

## La région « Normandie »



La Normandie est une région administrative française. Située au nord-ouest de la France, elle est bordée par la Manche. Elle s'étend sur 29.906 km<sup>2</sup> et compte 3.328.364 habitants répartis sur 5 départements : le Calvados, l'Eure, la Manche. l'Orne et la Seine-Maritime.



RÉGION  
NORMANDIE



## Parcs Naturels Régionaux

Lors de la réalisation du Rayon Normand d'Argent au départ de Caen vers Alençon, vous découvrirez le Parc Naturel Régional Normandie-Maine et lors de celui vers Rouen, ce sera le Parc Naturel Régional des Boucles de la Seine-Normande.



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 d'Argent au départ de Caen, vous aurez la possibilité de valider – au moins – 6 localités sélectionnées dans le cadre du Brevet des Provinces Françaises et 5 départements pour le compte du Brevet de Cyclotourisme National : Conches-en-Ouche (27) pour l'Eure, Honfleur (14), Caudebec-en-Caux (76) et Jumièges (76) pour la Seine Maritime, Condé-sur-Vire (50) pour La Manche, Putanges-Pont-Écrepin (61) pour l'Orne.

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 d'Argent 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 d'Argent au départ de Caen sont organisés par le Comité Régional de Cyclotourisme de Normandie.

### Art.2

Les 4 Rayons Normands d'Argent au départ de Caen ont été tracés afin de rejoindre Caen aux 4 autres préfectures de la région 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 d'Argent 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 d'Argent 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 demandé la prudence, notamment le port du 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 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 quatre Rayons d'Argent 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 d'Argent



RÉGION  
NORMANDIE



Comité Régional  
Normandie  
de cyclotourisme

## Randonnée Permanente du Comité Régional de Cyclotourisme de Normandie

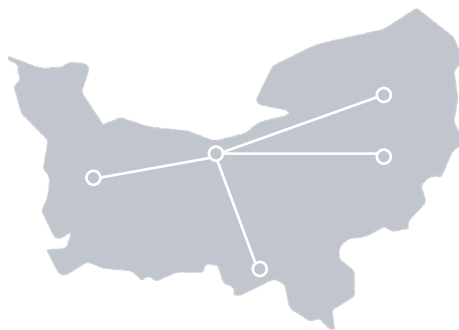
4 parcours de 71 à 180 km et  
de 871 à 1.945 m de dénivelé  
soit 526 km pour 5.524 m de dénivelé.



## Présentation générale



# Schéma des parcours



Les 4 randonnées constituant les Rayons Normands d'Argent au départ de Caen sont le pendant de celles existant au départ de Rouen.

Elles permettent de relier, Caen aux 4 autres préfectures de la Région Normandie. Ces randonnées sont à réaliser, dans un sens ou un autre, en découvrant et en admirant toutes les richesses que renferment les territoires traversés.

## Correspondant :

**Daniel FIANT**

3, impasse du Petit Bois  
14280 Saint-Contest

✉ [daniel.fiant@wanadoo.fr](mailto:daniel.fiant@wanadoo.fr)

☎ 06.08.42.02.29

## 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

## Les 4 Rayons normands D'argent au départ de Caen



Destination	km	Dénivelé
Alençon	123	1.330 m
Évreux	152	1.378 m
Rouen	180	1.945 m
St-Lo	71	871 m

## Lieux de pointage

**Caen-Alençon** : Rabodanges et Alençon,

**Caen-Évreux** : St-Pierre-en-Auge, Montreuil-l'Argilé et Évreux,

**Caen-Rouen** : Cabourg, Quillebeuf-sur-Seine, Jumièges et Rouen,

**Caen-Saint-Lô** : Torigni-sur-Vire et Saint-Lô.



# Bulletin d'Engagement pour Les Rayons Normands d'Argent 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	Évreux	... x 4/6€	... x 10 €	.....€
3	Rouen	... x 4/6€	... x 10 €	.....€
4	St-Lo	... 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

A ....., le .....

Signature

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.