

QUINTAL 19 mai 2019



Participation*	adulte	- de 18 ans
licencié(e) FFCT	10 €	gratuit
non Licencié(e)	12 €	6 €

* repas compris

Inscription salle communale de Quintal
Départ de 7 h à 8 h grands Parcours
Autres parcours jusqu'à 9 h 30

Repas à l'arrivée

Au Petit Traiteur
Traiteur - Charcuterie - Boucherie



Denis PETIT
Plats Cuisinés
Buffets - Lunchs
Tél./Fax : 04 50 69 38 45
rte de la Fruitière
74650 CHAVANOD

VITRERIE SAVOYARDE



ZAE Cesardes 74600 SEYNOD

Le Relais des LANCHES
Chez Jacqueline & Jean-Louis



Jacqueline, Jean-Louis et leur équipe sont heureux de vous accueillir dans un cadre authentique.
Restaurant du mardi au dimanche.
Chef Lieu
74600 Montagny-les-Lanches
Tél. 04 50 08 47 53
lerelaisdeslanches74@orange.fr
www.relaisdeslanches.fr

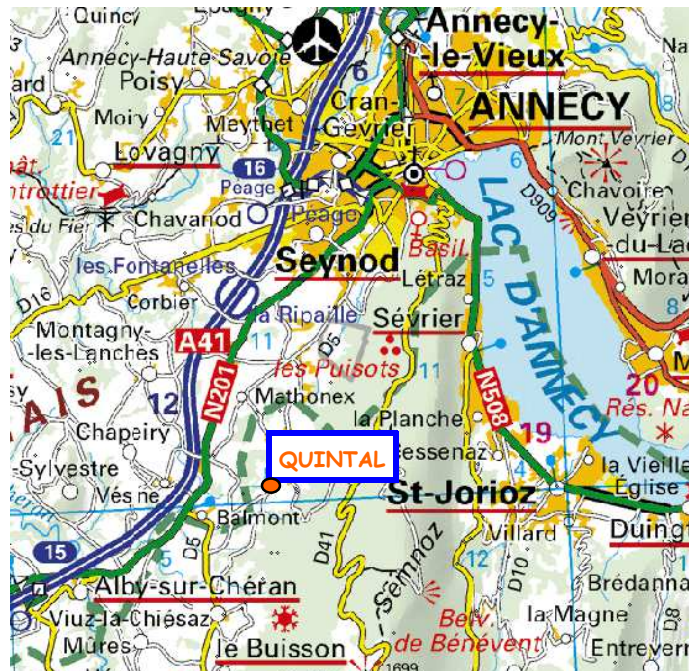
André CAVAZZANA
7 avenue de la république
74960 Cran Gevrier
contact@crancycles.com



CRAN CYCLES



+334 50 57 21 73 www.crancycles.com



Renseignements

Route 06 76 61 16 09

VTT 07 83 57 77 57

Marche 06 56 71 00 35

<http://aspttanecyclo.canalblog.com>



france bleu
pays de savoie




Randonnées de

QUINTAL

19 mai 2019

ROUTE

VTT

MARCHE



<http://aspttanecyclo.canalblog.com>



VAE



ROUTE



VTT



MARCHE



Quintal 2019 : Bauges et Albanais

Départ de 7h00 à 9h30

Ravitaillements : *Le Châtelard & Veise (Gruffy)*

108 km & 1740 m de dénivelé

Quintal - Viuz - Allèves - Pt du Diable - Le Noiray - Le Châtelard - Aillon le Jeune - Lescheraines - Le Noyer - Arith - Pt de l'Abîme - Veise - Alby - Boussy - Peignat - Marcellaz - Oilly - Montagny - Chaux - Vieugy - Quintal.

82 km & 1310 m de dénivelé

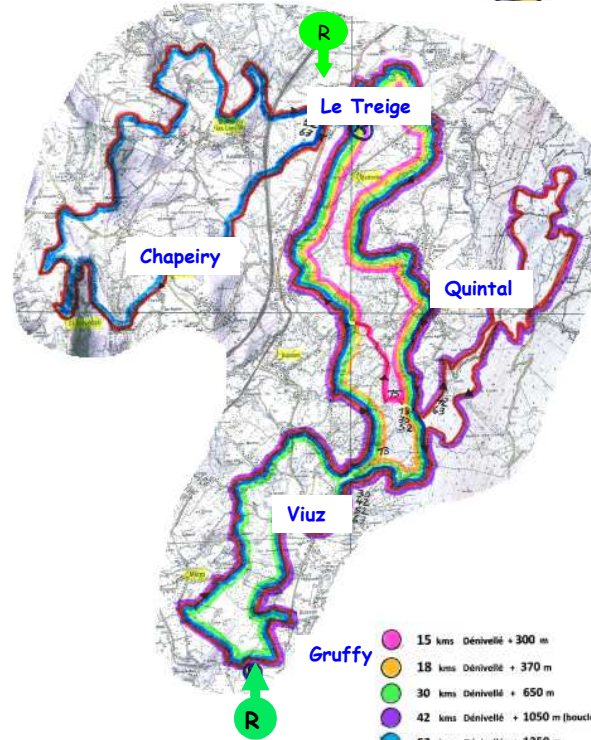
Quintal - Viuz - Allèves - Pt du Diable - Le Noiray - Le Châtelard - Attilly - Lescheraines - Lovat - Arith - Pt de l'Abîme - Veise - Alby - Riondy - Muret - Marcellaz - Oilly - Montagny - Chaux - Vieugy - Quintal.

73 km & 1070 m de dénivelé

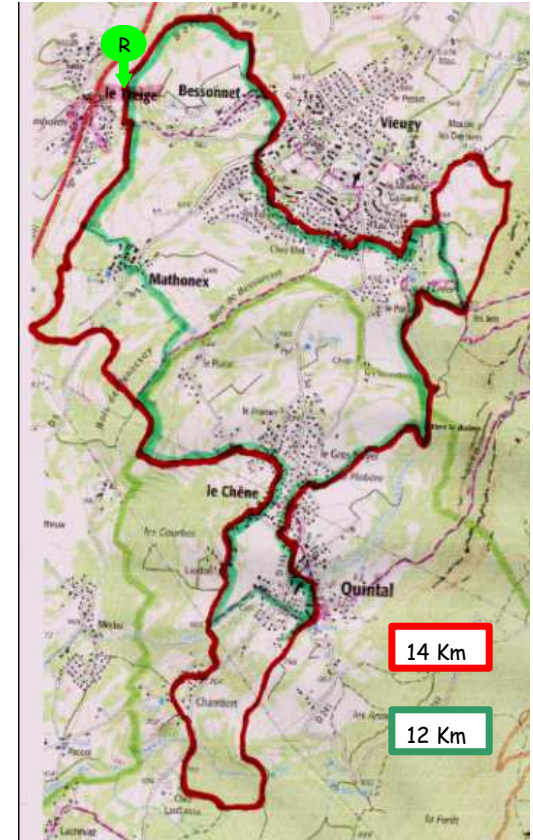
Quintal - Viuz - Allèves - La Charniaz - Le Châtelard - Attilly - Lescheraines - Lovat - Arith - Pt de l'Abîme - Veise - Alby - Riondy - Muret - Montagny - Chaux - Vieugy - Quintal.

37 km & 470 m de dénivelé

Quintal - Viuz - Allèves - Pt de Bange - Pt de l'Abîme - Veise - Gruffy - Chaux - Vieugy - Quintal.



- 15 kms Dénivelé + 300 m
- 18 kms Dénivelé + 370 m
- 30 kms Dénivelé + 650 m
- 42 kms Dénivelé + 1050 m (boucle dans Semnoz)
- 52 kms Dénivelé + 1250 m
- 63 kms Dénivelé + 1590 m (boucle dans Semnoz)



ARTISAN
Rôtisseur au FEU DE BOIS
Charcutier - Traiteur
06 68 04 67 69
claude.bellang@orange.fr
<http://claude-bellang-traiteur-annecy.com>

Domaine **ROBINEAU CHRISLOU**
Vins d'Anjou

Propriétaire - Viticulteur
24, rue du Bon Repos
49750 SAINT-LAMBERT du LATTAY
Tél./Fax 02 41 78 36 04
Email : info@robineau-chrislou.com - Site : www.robineau-chrislou.com

Mr. Rigobert

MBK
A NEW WORLD

GIANT **DERBI**
THE REAL POWER

7, avenue de Chèvrol - 74000 ANNECY
100 m gare SNCF - Parc SERRAVAL
TEL. 04 50 40 10 83 - FAX 04 50 52 87 78 - Site : www.cyclesrigobert.com

RESTAURANT
au Cha L'Heureux

3 impasse du miracle
74 650 Chavanod
04 50 52 42 33 / 06 40 41 51 78

SARL Scierie Cormorand

Vente bois - Sciage à façon - Rabotage
Particuliers et professionnels

448 route du Crévion
74650 CHAVANOD
Tel : 04 50 69 13 83
Fax : 04 50 52 06 16

**PEINTURE
CORMORAND
DIDIER**

ARTISAN PEINTRE

PORTABLE
06.31.62.71.97

30 RTE CHAMP DE LALE
74650 CHAVANOD