

Cette année, pour la troisième année consécutive, le cyclorrygeois a effectué un séjour, cyclo-touristique d'une semaine. Nous avons à nouveau séjourné dans un village VVF, le site retenu était Najac dans l'Aveyron. L'effectif s'était un peu étoffé, nous étions cinq couples et un invité, Patrick le frère de Serge.

La région est très vallonnée, proche des gorges de l'Aveyron et Najac est en hauteur. Le site n'était pas propice pour nos valeureuses cyclistes féminines, elles ont néanmoins roulé un peu.

Nous avons fait des six parcours en trèfle autour de Najac

Le premier jour nous sommes allés vers Villefranche de Rouergue, deux heures de forte pluie assez rapidement, mais nous avons tout de même bouclé l'étape.

Le lendemain, une longue boucle de 147 km vers St-Cirq Lapopie, classé dans les plus beaux villages de France, en passant par Caylus, Montpezat.

Le samedi, une météo capricieuse nous octroya une journée de repos. Journée que chacun mit à profit pour faire un peu de tourisme.

Le dimanche notre route nous mena à St-Antonin Noble-Val, très animé en ce jour par la présence d'un marché sur la place centrale sous la halle et dans les rues adjacentes.

Le lundi, deuxième grand parcours, direction Pampelonne et avec pique-nique au bord du Tarn à Ambialet. Cette ville a la particularité d'être une presqu'île formée par un méandre du Tarn. Au retour nous passons non loin d'Albi, que les non-pédalant ont eu le loisir de visiter rapidement, en particulier la cathédrale Ste Cécile, toute en brique. Nous passons par Cordes-sur-Ciel, autre beaux village (village préféré des français en 2014).

Le lendemain, étape plus courte, 76 km malgré tout, mais avec plus de 1500 m de dénivelé

Le dernier jour, parcours linéaire de Najac à Luzech en passant par Cahors, mais l'effectif était réduit.

Pendant ce séjour on a pu valider 9 sites BPF (Brevet de Provinces Françaises), effectuant au total 606 km en 6 jours (ou 523 en 5 jours, pour ceux qui n'ont pas été à Luzech).

15 Mai 2019	★ Najac Luzech CYCLISME SUR ROUTE	83.58 km DISTANCE	3:58:04 DURÉE	21.1 K/H VITESSE MOYENNE	1,163 m GAIN ALT
14 Mai 2019	★ Najac La Salvetat Perales CYCLISME SUR ROUTE	76.24 km DISTANCE	4:05:54 DURÉE	18.6 K/H VITESSE MOYENNE	1,542 m GAIN ALT
13 Mai 2019	★ Najac Ambialet Cordes CYCLISME SUR ROUTE	143.52 km DISTANCE	7:14:35 DURÉE	19.8 K/H VITESSE MOYENNE	2,265 m GAIN ALT
12 Mai 2019	★ Najac St Antonin CYCLISME SUR ROUTE	77.21 km DISTANCE	3:49:48 DURÉE	20.2 K/H VITESSE MOYENNE	1,341 m GAIN ALT
10 Mai 2019	★ Najac Caylus StCirq Lapopie CYCLISME SUR ROUTE	146.95 km DISTANCE	6:56:40 DURÉE	21.2 K/H VITESSE MOYENNE	2,423 m GAIN ALT
9 Mai 2019	★ Najac Rieuepeyroux Villefranche CYCLISME SUR ROUTE	78.99 km DISTANCE	3:38:44 DURÉE	21.7 K/H VITESSE MOYENNE	1,177 m GAIN ALT