

L'ex-Basse-Normandie



La Basse-Normandie correspondait à la partie occidentale de l'ancienne province de Normandie et à la partie nord de l'ancien comté du Perche. Elle était bordée au nord et à l'ouest par la mer de la Manche, au nord-est par la région Haute-Normandie, au sud-est par la région Centre-Val de Loire, au sud par la région Pays de la Loire et au sud-ouest, sur une petite portion, par la région Bretagne.



Parcs Naturels Régionaux

Lors de la réalisation des Rayons Normands de Bronze au départ de Caen, vous découvrirez le Parc Naturel Régional des Marais du Cotentin et du Bessin sur ceux de Cherbourg ou Coutances et celui de Normandie-Maine sur celui d'Alençon.



Cela sera pour vous l'occasion de pouvoir valider la zone 5 du Brevet des Parcs de la FFCT.



Les pointages BPF et BCN



Le long de vos différents Rayons Normands de Bronze au départ de Caen, vous aurez la possibilité de valider – au moins – 8 villes sélectionnées dans le cadre du Brevet des Provinces Françaises et 3 départements pour le compte du Brevet de Cyclotourisme National : Thury-Harcourt/Le Hom(14), Balleroy-sur-Drone (14), Beuvron-en-Auge (14), Condé-sur-Vire (50), Le Mont-Saint-Michel (50), Mortain (50), Saint Sauveur-le-Vicomte(50) et Saint-Vaast-la-Hougue(50).

Ces sites retenus sont sélectionnés pour leur intérêt touristique indéniable : point de vue original, curiosité géographique ou architecturale, village typique d'une région, monuments, passé historique...

Le règlement

Art.1

Les Rayons Normands de Bronze au départ de Caen sont des randonnées permanentes de cyclotourisme ouvertes à tous les cyclotouristes Français ou Étrangers, licenciés ou non, régulièrement assurés pour la pratique de la bicyclette.

Les participants doivent se déplacer dans le respect du code de la route, de la nature et son environnement.

Les mineurs devront être obligatoirement accompagnés par un parent, tuteur légal ou éducateur qualifié.

Les Rayons Normands de Bronze au départ de Caen sont organisés par le Comité Régional de Cyclotourisme de Normandie.

Art.2

Les 10 Rayons Normands de Bronze au départ de Caen ont été tracés afin de rejoindre Caen aux 10 autres Préfectures et sous-préfectures de l'ex-région de Basse-Normandie.

Tracés hors des grands axes routiers, les itinéraires sont très attrayants par leur aspect touristique, culturel et contemplatif. Ces itinéraires sont proposés et non imposés ; les passages aux contrôles départ, intermédiaires, et arrivée sont obligatoires.

Art.3

Les Rayons Normands de Bronze au départ de Caen devront être réalisés en continu. Il sera bien sûr interdit de cumuler toute autre randonnée permanente sauf brevets à sites touristiques du genre BPF.

Art.4

Les Rayons Normands de Bronze au départ de Caen font partie intégrante des Rayons Normands - bronze, argent et or – départ de Rouen ou Caen. Ils pourront être cyclés dans les deux sens et à date libre et sans notion de délais.

Art.5 sécurité et assurance

Les participants devront respecter le code de la route et avoir une bicyclette en bon état de marche. Il leur sera néanmoins demandé la prudence, notamment le port casque ainsi que du baudrier dès que les conditions météorologiques le nécessiteront.

Pour les non-licenciés, l'organisateur souscrit une RC.

Art.6 Homologation

Dès la randonnée terminée, il conviendra de transmettre la carte de route à l'homologation après l'arrivée sous quinzaine après l'arrivée. Celle-ci sera homologuée sous réserve de la complétude de la carte de route par les « contrôles » (tampon du commerce ou photo). En fin d'année, les cartes de route seront remises avec la médaille et les récompenses collectives.

Art.7 Inscriptions

Étant donné que celles-ci sont valables à vie, n'hésitez pas à les prendre en période hivernale (deux mois de délai en cas d'absence).

4 euros pour un licencié FFCT – 6 euros pour les non licenciés FFCT - médaille facultative 10 euros. Chèque libellé au nom du Coreg de Normandie de Cyclotourisme.

Art.8

Les dix Rayons Normands de Bronze au départ de Caen proposés peuvent être réalisés indépendamment les uns des autres, dans un sens ou dans un autre et autant de fois que souhaité.

Les Rayons CAEN Normands de Bronze



Randonnée Permanente du Comité Régional de Cyclotourisme de Normandie



10 parcours de 84 à 330 km et de 620 à 3.577 m de dénivelé soit 2.015 km pour 18.502 m de dénivelé.



Présentation générale



Schéma des parcours



Les 10 Rayons Normands de Bronze au départ de Caen

Destination	km	Dénivelée
Alençon	261	1.872 m
Argentan	172	1.471 m
Avranches	272	3.577 m
Bayeux	84	620 m
Cherbourg-en-Cotentin	330	2.521 m
Coutances	203	2.361 m
Lisieux	139	1.066 m
Mortagne-au-Perche	275	2.233 m
St-Lo	138	1.237 m
Vire-Normandie	141	1.544 m

Lieux de pointage

Alençon : Falaise, Alençon, Champfleur, le Pin-au-Haras,
Argentan : Falaise, Argentan, la Roche-d'Oëtre, Thury-Harcourt/Le Hom,
Avranches : Villedieu-les-Poêles, Avranches, La Caserne, Tinchebray,
Bayeux : Reviers, Vaucelles, Bayeux,
Cherbourg : Grandcamp-Maisy, Cherbourg-en-Cotentin, Le Molay-Litry,
Coutances : Cerisy-la-Forêt, Coutances, Condé-sur-Vire,
Lisieux : Lisieux, Beuvron-en-Auge, Pegasus-Bridge,
Mortagne-au-P. : St-Pierre-sur-Dives, Le Bourg-Saint-Léonard,
Mortagne-au-Perche, L'Aigle,
Saint-Lô : Balleroy-Sur-Drone, Saint-Lô, Villers-Bocage,
Vire : Vire, Saint-Martin-des-Besaces.



Bulletin d'Engagement pour Les Rayons Normands de Bronze au départ de Caen

NOM : Prénom :
N° de licence : N° de club :
Club : Adresse :
C.P. : Ville : Tel :
mail :@.....

	Destination	Engagement	Médaille	S-total
1	Alençon	... x 4/6€	... x 10 €	€
2	Argentan	... x 4/6€	... x 10 €	€
3	Avranches	... x 4/6€	... x 10 €	€
4	Bayeux	... x 4/6€	... x 10 €	€
5	Cherbourg-en-C.	... x 4/6€	... x 10 €	€
6	Coutances	... x 4/6€	... x 10 €	€
7	Lisieux	... x 4/6€	... x 10 €	€
8	Mortagne-au-P.	... x 4/6€	... x 10 €	€
9	Saint-Lô	... x 4/6€	... x 10 €	€
10	Vire-N.	... x 4/6€	... x 10 €	€
Total à payer à l'ordre du Comité Régional du Cyclotourisme de Normandie				€

FFCT : 4 € - non FFCT : 6 €

Pour les mineurs, coordonnées du représentant légal ou de l'éducateur qualifié :

NOM : Prénom :
N° de licence : N° de club :
Club :
Adresse :
C.P. : Ville :

Je déclare avoir pris connaissance du règlement et l'accepter dans son intégralité

Signature

A le

En contrepartie, le participant recevra une carte de route, une feuille de route et un document tourisme (uniquement à son premier engagement), ainsi que la plaquette annuelle des résultats.

Correspondant :

Michel CHAUSSEPIED

327, Boulevard des belles portes
14200 Hérouville-Saint-Clair

✉ chaussepiedmichel1871@gmx.fr

☎ 06.98.34.18.14

Caen - ville centre



Caen est une ville du nord-ouest de la France, en Normandie. Préfecture du département du Calvados, elle était jusqu'au 31 décembre 2015 le chef-lieu de l'ex région Basse-Normandie.

Caen, avec 106.534 habitants intra-muros, est la commune la plus peuplée du département du Calvados. Elle est au centre d'une agglomération de 196.355 habitants et à la tête d'une aire urbaine de 405.409 habitants.



La médaille souvenir