

[www.cyclo-chenois.ch](http://www.cyclo-chenois.ch)

Consultez le site, il est assez régulièrement mis à jour avec les sorties de 2009. De nombreuses photos les illustrent et les fichiers des parcours sont le plus souvent disponibles en kmz.

Les sorties de 1998 à 2005 sont maintenant résumées avec des photos des 2002.

### Pas encore de nouveau record ?

La statistique de l'année en cours est en principe mise à jour régulièrement sur le site Web. Au vu d'une participation pour l'instant déclinante, le record ne sera probablement pas battu cette année. Le premier tour du globe (40'000km) a été atteint à fin juillet, soit presque un mois plus tard qu'en 2007 !

### Groupes et heures de départ

Comme l'année dernière, au début de cette 3ème période, deux départs sont indiqués, un le matin à 8h30 et un autre l'après-midi à 13h30. Le tour de l'après-midi est un raccourci de celui du matin.

### Repas de fin de saison selon la (nouvelle) tradition

Plus de tour du lac, avec repas à l'autre bout, mais des parcours plus ou moins longs et exigeants selon le désir et la forme de chacun afin de se retrouver au Port de Séchex pour des filets de perches. Le chemin du retour est alors bref. C'est la nouvelle tradition !

### Propositions pour les sorties

Avec l'année 2009, le facteur achève sa dix-neuvième saison. Il attend vos souhaits et propositions et s'efforcera de les introduire pour l'année prochaine.

### Adresses utiles

Cyclo-Tourisme-Chênois, Case postale 18, 1226 Thônex  
[info@cyclo-chenois.ch](mailto:info@cyclo-chenois.ch)

et en ce qui concerne plus particulièrement les sorties à vélo

	entraînement et randonnées	excursions
	<b>Blaise Dériaz</b>	<b>François Fournier</b>
	8 rue du Vieux-Collège, 1204 Genève	20 rue du Gothard, 1225 Chêne-Bourg
appart. :	022 311 60 53	022 349 24 44
mobile :	079 379 33 63	079 651 09 53
bureau :	022 320 03 17	
courriel :	<a href="mailto:bdz-ctc@bluewin.ch">bdz-ctc@bluewin.ch</a>	<a href="mailto:ffournie@worldcom.ch">ffournie@worldcom.ch</a>

Blaise sera peut-être absent pendant cette période !

Au besoin, Joop et Paul le remplaceront pour animer les sorties et noter les présences.  
Chacun se fera un plaisir de les aider dans ces nouvelles tâches.



Case postale 18  
1226 THÔNEX

# PROGRAMME DES SORTIES

## du 29 août au 31 octobre 2009

Qu'un pignon ou une chaîne grippe, ça arrive,  
mais qu'il n'y ait pas de grippe dans les groupes !

### Groupes :

Il se forme en général 3 groupes permettant à chacun de suivre le rythme selon sa forme et son envie :

groupes	caractère	moy. en km/h	tour	arrêts
entraînement	sport	25 à 32	souvent prolongé	brefs
randonnées	endurance	21 à 28	selon le programme	fréquents
excursions	tourisme	18 à 23	souvent raccourci	prolongés

Que ceux qui, pour diverses raisons, ne souhaitent pas suivre exactement la sortie programmée, viennent tout de même au départ.

### Rendez-vous et parcours :

- Le départ est toujours à la **Salle des Fêtes de Thônex**, avenue Tronchet.
- Les **heures de départ varient** dans cette dernière partie de la saison :
  - **d'abord deux départs pour les premières sorties de ce programme**,  
8h30 pour les groupes entraînement et randonnées et  
13h30 pour le groupe excursions (sauf le 19 septembre).
  - **puis tous ensemble à 13h30 dès le 26 septembre.**

19 septembre : repas de fin de saison au bord du lac,  
facilement accessible à vélo pour tous les membres.

## Août 2009

Samedi 29 **8h30** **Boucles autour de Châtillon**  
105 km Thônex – Loëx – La Tour – Taninges – Les Bois – Châtillon –  
Le Châtelard – (Plateau d'Agy) – St-Sigismond – Châtillon –  
Marignier – Ayse – Bonneville – Amancy – Reignier – Thônex

**13h30** **Châtillon seulement**  
75 km Thônex – Loëx – La Tour – Taninges – Les Bois – Châtillon –  
Marignier – Ayse – Bonneville – Amancy – Reignier – Thônex

## Septembre 2009

Samedi 5 8h30 **Pour s'approcher de Sommand**  
90 km Thônex – La Bergue – St-André – Col de Ludran – Bogève –  
Plaine-Joux – Onnion – Laitraz – Messy – Mieussy – St-Jeoire –  
Thônex

13h30 **Plus court mais sans plaine**  
65 km Thônex – La Bergue – St-André – Col de Ludran – Bogève –  
Col du Perret – Boège – Col de Saxel – Thônex

Jeudi 10 8h30 **Le plateau des Glières**  
Jeûne 95 km Thônex – La Muraz – Chez Fauraz – Menthonnex – Groisy – Le Plot –  
Thorens – Plateau des Glières – un petit bout non revêtu – Petit-  
Bornand – St-Pierre-en-Faucigny – Thônex

Samedi 12 8h30 **Au pied du Jura**  
80 km Thônex – Collex – Versonnex – Cessy – Echenevex – Thoiry –  
Logras – Chancy – Thônex

13h30 **Moins au pied du Jura**  
65 km Thônex – Collex – Versonnex – Cessy – Echenevex – Thoiry –  
St-Jean-de-Gonville – Dardagny – Thônex

Samedi 19 8h30 **Sortie à la carte, repas avec participation du club**  
< 140 km Thônex – Bons – Draillant – Vailly – Le Jotty – (Col du Grand Taillet –  
Chevenoz – Vinzier) – Thonon – Port de Séchex (repas) – Thônex

9h30 **Plus court jusqu'au repas**  
< 80 km Thônex – Bons – Draillant – Allinges – Port de Séchex (repas) –  
Thônex

Samedi 26 **13h30** **Slalom avec les Usses**  
90 km Thônex – La Muraz – Clarnant – Baudy – Menthonnex-en-Bornes –  
St-Groisy – Duret – Vaudet – Pont de la Caille – Cercier –  
Pont Drillot – Contamine-Sarzin – Marlioz – Vers – Présilly –  
Le Châble – Collonge – Thônex

## Octobre 2009

Samedi 3 13h30 **Rive gauche de l'Arve**  
70 km Thônex – Esery – Le Golf – Vuret – Ornex – Moussy – Eteaux –  
Montizel – Les Fleuries – Thorens – Groisy – Le Vernay – La Muraz –  
Thônex

60 km Thônex – Esery – Le Golf – Vuret – Ornex – Moussy – Eteaux –  
Montizel – Les Evires – Le Chaumet – Le Vernay – La Muraz –  
Thônex

Samedi 10 13h30 **Tour du Môle avec Côte d'Ayse supérieure**  
75 km Thônex – Bonne – St-Jeoire – Cormand – Marignier – L'Eponnet –  
Chez Chardon – Bonneville – Côte d'Hyot – Arpigny – Thônex

Samedi 17 13h30 **La croix du Salève**  
70 km Thônex – Monnetier – La Grande Gorge – La Croisette – Les Pitons –  
Les Avenières – St-Blaise – Mont-de-Sion – Le Châble – Blecheins –  
Le Coin – La Croisette – La Muraz – Thônex

60 km **Le tour seulement**  
Thônex – La Muraz – Cruseilles – Les Avenières – St-Blaise –  
Mont-de-Sion – Présilly – Le Châble – Collonges – Thônex

Samedi 24 13h30 **A flanc de montagnes**  
65 km Thônex – La Bergue – Pont-de-Fillings – Arpigny – Côte d'Hyot –  
Bonneville – St-Pierre-en-Faucigny – St-Laurent – La Roche-sur-  
Forn – Pers-Jussy – Reignier – Thônex

Samedi 31 13h30 **Pour finir comme pour commencer**  
55 km Thônex – Monniaz – Brens – Les Crapons – Sciez – Massongy –  
Loisin – Veigy – Meinier – Thônex

\* \* \* \* \*

**Pour cet hiver** et en attendant la reprise en mars prochain

**Sur tapis bitumineux :** Les accros du vélo se retrouveront, le samedi à **13h00** à la Salle des Fêtes de Thônex. Parcours choisis par les présents selon la météo, l'humeur du jour et la forme.

**Sur tapis neigeux :** Les adeptes des sports de saison, qui souhaiteraient se retrouver pour du ski de fond ou de la raquette, contacteront François Fournier (voir au dos).

\* \* \* \* \*