et des autres usagers des chemins.

Pour cette 7^{ème} édition, nous souhaitons accentuer le volet touristique de cette randonnée et poursuivre nos efforts pour qu'elle soit la plus exemplaire possible au plan environnemental.

Cette randonnée est rendue possible grâce au soutien apporté, depuis l'origine, par le Conseil Régional de Basse Normandie, le Département de la Manche, les communautés de communes et les communes situées tout au long du parcours.

La continuité du partenariat privé est également très appréciée.

Mais il ne faut pas oublier l'investissement des bénévoles mobilisés pour la plus grande satisfaction des randonneurs : plus de 40 personnes et 1 200 heures cumulées de travail (et de bonheur) pour l'édition 2010.

C'est pourquoi au nom du Comité départemental mais également au nom des VTTistes qui ont participé aux éditions précédentes, je renouvelle nos remerciements aux collectivités locales, aux entreprises et aux bénévoles qui assurent la pérennité de cette randonnée.

Pour le CODEP 50

Le Président
Bernard MEISS



Les parcours

Jeudi 5 juillet 14 h : St Vaast la Hougue - St Sauveur le Vicomte

Distance : 65 km

Dénivelé : + 895 m, - 864 m

Sur le parcours ou à proximité : l'Ile de TATIHOUE, le fort de la Hougue, la Chapelle des Marins, le point de vue de la pernelle, les hôtels de Valognes, les ruines d'Alauna, les Ponts de cul de fer... : A Saint Sauveur le Vicomte : l'Abbaye, Le vieux château, la forêt domaniale.

Vendredi 6 juillet : St Sauveur le vicomte- Canisy

Distance : 95 km

Dénivelé : + 1121 m, - 1075 m

Sur le parcours ou à proximité : Le Mont Doville, l'église en ruine de Saint Sauveur de Pierrepont le Mont Castre ... Le château de Canisy.

Samedi 7 juillet : Canisy -Villedieu

Distance : 90 km

Dénivelé : + 1680 m, - 1576 m

Sur le parcours ou à proximité : Le village de la Baleine, l'Abbaye d'Hambye, A Villedieu : l'atelier du cuivre, la fonderie des cloches, la Maison de l'étain.

Dimanche 8 Juillet : Villedieu- Le Mont St Michel- Pontorson

Distance : 95 km

Dénivelé : + 1459 m, -1560 m

Sur le parcours ou à proximité : Avranches et notamment son point de vue sur la baie du Mont Saint Michel. La baie avec ses couleurs changeantes, le Mont Saint Michel la « Merveille »....

Prêt pour le départ ?





Organisation générale

- **Hébergement "Aventure", en gymnase sur inscription préalable et limité aux 150 premiers inscrits. Couchage et duvet non fournis.**

Et si vous préférez des formules plus confortables, liste des campings, gîtes, hôtels et chambres d'hôtes, disponible auprès du Comité Départemental de Tourisme de la Manche :

Tél. : 02 33 05 98 70

Site : www.manchetourisme.com

- **Transport du matériel, des bagages, couchage et duvet:** assuré par l'organisation de St VAAST à PONTORSON.

Sur option avec participation aux frais de transport et sous réserve du nombre de demandes :

le jeudi 5^{er} juillet, transport des bagages, couchage et duvet de PONTORSON à St VAAST la HOUGUE, RV mairie entre 8h et 9h (horaire prévisionnel). .

Prévoir des protections VTT pour le transport

Le dimanche 8 juillet, transport des bagages, couchage et duvet de PONTORSON à St VAAST la HOUGUE, départ 18 h00 (horaire prévisionnel).

Prévoir des protections VTT pour le transport

Sur option avec participation aux frais et inscription préalable :

- **Restauration :** *repas froid le midi, repas chaud le soir, petit déjeuner complet.*
-





Sécurité et assistance technique.

➤ Sécurité.

Les circuits ont été reconnus et balisés dans les jours précédents la randonnée.

Chaque jour -, deux motards -- vérifieront le circuit du jour avant votre départ.

Le balisage est volontairement discret afin d'en réduire l'impact visuel et faciliter son effacement après la randonnée.

Compte tenu de la longueur des parcours, le CODEP privilégie le balisage par flèche de couleur avec des bombes de peinture ou des rubalises. Un balisage temporaire avec des pancartes nécessiterait de trop nombreux déplacements de véhicules avec un impact environnemental plus défavorable.

Les circuits seront fermés, à VTT, par une équipe de bénévoles. Cette équipe retirera les rubalises.

Chaque randonneur disposera d'une carte de route avec des points de repère et les numéros de téléphone utiles (secours et véhicule organisation).

Le port du casque, de gants et de lunettes est vivement recommandé, obligatoire pour les mineurs de 16 à 18 ans **devront être accompagnés**.

➤ Assistance technique.

Soyez autonomes pour les pièces d'usure. Le CODEP n'assure pas d'assistance technique sur le parcours. En cas de panne sérieuse ne permettant pas au participant de rejoindre la commune étape, le CODEP assurera son transport.

Notre partenaire **Cycle P2R, la passion du 2 roues**, à BRIX, assurera un point mécanique dans les communes étapes du midi et du soir.

Plus d'infos sur P2r : www.lapassiondu2roues.com



Et si vous notiez les coordonnées des autres professionnels du cycle sur le circuit :

COUTANCES : CYCLES and CO <http://www.cyclesandco.fr/> 02.33.46.69.86

SAINT LO/AGNEAUX : CYCLES 14 <http://cycles14.over-blog.com/> 02.33.57.54.91

VRC Velo Racing Club <http://www.cycles-vrc.com/index.htm> 02.33.05.57.40



Bulletin d'inscription

	Non licencié FFCT	Non licenciés FFCT de 16 à 18 ans	Licenciés FFCT	Licenciés FFCT de 16 à 18 ans	Nombre	Total
Raid 4 jrs	45 €	23 €	35 €	Gratuit		
05/07	10 €	5 €	7 €	Gratuit		
06/07	13 €	6 €	10 €	Gratuit		
07/07	13 €	6 €	10 €	Gratuit		
084/07	13 €	6 €	10 €	Gratuit		
TOTAL 1						

Prestations supplémentaires facultatives

	Tarif	05/07	06/07	07/07	08/07	Total
Repas froid midi	10 €					
Repas chaud soir	12 €				X	
Petit déjeuner	5 €	X				
Hébergement	3 €				X	
Transport PONTORSON- ST VAAST la HOUGUE	20 €		X	X		
TOTAL 2						
TOTAL 1 + 2						

Transport Saint VAAST la HOUGUE- PONTORSON et PONTORSON- Saint VAAST la HOUGUE
sous réserve du nombre de demandes.

Bulletin d'inscription (Date limite de réception : 22 juin 2012)

Ecrire en capital d'imprimerie si remplissage manuscrit

Nom : Prénom : Né(e) le : /

Adresse :

Code Postal : Ville :

Tél. fixe : Portable : e-mail :

N° de licence FFCT (joindre photocopie de la licence) :

Nom du club FFCT : N° Club FFCT :

Pour les mineurs entre 16-18 ans, autorisation parentale à l'inscription (avec le nom de l'adulte accompagnateur participant à la randonnée).

Chèque à l'ordre de CODEP 50 CYCLO -

Banque :

N° de chèque :

Montant :

joindre timbre pour accusé de réception à défaut d' adresse e-mail.

Personne à prévenir en cas d'accident :

Nom : Prénom :

Ville :

Tél. : Portable : e-mail

Bulletin d'inscription accompagné du règlement à adresser, avant le 22 juin 2012, à :

Hubert HUET

Chemin du Presbytère

50 700 Saint GERMAIN de TOURNEBUT