



COMITE D'ILE DE FRANCE de la FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME

VELODROME NATIONAL DE SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES
1 rue Laurent Fignon 78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX
Tél. : 01 81 88 08 36
Site internet : www.cif-ffc.org

CHALLENGE IDF de CLM

Afin de dynamiser la discipline du Contre la montre et ainsi de comparer les performances des cyclistes franciliens, le Comité régional, via son équipe Technique Régionale, a décidé de mettre en place un challenge sur des parcours répertoriés en IDF.

Pour cela, nous avons utilisé l'application qui semble la plus répandue dans le monde cycliste.



Nous avons créé 2 clubs identifiés sous les noms « CHALLENGEIDFCLM CADETS (femmes et hommes) » et « CHALLENGEIDFCLM JUNIORS (femmes et hommes) ».

Voici les démarches,

- Veuillez trouver les clubs identifiés sur la plateforme STRAVA
- Demandez une invitation
- Ou envoyez à stephane.izore@gmail.com votre identifiant STRAVA et votre âge afin de recevoir une invitation dans le club concerné.
- Une fois inscrits, vous pourrez visualiser vos performances avec tous les cyclistes du dit club de votre catégorie sur les segments sur lesquels vous roulez.

Quelques règles :

- Veuillez faire ce parcours seul (sans voiture, engin motorisé ou un peloton)
- Même si les parcours semblent sécurisés, veuillez à respecter le code de la route et autres usagers (ligne blanche, entre autres)
- Laissez vos performances en « public » pour entrer dans le classement du segment
- L'équipe technique Régionale se permettra de vous contacter pour une analyse précise si vous le souhaitez
- N'hésitez pas à proposer des parcours que vous empruntez régulièrement afin que nous l'étudions ensemble afin, éventuellement de l'intégrer aux segments existants.
- N'hésitez pas à vous approprier ce challenge et nous faire remonter toutes vos idées afin d'améliorer ce challenge

Veillez trouver une carte évolutive avec des zones où se trouvent les segments numérotés.



Nom	Départ	arrivée	kilométrage	profil
CHALLENGEIDFCLM 01				
CHALLENGEIDFCLM 02	Sortie de Bullion,	rondpoint du centre équestre de Cernay la ville	9.3	Bosse dès le départ, puis faux plat venteux
CHALLENGEIDFCLM 03	Sortie panneau Monfort Lamaury	Sortie de ville	6.7	vallonné
CHALLENGEIDFCLM 04	Sortie Gambais	Entrée Saint Léger en yvelines	8,8	Plat
CHALLENGEIDFCLM 05	Pontcarré D21	Entrée de Favières D10	8.1	Très vallonné
CHALLENGEIDFCLM 06	Giremoutiers	Pierrelevée	6.6	Faux plat montant
CHALLENGEIDFCLM07	Jully	Iverny	5.7	3 côtes + faux plat montant final
CHALLENGEIDFCLM08	Trilbardou	jablines	5.5	vallonné
CHALLENGEIDFCLM 09				
CHALLENGEIDFCLM 10	Sortie ferté Gaucher D204	Entrée de Rebais D204	8.2	Vallonné, bosse aux 2/3
CHALLENGEIDFCLM 11	Sortie Orly sur Morin	Entrée Villeneuve-sur-Bellot	10.2	Très vallonné
CHALLENGEIDFCLM 12	Sur D24 au croisement D24 / D 91 vers Auffargis (auberge)	Rond-point entrée de Auffargis	6.2	Très vallonné (en forêt)
CHALLENGEIDFCLM 13	Rond-point sortie Auffargis D24	100m avant croisement D24, D91	6.2	Très vallonné (en forêt)
CHALLENGEIDFCLM 14	Pied de Senlisse sur route de Senlisse direction les Essarts	Rond point entrée « Des Essarts »	6.8	Côte de 700m, puis faux plat venteux
CHALLENGEIDFCLM 15	Pied des 17 tournants au niveau du garage	Rond point 1km après le sommet	2.6	Bosse + plat
CHALLENGEIDFCLM 16				
CHALLENGEIDFCLM 17	10m après rond point de Arbonnes sur D64	200m avant entrée Achères	6.0	Plat puis bosse technique, puis replat technique
CHALLENGEIDFCLM 18	Pamfou après autoroute	200m avant stop Nangis	12.5	Plutôt plat
CHALLENGEIDFCLM 19	Feu Montigny sur Loing	200m avant rond point de l'obélisque de Fontainebleau	8.8	Bosse au départ puis vallonné
CHALLENGEIDFCLM20	rond point de Fontainebleau D409	Entrée Arbonnes la forêt	8.4	Bosse puis faux plat et faux plat descendant
CHALLENGEIDFCLM 21				
CHALLENGEIDFCLM 22				
CHALLENGEIDFCLM 23				
CHALLENGEIDFCLM 24	Sortie Septeuil D11	Au rond point direction Hargeville	4.4	Faux plat montant

Pour toutes questions ou remarques, L'ETR reste à votre dispositions :

Stephane.izore@gmail.com (06 14 29 55 66)...

