

PROGRAMME LONGUES DISTANCES 2018

Les numéros de parcours et leurs distances seront ajustés après la refonte en cours des parcours

DATE	PARCOURS	DEPART	DISTANCE
Février			
4	N°3	8h30	90 km
11	N°4 allongé	8h30	90 km
18	N°5	8h15	96 km
25	N°6	8h	102 km
Mars			
4	N°7 allongé	8h	100 km
11	Rando Andresy	7h30	100 km + 18 km A/R depuis St Germain
ou 11	Brevet Randonneur Andresy 200 km	7h	Départ d'Andresy : 200 km (1800 m de dénivelé)
18	Rando Noisy le Roi	7h30	Départ de St Germain : 90 km + A/R de St Germain 15 km
ou 18	Brevet Randonneur Flins 200 km	7h	Départ de Flins : 200 km "cool" (930 m de dénivelé)
24	Rando Boulogne	7h	Départ de Boulogne : 220 km
25	N°8 allongé	7h30	110 km
Avril			
1	Rando Beynes	7h	100 km + 32 km A/R depuis St Germain
2	N°10 allongé	8h	100 km
7	Brevet Randonneur Cergy 200 km	7h	Départ de Cergy : 200 km (1510 m de dénivelé)
8	Rando Menucourt	7h	100 km + 42 km A/R depuis St Germain
15	Rando St Remy les Chevreuse	7h30	Départ de St Remy : 120 (1650 D+) +
ou 15	N°12 allongé	7h30	110 km
22	N°13	7h30	108 km
29	Hauteurs et Vallées	7h30	Départ de Maurepas : 105 km
Mai			
1	N°15	7h30	120 km
6	Rando Poissy	7h30	90 km + 12 km A/R St Germain
8	N°17	7h30	125 km

10	Rando Mantes la Ville	7h	156 ou 206 km
13	N°2 allongé	7h30	120 km
20	Rando Tacoignères	7h	70 km + 74 km A/R depuis St Germain
21	N°4 allongé	7h30	110 km
26	Rando Villepreux Les Andelys	7h	138 ou 215 km
27	N°5 allongé	7h30	110 km
Juin			
2	Cyclomontagnarde du Jura		230 km - 3830 D+
3	Rando Maisons Laffitte	7h30	78 ou 100 km + 20 km A/R St Germain
9	Monti-Cyclo	7h	Départ de Montigny : 150 ou 200 km
10	N°7 allongé	7h30	120 km
16	Versailles - Chambord	7h	Départ de Versailles : 210 km
17	N°8 allongé	7h30	120 km
ou 17	Grandfondo Ventoux		130 km 3200m D+
21 - 23	Ardéchoise		469 km
Juillet			
1	N°10 allongé	7h30	120 km
8	Etape du Tour	7h	178 km
Août			
25	Rando Magnanville	7h	Départ de Magnanville : 176 km
26			110 km
Septembre			
2	Rando Croissy	7h	127 km + 15 km A/R St Germain
9			
16	Rando Houilles	7h	115 km + 20 km A/R St Germain
22	Rando Maisons Laffitte (De Selle en Selle)	7h	155 km + 20 km A/R St Germain
23			110 km
29	Frepillon Ronde des Chateaux	7h	Départ de Frépillon : 200 km
30			110 km
Octobre			
7	Rando Conflans	7h30	100 km + 22 km A/R St Germain
14	Rando Marly le Roi	8h	90 km + 10 km A/R St Germain