



ACTIVITES FEDERALES



JOURNEE NATIONALE DE PROMOTION DU VELO

JOURNEE NATIONALE DE PROMOTION DU VELO

**TOURNAI**

**6 MAI**

**DANS LE CADRE DE "LA TOURNAISIENNE"**

**TOUS A VELO LE 6 MAI A TOURNAI !**

La Fédération a confié aux Audax de Tournai le soin d'organiser la « JOURNEE de PROMOTION DU VELO » en mettant à profit les infrastructures et le savoir faire de l'organisation tournaissienne pour proposer un programme complet d'activités destinées à promouvoir la pratique du vélo sous toutes ses facettes.

**TOURNAI si près de chez vous**

Grâce au réseau autoroutier, Tournai est à moins d'une heure de Bruxelles Namur, Bruges, Ostende... et pour ceux qui viennent d'un peu plus loin, les horaires de départ ont été échelonnés de manière à éviter un départ trop matinal...



## LE PROGRAMME

### Le Vélo "ROUTE"

#### ✓ Pour les Familles

Balade familiale et touristique de 25km ( 2 heures vélo avec deux pauses) se déroulant en grande partie le long de l'Escaut ( RAVEL 1) avec passage près de la Cathédrale de Tournai, du Pont des Troues, du Moulin à Eau de Froyennes  
Groupe guidé. Départ à 9H30 Retour 11H30

#### ✓ Pour les Cyclistes Promeneurs

Un beau circuit touristique de 30km est proposé dans la campagne tournaissienne avec passage au Col Jubaru ( 99m)  
Photo souvenir possible

#### ✓ Pour les Cyclotouristes

Trois parcours accessibles à tous : 60, 80 et 100km

#### ✓ Pour les Amateurs de Côtes

2 parcours « Brevet à dénivelé » : 125 et 150km

1 brevet cyclo-côteur de 175km Challenge Fédéral « Les Montagnardes ».

Ces parcours sont tracés dans les Monts de Frasnes et les Ardennes Flamandes .

3 ravitos dont le premier au Musée du Tour de France à Lahamaide

Toutes ces randonnées font partie du Challenge « Les Picardes »

### LE TOURISME

Pour les accompagnants : Balade en petit train touristique dans le centre Historique de Tournai .

Départ à 14H



## LE VTT

De magnifiques parcours de VTT sont proposés dans la région des « Collines tournaisiennes »  
4 circuits entièrement fléchés 10, 20, 30 et 40km  
Ravito. Bike Wash.

Pour les jeunes: Un « Spécial Jeunes » sera organisé sur un parcours facile de 10km. Groupe encadré par des Vététistes, départ à 10h00 et 14h00

## LA MARCHE

Pour permettre à toute la famille de pratiquer une activité sportive à l'occasion de cette journée de loisirs, des parcours champêtres sont proposés à la découverte du Tournaisis : Vallée de l'Escaut, Le Pays Blanc, Le Lac de Péronnes, le Château d'Antoing.  
Parcours entièrement fléchés . Nombreuses pauses avec ravito.  
Circuits de 6, 12, 20, 30 et 42km .

Agréés par la Fédération de Marche. Accessibles à tous .  
Possibilité donc de rouler le matin et de marcher l'après-midi...

## LES “ + “ DE L'ORGANISATION

Café matinal gratuit de 6H30 à 9H.

Cadeaux sympas et tombola gratuite.

Photo-souvenir des participants sur site Audax Tournai : [www.audaxtournai.be](http://www.audaxtournai.be)

Coupes pour toutes les activités. Trophée « Spécial Dames » et « Spécial jeunes »

## LES SERVICES

Parking - Douches - Bike Wash - Bar - Cafétéria - Animation musicale

Restauration non stop de 11H à 18H : Barbecue/saucisse

Programme complet, parcours vélo et marche sur le site des Audax Tournai ....

## LES INFOS

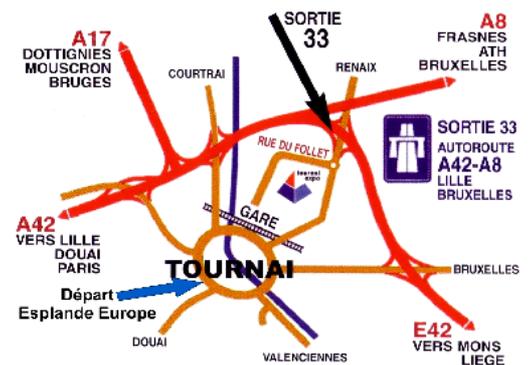
Lieu de départ : Tournai/Kain E42/A8 Sortie 33 « Tournai-Expo »),

Suivre flèches. Stade Luc Varenne du FC Tournai – Tourani-Expo

Inscriptions : entre 7h et 15H. Tarif FBC/BBR et FFBMP pour la Marche

Email: [christian.noullet@skynet.be](mailto:christian.noullet@skynet.be) - [www.audaxtournai.be](http://www.audaxtournai.be)

Email: [fbc@cyclo.be](mailto:fbc@cyclo.be) – site FBC: <http://www.cyclo.be>



PROGRAMME			
CYCLOS			
Distances	Pour	Tourisme	Départ
25 km	Tous	Ravel 1 Tournai	Groupé à 9h30
30 km	Tous	Le Col Jubaru	8h00 – 15h00
60-80-100 km	Cyclos	Les Collines Tournaisiennes	8h00 – 14h00
125 km	Grimpeurs	Les Monts de Frasnes	7h30 – 12h30
150 km	Grimpeurs	Brevet à dénivelé FBC (BAD)	7h30 – 9h30
175 km	Grimpeurs	Les Ardennes Flamandes	7h00 – 9h00
		Brevet à dénivelé FBC (BAD)	
		Mts de Frasnes et Ardennes Flamandes	
		Brevet Cyclo-Côteur FBC (BCCB)	
VTT			
10 km	Jeunes	La Vallée du Rieu d'Amour	Groupé 10h00 et 14h00
20-30-40 km	Tous	Les Collines Tournaisiennes	8h00 – 13h30
MARCHE			
6-12 km	Tous	Le Val de L'Escaut	7h00 – 15h00
20-30 km	Marcheurs confirmés	Le Pays Blanc	7h00 – 13h00
42 km	Marcheurs Longues Distances	Le Bois de Flines	7h00 – 10h00
TOURISME			
Train touristique	Tous	Ville de Tournai	Groupe 14h00

DROITS D'INSCRIPTIONS: Tarifs 2006 FBC/BBR (voir pages calendrier)

Ravitos sur tous les parcours Cyclo, VTT, Marche

