

Lieu & Horaires

• Accueil - Inscriptions - Départs

- Gymnase Jules Ladoumègue - Route de Trappes - 78180 Montigny-le-Bretonneux
- Parcours famille VTT : samedi à 13h30
Parcours Route, Marche et Rando/Raid VTT : dimanche à partir de 7h

Renseignements sur www.vcmb.fr

Complément d'informations (VTT) : <http://rando.renardsdumanet.fr>

e-mail : feteduvelo@vcmb.fr

VTT : 06 62 12 06 11



La Fête du Vélo

Gymnase Jules Ladoumègue

SAINT-QUENTIN EN YVELINES

ORPI

MONTIGNY-LE-BTX

Centre Commercial du Monet, 3 Rue Jean Goujon,
78180 Montigny-le-Bretonneux
01 30 43 30 45

immoprêt

La solution pour votre prêt

1 bis boulevard Vauban
78180 Montigny-le-Bretonneux
01 30 64 81 30 - 06 65 98 50 28

La Fontaine

Restaurant

1 Avenue Joseph Kessel, 78180 Montigny-le-Bretonneux
01 30 44 33 20 - www.resto-lafontaine.com



NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



Montigny-le-Bretonneux

78180 Gymnase Ladoumègue

OUVERT À TOUS

La Fête du Vélo

Du 14 au 16 septembre 2018

3R

RANDO
AID DES
RENARDS

VTT NOUVEAU



Vendredi 14/09 : NOCTURNE

Samedi 15/09 : FAMILLE

Dimanche 16/09 : RANDO/RAID



Rando & RAID,
inscriptions sur
www.vcmb.fr

Dimanche 16 septembre 2018

Rallye du parc naturel régional de la Haute Vallée de Chevreuse

ROUTE

65 km - 85 km - 105 km
et parcours Famille



Rando Pédestre 10 km
Initiation Marche Nordique



32^e rallye du parc naturel régional de la Haute Vallée de Chevreuse

- Tout est prévu et organisé pour une randonnée sans souci.
 - Les itinéraires généreusement fléchés, vous guideront en Vallée de Chevreuse. Mais gardez l'oeil ouvert !
 - Ravitaillement offert sur les parcours et collation à l'arrivée.
 - Dimanche 16 : Départ à partir de 7h00.
 - Départs encadrés par des cyclos confirmés du VCMB :
 - à 08h45 ou à 09h30 sur le parcours de 65 km
 - à 09h30 ou à 10h30 sur le parcours Famille

Tarifs Route

(Inscriptions sur place à partir de 7h00)

Licenciés et/ ou Saint-Quentinois	5 €
Autres	7 €
Parcours Famille et -18 ans	Gratuit

Randonnée pédestre et Marche Nordique

L'ADAL s'associe au VCMB pour proposer, au départ du gymnase Ladoumègue le dimanche 16 :

- une randonnée pédestre d'environ 10 km (durée : 3h30) menée par des animateurs de l'ADAL (chaussures de randonnée recommandées ou tennis) départ à 8h45.
- de l'initiation à la marche nordique avec un animateur breveté (durée : 2h00), bâtons prêtés dans la limite des stocks disponibles. Il est conseillé de venir avec ses bâtons de rando si on en a.

Départ à 8h30 : inscriptions gratuites à partir de 7h45 sur place (collation à l'arrivée)

Infos et contact : <http://adal78.pagesperso-orange.fr>
Email : secretariat.adal@orange.fr

Recommandations

- Port du casque obligatoire
- Respectez le code de la route
- Respectez la faune et la flore
- Ne surestimez pas vos capacités, ni votre entraînement
- Choisissez le parcours qui vous convient
- Ne vous écartez pas des chemins balisés.

26^e Rando-Raid des Renards

- Différents parcours sont proposés pour vous permettre de découvrir le territoire des Renards du Manet. Des variantes permettent à chacun d'adapter son parcours à ses envies.
 - Parcours NOCTURNE, 25 km
 - Parcours FAMILLE, de 18 à 24 km, sans difficulté et accessible aux enfants, prêt de VTT possible sur réservation
 - Parcours RANDO, de 33 à 45 km et 500 à 600 m de dénivelé positif
 - Parcours RAID, de 57 à 73 km et 850 à 1200 m de dénivelé positif
- Ravitaillement sur tous les parcours et collation à l'arrivée

NOUVEAU

Horaires des départs :

Vendredi à 20h30 pour le parcours NOCTURNE
Samedi de 13h30 à 15h00 pour le parcours FAMILLE
Dimanche de 7h00 à 8h30 pour le parcours RAID
Dimanche de 8h00 à 9h30 pour le parcours RANDO

Aire de lavage à l'arrivée

Complément d'informations : <https://rando.renardsdumanet.fr>

Inscriptions et Tarifs VTT

FAMILLE	Adultes : 7 €	Enfant -16 ans : 4 €
Inscriptions Famille en ligne ou sur place, sans limite de participant		
NOCTURNE*	6 €	
RANDO*	9 €	
RAID*	10 €	

*nombre de places limitées
Réduction de 2 € pour les Saint-Quentinois et les licenciés cyclistes FFC / FFCT / UFOLEP / FSQT
Assurance individuelle accident facultative en sus : 2 €

NOCTURNE / RANDO & RAID*
Inscriptions en ligne
uniquement sur le site
<https://rando.renardsdumanet.fr/>
(pas d'inscriptions sur place)

