

Droits d'inscriptions

FF vélo (licenciés) : 2 € sur présentation de la licence 2024

Non licenciés FF Vélo : 5 €

Prestations

-Boissons : 2€ - casse-croûte: 3 €

- Boisson + casse-croûte : 5 €

-Ravitaillement prévu sur les parcours 2 et 3

-vestiaires, douches et sanitaires au gymnase Urdazuri.

-Coupes, souvenirs et verre de l'amitié à 13 heures.

Règlement

L'inscription est obligatoire, elle est ouverte à tous les cyclos affiliés ou non à la FF vélo.

Tout participant devra être assuré. *Tous les participants devront attester sur l'honneur qu'ils sont en condition physique suffisante pour effectuer le parcours choisi après en avoir pris connaissance ainsi que des consignes de sécurité.*

Ils devront se considérer en promenade personnelle, se conformer et respecter le code de la route. Le port du casque est fortement conseillé.

Aucun classement, ni chronométrage ne sera effectué.

Dans ce cadre, chaque participant s'engage à respecter le code la route, les autres usagers, l'environnement, et les consignes de l'organisateur et des bénévoles.

Le fait de prendre le départ, implique automatiquement l'acceptation du présent règlement.

DIMANCHE Les **Cyclos Randonneurs Luziens**

9
juin
2024

Lagunak
organisent à :

SAINT JEAN de LUZ
Départ : Gymnase URDAZURI à partir de 7h00

LA LAGUNAK
13^{ème} randonnée
CYCLOTOURISTE

3 PARCOURS pour découvrir la Côte Basque

Le P1 de 47 km, passe par Ascain, le col de St Ignace, Ainhoa, St Pée sur Nivelle et retour sur St Jean de Luz. Dénivelé de 452m.

Le P2 de 81 km, permet la découverte de merveilleux villages basques : Sare, Itxassou, Ainhoa, Halsou, avec les fameuses côtes, si appréciées des cyclistes, avec un dénivelé de 10 m!

Le P3 de 110 km, plus sportif, s'enfonce à l'intérieur des terres, avec des cols (St Ignace, Pinodieta, côte de Zelaï), avec un dénivelé de 1502 m.

  

LA LAGUNAK 2024

Le dimanche 9 juin 2024, aura lieu la 13^{ème} édition de la randonnée organisée par les Cyclos Randonneurs Luziens Lagunak.

« La LAGUNAK » ex-randonnée des « Vallées Tranquilles » tire son nom du club des Cyclos Randonneurs Luziens Lagunak. Le nom LAGUNAK veut dire **amis en français et reflète l'ambiance du club.**

Proposée tous les 2 ans sous l'égide de la FFVélo.

Elle réunit plus de 200 participants, et plus par beau temps, Pays Basque oblige.

Ces parcours avec vue sur l'océan et au travers du Pays Basque intérieur lui ont permis de se tailler une belle réputation chez les cyclos

Fondé en 1980, les « Cyclos randonneurs Luziens Lagunak » (les amis en Basque) parcourent les routes du Pays Basque et des régions de France.

Outre son caractère sportif, cette randonnée a pour but, de promouvoir, de développer et de faire partager notre



passion de la bicyclette, dans un esprit de convivialité, de solidarité et de faire partager notre passion du Pays Basque.

Ainsi les participants pourront découvrir, l'histoire, les merveilleux paysages, les villes et villages, de goûter, de savourer les spécialités.

Cette randonnée doit permettre aux participants de leur donner l'envie, de découvrir l'histoire du Pays Basque, de voir de merveilleux paysages, de visiter les villes et villages, de goûter, et de savourer les spécialités locales.



cyclo-lagunak@ffvelo.fr



<https://www.cyclo-lagunak.fr>

