1ère Rando cycliste de Tharaux
La Tharangonaise – 200 km -
Dimanche 11 août

Cette première rando cycliste de Tharaux, née sous l'imagination débordante et sans limite d'un jeune habitant belge, est ouverte à toutes et tous (habitants et amis de Tharaux) **sous sa propre responsabilit**é.

Deux objectifs : Partir, rouler et arriver ensemble, et clôturer la journée par un dîner en commun.

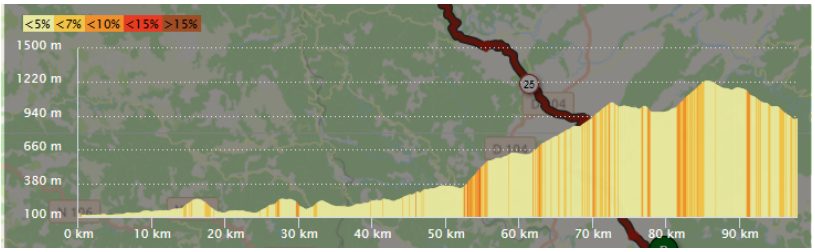
Départ : **7 heures** devant le panneau de Tharaux et retour entre 19 et 20 heures sur la place de l'église (moyenne de 20 km/heure)

Avant le départ	Prévoir
• Inspection et révision du vélo • le matin - petit déjeuner copieux	• Coupe-vent • 1 chambre à air neuve • CB – 20 € en espèce • 2 grandes gourdes • Téléphone

Inscription auprès de la C.F.D .T (**C**yclistes **F**ous **D**e **T**haraux)

Aller – 98 km et 1600 mètres de dénivelé positif et 800 mètres de négatif

Trois ravitos au Bistro 10-15 minutes - Prévoir son grignotage perso (bananes – fruits secs – barres céréales – etc)



- 30Km – Les Vans
- 52 Km - Pied de Borne
- 74 km – La Bastide-Puylaurent

Pas de grosse difficulté à l'aller :

- ➔ Montée légère durant les 55 premiers kilomètres
- ➔ 25 km de montée plus marquée
- ➔ 4 petites montées soutenues totalisant 5 kilomètres sur la totalité du parcours.
- ➔ Arrivée glissante sur les 15 derniers kilomètres

Pause - Langonaise – 1 heure 30 - Restaurant de la Gare

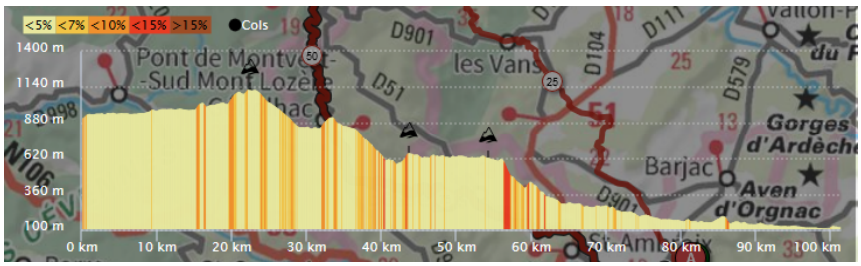
Retour – 102 Km – 800 mètres de dénivelé positif – 1 600m de négatif

Trois ravitos au Bistro 10-15 minutes - Prévoir son grignotage (Achat à la supérette de Langogne ou aux arrêts)

- 30 km – La Prévenchère
- 57 km – Génolhac
- 80 km – Bessèges

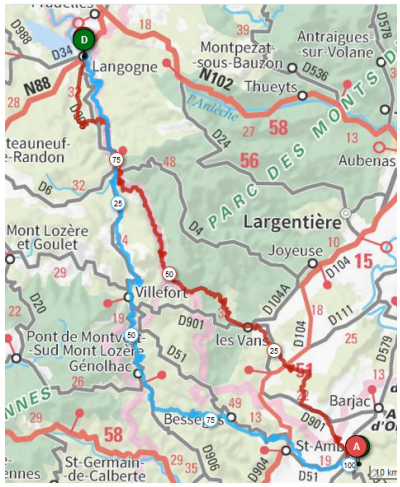
Parcours sans aucune difficulté :

- ➔ 20 km de faux plat montant
- ➔ 4 minis montées
- ➔ 30 km de descente
- ➔ 45 km de faux plat descendant



Tracé général - Trace GPX disponible sur demande -

- Aller – Tracé rouge
- Retour – Tracé bleu



Possibilité de retour en train en cas de défaillance mécanique ou physique !

Langogne → Alès (15€ - TER N° 877957)

- ➔ Langogne : 15H40 ou *19H42*
- ➔ La bastide : 16H05, 18H05 ou *20H11*
- ➔ Villefort : 16H23, 18H23 ou *20H29*
- ➔ Genolhac: 16H37, 18H38 ou *20H43*
- ➔ Ales : 17H23, 18H19 ou *21H23*