



Brevet Mer / Montagne Randonnée Féminine St-Brieuc / Le Col du Béal

Organisation : Comité départemental de Cyclotourisme des Côtes-d'Armor
Commission Féminines

Responsable : Marie-France Floury

Ouvert : aux licenciées costarmoricaines.

Date : la randonnée se déroulera du 29 juin au 7 juillet 2024.

Nous roulerons en groupes homogènes avec allure définie au départ sur un parcours en 6 étapes de 75 à 150 km .

Nous serons accompagnées par deux véhicules.

Etapes réservées à l'hôtel.



Arrivée au [centre FFCT des 4 vents](#) à Aubusson d'Auvergne le 4 juillet 2024. Séjour détente, récupération et possibilités de randonnées vélo avec ascension du Béal...

Nous rentrerons en car le dimanche 7 juillet 2024.

Préparation :

Un Week-End «Préparation/Présentation» sera organisé les 6 et 7 avril 2024 pour toutes les participantes.

Deux journées permettront aux groupes de tester leur cohésion et leur endurance. Le samedi 27 avril 2024 à Plérin et le mercredi 1^{er} mai 2024 avec le club de Matignon.

Toute autre sortie «longue» sera bonne à prendre pour préparer le physique, le mental et le matériel.



Le coût : 850€ (hors subventions) avec paiement échelonné en plusieurs versements courant 2024.

Un acompte de 100€ est demandé lors de l'inscription.

Contacts : Marie-France Floury 06 27 67 11 29 departement22-feminines@ffvelo.fr
ou Claire Percevault 06 30 99 25 71 cl.percevault@orange.fr



Brevet Mer / Montagne Randonnée Féminine St-Brieuc / Le Col du Béal

Bulletin d'inscription à Compléter et retourner,
pour le 31 octobre 2023, accompagné d'un chèque d'acompte
à l'ordre du CODEP Cyclotourisme des Côtes d'Armor.
Sera adressé à Claire Percevault 35 rue Tiphaine de Ragueneil 22350 Broons.

Nom

Prénom

N° licence FFCT

Vos coordonnées Téléphone mail

Nous roulerons par petits groupes ;
Choisissez votre allure 18 20 ou 22km/h

Souhait concernant le partage
Nommez votre équipière
hébergement (chambre hôtel 2 personnes)

Remarques – Commentaires

Fait à

le

Signature