



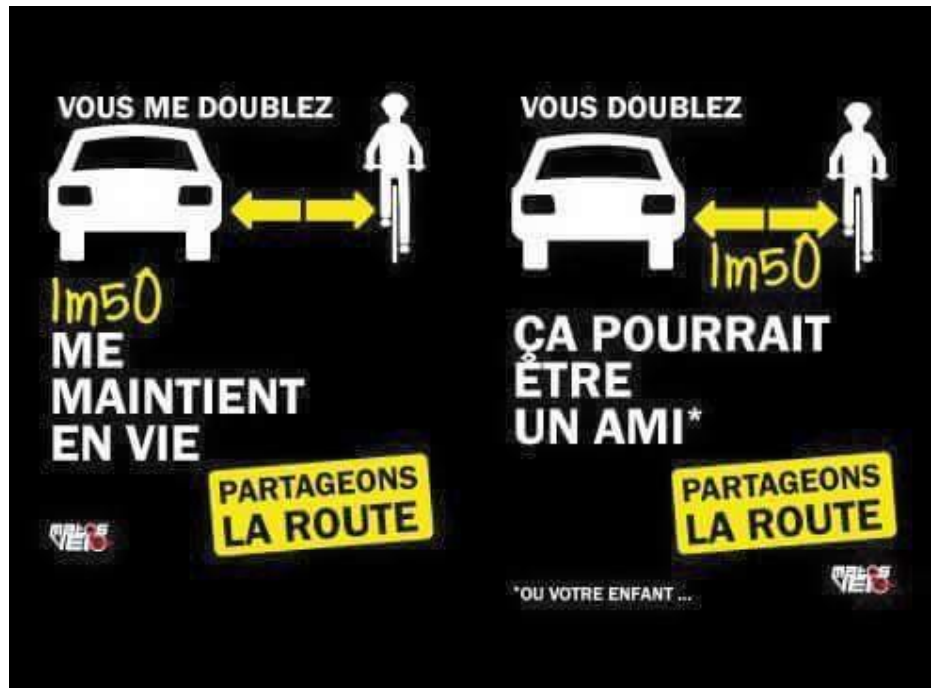
FLASH

Mars 2016
Numéro 74

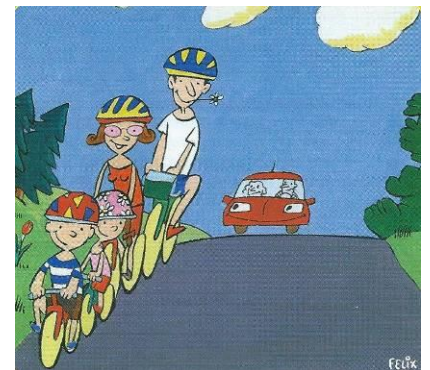
Dans ce numéro

- 1 Editorial
- 2 } Le site du CODEP
- 3 }
- 4 } La vie du CODEP
- 5 } Le Challenge individuel
- 6 }
- 7 }
- 8 } L'Echo des Clubs
- 9 }
- 10 Rappels
- 11 Calendrier

LA SÉCURITÉ : PENSONS-Y ! ADAPTONS NOS COMPORTEMENTS



PAS BIEN !



BIEN !

Directeur de la Publication : Jean PASQUIER

Conception-Réalisation : CODEP 85

Diffusion :

Clubs Vendée, Comité Directeur et anciens

Présidents de la Ligue des Pays de la Loire,

Présidents des CODEP 44, 49, 53 & 72

Partenaires Institutionnels et privés

LE SITE DU CODEP

Quelques nouveautés sur le site du Codep depuis le flash N°72

Mise en service d'une page dédiée à la vente de matériel d'occasion.

Cette page est destinée à mettre en relation des cyclos qui ont un vélo ou des accessoires de vélo à vendre et des acheteurs potentiels.

Volontairement, il n'y a pas de prix, l'acheteur négocie directement avec le vendeur.

Vous pouvez voir cette page d'offre à : "bon adr et occas" puis "occasions cyclos"

Cette page présente un tableau avec : nom du vendeur - désignation de l'article - N° de téléphone, adresse mail - photos - et date du dépôt.

La personne intéressée prend contact directement avec le vendeur.

Un article déjà en vente : <http://vendee.ffct.org/occasions.php>

Si vous désirez mettre des articles en vente.

- Entrez dans la page "acc_privé"
- Entrez le mot de passe qui a été communiqué aux présidents de club
- Cliquez sur "formulaire proposition occasion"
- Documentez le formulaire
- Vous pouvez joindre une photo sous : pdf, jpeg, jpg, png, gif
- Entrez le code de sécurité qui est affiché
- Cochez les cases "recevoir une copie de ce message et recevoir une confirmation de lecture dans les options d'envoi"
- Puis "envoyer"
- A réception de ce formulaire par le webmaster, l'annonce sera publiée.
- Prévenir par mail (réponse de mail reçu en confirmation de lecture) lorsque l'annonce doit être enlevée.

Formations

Sur la page "activité" puis "formation" :

- un tableau reprend les cyclos qui ont obtenu une qualification par la FFCT

Les cyclos qui n'ont pas suivi les recyclages ne sont pas répertoriés.

Santé

Sur la page "activité" puis "sécurité santé et assurances" :

- un article est ajouté concernant "le feu aux pieds"

Toutes à Stasbourg

Sur la page "événement" et "événements particuliers" :

- une page est dédiée à ce prochain événement

Concentrations

Page "événement" et "concentrations" :

- les flyers et informations sur les 3 concentrations du Codep organisées par les clubs

Rando de la Rose

Page "événement" et "rando de la rose" :

- les flyers et informations sur la randonnée spéciale féminines

Calendrier des sorties et brevets

Page "activités" et "calendrier rando+brevets" :

- le calendrier présente les randonnées des clubs en Vendée et comporte 4 couleurs :

- Blanc : pas encore réalisée
- Rouge : réalisée mais pas documentée par le président ou correspondant du club qui organise la randonnée.
- Vert : la randonnée est documentée
- Bleu : la randonnée est au calendrier mais hors challenge

Pour que le flyer ou/et le lien vers votre site qui présente votre randonnée soient présents dans le tableau, vous devez me l'envoyer dès que vous l'avez réalisé.

Prévision calendrier rando et brevets

Page "acc-privé" puis "mot de passe" puis "préinscription au calendrier des sorties clubs et brevets" :

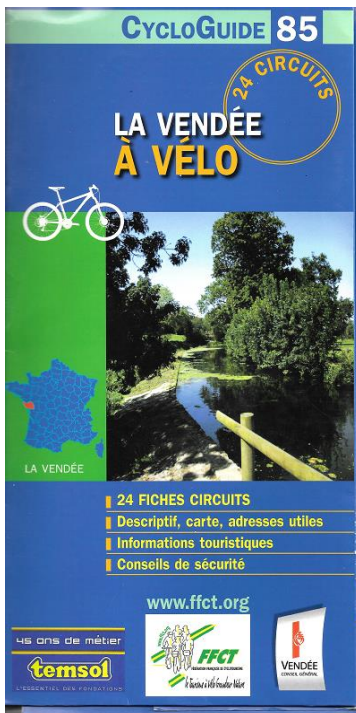
- vous pouvez préinscrire vos futures sorties et brevets pour les années futures en utilisant le formulaire.

Sylvain Dupas

Webmaster du Codep

LA VIE DU CODEP

24 circuits du cycloGuide à mettre en ligne sur Véloenfrance



Lorsque vous vous rendez sur le site de véloenfrance :

<http://veloenfrance.fr/carte.html?>

(ou par le site de la FFCT), vous constatez que la Vendée ne comprend aucun circuit.

Il y a quelques années, des circuits ont été créés, validés et un cycloguide papier a été édité.

C'était un travail important.

24 circuits ont été créés, mais maintenant il faut les numériser pour les placer sur "Véloenfrance"

Comment procéder :

- Tracer sur "Openrunner" le circuit d'après la trace papier, <http://www.openrunner.com/>
- - Identifiant : "codep85ffct"
- Scanner le texte existant sur le document papier, le traiter par un OCR, récupérer le fichier texte et le copier dans "note de l'auteur" sur le plan "openrunner"
- voir le circuit N°1 "circuit Napoléon"
- Imprimer le plan en PDF,

- Récupérer la trace en GPX.
- Envoyer : le plan PDF, la trace GPX, le texte du circuit cycloguide et le lien sur Openrunner au club qui se trouve à proximité ou sur le circuit.

Ces travaux sont réalisés par moi-même.

Ce qui est demandé au club :

- Suivre le circuit avec la carte et si possible avec un GPS chargé de la trace GPX, et dans ce cas relever la trace réelle <http://www.openrunner.com/index.php?id=5708501>
- Relever le kilométrage réel
- Faire au moins 3 photos de bonne qualité avec si possible des cyclos sur les photos
- Reporter, au stylo, sur le circuit PDF toutes les annotations pertinentes.

- Scanner le document avec les annotations et me l'envoyer en PDF.
- M'envoyer aussi le relevé & la trace GPX (si utilisation d'un GPS)
- M'envoyer les 3 photos (ou plus) non compressées (si problème, les envoyer en plusieurs fois)
- Vérifier le texte et le corriger si nécessaire et le renvoyer (si correction).

Je remets tout en forme et j'envoie le tout à Véloenfrance pour placer les éléments sur le site

Véloenfrance contacte les offices de tourisme des villes traversées par les circuits pour recueillir des informations sur les hébergements, les loueurs/réparateurs de cyclos, etc...

Pour le moment, le circuit N°2 Chantonay est envoyé à la FFCT et doit prochainement être placé sur le site de de véloenfrance.

Par la suite les circuits VTT seront également concernés.

Certain club auront plusieurs circuits.

D'avance je remercie les clubs qui vont être sollicités



Sylvain Dupas
Commission Cyclos Guides du Codep

Le Challenge Individuel 2015

RANDONNEUR 85				
CHALLENGE INDIVIDUEL				
2015				
FEMININES (11 participantes)				
Nom	Prénom	Clubs	Points	
1	AUVINET	Marie Luce	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	110
	COUPEY	Huguette	Union Sportive Rosnay Section Cyclo	110
3	BAUDON	Lisette	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	109
	BENOIT	Madeleine	Cyclotouristes Luçonnais	109
5	PLANCHET	Marylène	Cyclo Touristes Herbretais	101
6	REVERSEAU	Michèle	Union Sportive Rosnay Section Cyclo	29
7	SEGUIN	Eliane	AC Beignon-Basset	27
8	LANDAIS	Clémence	Union Sportive Rosnay Section Cyclo	26
9	ORDRONNEAU	Marie-Odette	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	20
10	CARON	Nelly	Jard S/Mer Cyclo	18
11	CLERGEAUD	Renée	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	10

MESSIEURS (18 participants)				
Nom	Prénom	Clubs	Points	
1	BAUDON	René	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	122
2	AUVINET	Yves	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	104
	COUPEY	Michel	Union Sportive Rosnay Section Cyclo	104
4	PLANCHET	Léon	Cyclo Touristes Herbretais	100

5	ROIRAND	Damien	Cyclotouristes Yonnais	97
6	BENOIT	Bernard	Cyclotouristes Luçonnais	92
7	SEGUIN	Claude	AC Beignon-Basset	68
8	DRATWA	Lionel	Union Sportive Rosnay Section Cyclo	67
9	HERBRETEAU	Guy	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	65
	REVERSEAU	André	Union Sportive Rosnay Section Cyclo	65
11	CHAPELEAU	Gilles	Membre Individuel Vendée	40
12	PUICHAULT	Jean	SVF Fontenay le Comte	34
13	DUPAS	Sylvain	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	27
14	ORDRONNEAU	Joël	Cyclo-Randonneurs Mareuillais	25
15	AUDEMARD	Serge	Union Sportive Rosnay Section Cyclo	20
	DURET	Guy	Amicale Cyclotouriste Tranchaise	20
	REVERSEAU	Baptiste	Union Sportive Rosnay Section Cyclo	20
18	COUTURIER	Michel	Amicale Cyclotouriste Tranchaise	15

ÉCHOS DES CLUBS

Fontenay-Crevillente-Fontenay du 26/08 au 15/09/2014

Le mardi 26 août, Guy Loriau, Michel Teruel et Jean Puichault trois amis cyclos randonneurs sont partis pour Crevillente (Espagne), la ville jumelle de Fontenay-le-Comte, pour un aller/retour avec vélos et sacoches sans assistance.

Le parcours aller a été fait en neuf étapes avec une distance moyenne de 140 à 160 km par jour environ.

A l'arrivée à Crevillente le 3 septembre, nous avons été reçus très chaleureusement et félicités par les membres du service des sports de la mairie et du comité de jumelage ainsi que par nos amis espagnols.



Nous remercions Madame Maryse Moutray Présidente du comité de jumelage de Fontenay-le-Comte, d'avoir coordonné cet accueil.

Après quatre jours de repos, pour les trois amis et leurs machines, il a fallu penser au retour.

Au départ de Crevillente le 8 septembre, nos trois compères dans une bonne forme ont fait le retour en 8 étapes entre 160 et 170 km par jour.

L'arrivée a eu lieu à Fontenay le 15 septembre après une distance totale de 2560 km pour 17 jours en vélo.

Le parcours aller et retour qui est une première depuis la création du jumelage, s'est déroulé sur un relief difficile, dans une bonne camaraderie et une ambiance bienveillante avec quelques anecdotes.

Le long parcours s'est déroulé sous un soleil magnifique et une chaleur étouffante.

Nos trois cyclos en garderont un très bon souvenir

Jean Puichault

Attirés par la montagne...
La Rochelle - La Pierre-St-Martin par un couple de cyclos Yonnais
du 17mai au 22 mai 2015

Quoi de plus motivant, de plus excitant que de partir de la mer pour arriver au pied de la montagne et gravir un col.

Une mer-montagne, formule touriste, vous laisse toutes les possibilités : choix des étapes, kilométrage, allure. Le choix du col ? La FFCT propose 5 cols dans les Pyrénées : nous choisissons la Pierre-Saint- Martin proche de la vallée d'Ossau où nous rejoindrons le CTY pour "son weekend montagne "

La préparation de ce voyage se fait l'hiver et quel plaisir d'étudier le parcours, chercher les routes touristiques, trouver les hébergements.

C'est la 4ème fois que nous prenons la route des Pyrénées (après le col du Soulor, Superbagnères, le col de Jau) mais c'est encore un parcours différent que je trace.

Cette année 2015, nous partirons donc de la Rochelle (rien que le nom de cette ville évoque les vacances).

Nous laissons notre voiture à Aytré chez un ami vélociste "Les cycles Mazerolles "

1ère étape La Rochelle - Meschers 100 km

Par la piste cyclable, nous longeons la côte jusqu'à Châtelailon puis direction Ciré-d'Aunis.

Traversée des marais bordés d'iris jusqu'à Tonnay-Charente. Là, le vieux pont suspendu nous offre une vue superbe sur la vallée de la Charente. Seuls, les cyclistes et piétons peuvent l'emprunter.

Arrivée au bord de l'estuaire de la Gironde à Meschers, un charmant petit port charentais.

Les maisons troglodytes, les grottes, les pontons de pêche au carrelet bordent la côte.

Nuit en chambre d'hôtes sur le port.

2ème étape Meschers - Castelnau-du-Médoc 90 km

Tous les matins, notre départ est fixé à 8h30. Pas toujours facile de négocier un petit déjeuner à 7h30.

C'est donc à 9h00 que nous entrons dans la ville close de Talmont-sur-Gironde. Point de vue unique sur l'estuaire et les côtes du Médoc. L'église romane Sainte-Radégonde est un vrai bijou d'architecture. Les touristes ne sont pas encore là, nous sommes seuls dans les ruelles aux maisons aux volets bleus, blancs, bordées de roses trémières.

Mortagne-sur-Gironde, Port-Maubert, St-Ciers-sur-Gironde : des routes vallonnées nous conduisent à Blaye, la citadelle est sous le soleil. Pas de temps à perdre : nous embarquons sur le bac. $\frac{3}{4}$ d'heure avec un groupe de cyclos du Loiret, pour rejoindre l'autre rive à Port-Lamarque (la marée est basse et les bancs de sable nombreux, la traversée est plus longue qu'à marée haute). En débarquant, nous croisons Kévin, un jeune qui effectue un tour de France en monocycle. Il en est à son 33ème jour. Parti de Lyon, il remonte vers la Bretagne et pense effectuer son périple en 100 jours ... ce qu'il fera en parcourant 4336km et en pratiquant la formule "j'irai dormir chez vous" (pour voir son récit sur Google, taper tour de France en monocycle).

La route est bordée de vignobles jusqu'à Castelnau-du-Médoc, terme de l'étape au domaine de Carrat : des anciennes écuries restaurées par des propriétaires charmants. Coïncidence, leur fille habite la Roche-sur-Yon.

3ème étape Castelnau-du-Médoc - Biscarosse 130km

Finie la vie de château. Cap sur le Bassin d'Arcachon, toujours vent favorable depuis notre départ. Souvenirs d'enfance à Andernos où je passais mes vacances. Toujours ancré dans ma mémoire, le très grave incendie des Landes l'année 1950 et notre nuit sur la plage avec ma grand-mère, un cousin et notre chat : il avait fallu quitter notre maison menacée par les flammes.

De Lège-Cap-Ferret à Arcachon, pistes cyclables obligatoires pour longer le bassin, sinon haro des automobilistes. Pas toujours évident avec les sacoches, il faut souvent mettre pied à terre.

A la sortie d'Arcachon, la dune du Pilat attire toujours autant de monde : nous y grimperons une autre fois !

Nuit à Biscarosse-Ville et une crainte pour demain : mauvais temps annoncé.

4ème étape Biscarosse - Ozourt (petit village dans la Chalosse) 130km

Comme prévu, le ciel est plombé.

"A écouter la météo, on passe sa vie au bistrot" dicton à lire au bureau des guides de St-Lary, confirmé pour cette étape : pas de pluie de la journée.

Piste cyclable longeant la route pour Parentis-en-Born : pas très agréable ! Puis une petite route sympa nous fait longer les étangs de Biscarosse et Parentis.

Et c'est la descente de la côte landaise : Mimizan, St-Julien-en-Born, St Girons, Léon et direction St Paul-les Dax, Dax que nous traversons vers 16h00 : un peu galère. Pas question de s'y arrêter prendre un bain de boue pour se relaxer. Direction Montfort-en-Chalosse et arrivée à Ozourt où un couple belge nous accueille et un repas succulent termine cette journée un peu stressante par la circulation.

5ème étape Ozourt - Oloron-Ste-Marie 80km

L'étape est courte et nous traînassons... il est vrai que le paysage s'y prête, la Chalosse est agréable, la route devient vallonnée et les bosses à chevrons sont nombreuses, les contreforts des Pyrénées se dessinent.

A Orthez, traversée du Gave de Pau, ça y est, ça sent la montagne...

Pique-nique à Navarrenx, une jolie petite cité avec ses remparts.

De Navarrenx à Oloron, nous croisons de nombreux cyclos. Quelques uns font un bout de route avec nous.

Oloron : direction le camping " les gîtes du stade, nous y avons réservé un chalet pour deux nuits et nous y retrouvons Christian et Marie-Paule Rondeau avec leur camping-car et passons ensemble une agréable soirée.

6ème étape Oloron-Ste-Marie - Le col de la Pierre-St-Martin 1765m et retour 90km

Je l'ai monté en 2001, un col difficile et long... nous le savons, on va souffrir. .. mais soulagement lorsque nous prenons le vélo : plus les sacoches et ça fait tout drôle!

La météo est rassurante, le gardien du camping nous prévient que les trois derniers kilomètres sont souvent froids, ventés, dans le brouillard et il a neigé il y a deux jours donc nous emportons ce qu'il faut pour nous couvrir. Les prévisions seront exactes.

Aucune difficulté jusqu'à Arette. Puis 7km de montée douce et se présente brusquement " la Mouline" : 600m à 15%. Je n'ai pas honte de dire que je monte à pied, Tatave joue l'équilibriste.

Et vont suivre 10km à 9, 10, 11%. Col de Labays, col de Soudet (1540m). Encore 225m de dénivelé... et le temps se gâte. Je me répète que je n'ai pas fait 600km pour échouer si près du but.

Nous laissons la route qui va à la station (arrivée de la 10ème étape du prochain Tour de France).



Pour nous, encore 3km dont 1 à 9% pour arriver au col à 1765m. Notre but est atteint, ce n'est que plus tard que nous en éprouverons du bonheur.

Seuls, les pieds dans la neige, 2°, le vent, le brouillard. Nous ne traînons pas dans ce décor lugubre. Nous sommes cependant géo localisés ! Sur notre portable, Orange nous prévient que nous sommes à la frontière espagnole.

3km plus bas, le temps redevient plus clément. Moi qui n'aime pas descendre et bien je prends du plaisir et étonne mon homme. Nous arrêtons prendre un boisson à Arette (village victime d'un gros tremblement de terre en 1967) et le retour sur Oléron est agréable.

Le lendemain, 35 km pour retrouver notre club, le CTY, en week-end montagne à Izeste dans la vallée d'Ossau. Après 660km, pas de vélo pour nous, mais le plaisir d'être ensemble et de suivre "en voiture" nos amis cyclos pour les encourager dans les cols.

La logistique

Au cours de ce voyage, aucun ennui mécanique, pas de crevaison. Avant de partir, révision générale des vélos, pneus neufs, pose d'écarteurs. Prévoir petit matériel de réparation, pneu, rayons...

Notre préparation ? Rien de particulier : rouler régulièrement tout l'hiver, quelques sorties vers Chantonnay, 2 jours avec les sacoches une quinzaine de jours avant. Il est vrai que seul notre objectif est d'aller au bout, à notre rythme, prendre du plaisir même si parfois je tempête après les sacoches et pourtant tout est étudié pour restreindre le poids (ex : tube de dentifrice aux $\frac{3}{4}$ vide) et le volume : 11kg pour Tatave, 5 pour moi. Une petite astuce pour gagner de la place : je mets chaque tenue dans une poche transparente avec curseur et m'assoie dessus pour chasser l'air avant de la fermer ! Testez c'est efficace.

Les hébergements sont retenus à l'avance avec priorité aux chambres d'hôtes avec repas ou restaurants à proximité. Pas question de reprendre le vélo le soir pour aller dîner.

Le vélo et ses multiples facettes de le pratiquer.

La mer-montagne en est un exemple : formule randonneur, formule touriste, seul, en couple, entre amis, organisée par un club, en autonomie, avec un véhicule transportant les bagages. Chacun peut trouver une formule qui corresponde à ses envies, ses moyens, l'essentiel étant d'y prendre du plaisir.

Annick et Octave

L'expérience du tandem avec l'ami "MIMILE" Martin

"A deux on est solidaires"

Après Yves et son vélo assisté, voici l'expérience de Mimile Martin qui vient d'enfourcher un magnifique tandem aimablement prêté par le CODEP-85, sous la complicité diplomatique de l'ami Léon.



Le CTH remercie le CODEP-85 qui met aimablement son matériel à la disposition des clubs de cyclotouristes en permettant ainsi à des utilisateurs potentiels ou s'agissant de personnes handicapées, de poursuivre en binôme les plaisirs du vélo. Aussi le CTH renouvelle ses encouragements au valeureux licencié herbretais.



Yvon le pilote et Mimile au départ d'une rando tandem

C'est dans son sous-sol que **Mimile** nous présente le bel animal. Il nous raconte son parcours de cyclo autour d'une tasse de café.

Portrait :

"Je fais du vélo depuis l'âge de 40 ans. Ma première sortie, c'était à Vallet avec le **CTH**. Mais j'avais déjà roulé avec **Tintin Fort** en solitaires. Je faisais 3500 km par an c'était peu mais je travaillais et ne comptais que sur le dimanche. Depuis la retraite je roule sur les 5000 ou 6000 km l'année, je crois que c'est le lot de beaucoup de randonneurs. Je n'ai jamais pratiqué la compétition.

En 1998 c'est l'accident sur une plaque de verglas à la Favrie. Dix-sept gars et filles du **CTH** se retrouvent par terre. Moi je ramasse le gros lot : fémur cassé et déplacé. Mais aujourd'hui je ne ressens plus rien. J'ai conservé le matériel que j'avais dans la cuisse, tiens regarde !... une broche de 10 à 12 centimètres avec autant de boulons. C'est le chirurgien qui me l'a restitué en souvenir me dit-il !...

Depuis un petit accrochage dû à mon champ de vision rétréci j'évite de rouler en groupe, ou bien je me tiens à l'arrière de crainte de causer une chute potentielle. C'est pourquoi j'ai pris l'option tandem.

J'ai roulé avec cinq gars déjà. Si le temps est de la partie ce sera dimanche la prochaine sortie. Cela a commencé par une réunion d'information au local du **CTH** avec des gens de la Roche/Yon et du Boupère, habitués à la pratique du tandem. A la fin de la présentation je me dis "**Bon d'là ! Faudra s'y faire**". S'habituer à être synchro, s'arrêter du bon pied avec le pilote, négocier les virages en équilibre, faire confiance. Derrière je n'ai ni freins et le guidon reste fixe. Mais je bénéficie d'un bon "coupe-vent". Les deux premières fois je voulais d'instinct tourner les guidons dans les virages, tant et si bien que la selle de mon pilote s'est décalée ! Les réflexes ne sont pas les mêmes que sur un vélo ordinaire.

Après un stop, ou un arrêt il faut repartir en moulinant davantage et se lancer sans forcer. Il faut s'adapter avec chaque pilote, c'est lui qui décide avec le dérailleur, les freins et les guidons. Ils sont tous différents :

Didier est plus puissant, **Yvon**, c'est le roi du dérailleur, **Christian** emmène plus grand, **Alain** se craignait au départ, mais sur le grand plateau en fin de parcours la semaine dernière on a fini avec le 1er groupe.

Avec **Christian**, dans un virage assez serré on a failli aller dans le décor. Je me suis écorché la jambe, c'était le 1er essai. Au bout de deux ou trois fois ça se passe très bien. **Manu** est plus puissant ce qui n'empêche pas que les côtes sont plus difficiles, le train plus lent, mais dans les descentes, ça roule plus rapide qu'en solitaire, ce qui fait qu'à l'arrivée on est dans les temps. Entre St Fulgent et Bazoges on a mis le grand plateau avec une belle pointe de vitesse, rien que pour voir. Si tu t'entends bien, à deux ça roule.

Le tandem ce n'est pas trop fait pour les p'tites routes qui tournent et virent à angles droits, et quand on dépasse d'autres cyclistes il faut prendre du large et se rabattre avec de la distance.

(Ah bé Bon d'là ! C'est un semi que vous avez là !...) lance **Jean-Marc** (un ex routier) au passage.

«Prémonitoire cette photo de 1968, j'avais 20ans...



...on a gagné une course en tripléte confectionnée avec un vieux tandem. C'était pour rire. Je suis le troisième en cheveux longs du moment.»

Chaque pilote a son réglage de selle, je note tout avec un pied à coulisse. (C'est une déformation professionnelle) : **Didier** c'est 6mm en dessous de la collerette, **Yvon** au niveau de celle-ci, **Christian** c'est +6mm, **Alain** bat les records avec +33mm, **Emmanuel** +20mm. Je n'ai pas encore roulé avec En chaussures plates ce n'est pas pareil qu'avec les cales, il faut régler plus bas d'un bon centimètre **François**, mais ça doit être comme **Didier**.

"Il ne faut pas être fainéant pour pratiquer le tandem"

C'est bien intéressant de rouler en club, au CTH il y a une bonne ambiance, ça te fait découvrir des horizons nouveaux entre les ouvriers, les artisans, commerçants, professions libérales, profs, chefs d'entreprises, gens d'administrations, tous ensemble, on est riche de notre amitié. C'est ça aussi la valeur d'un club. Onze copains se sont déjà proposés pour rouler avec moi. Vraiment je ne pensais pas être autant entouré, car ce n'est pas toujours évident de trouver des partenaires, bien des clubs sont en recherche et en sont dépourvus faute de motivation. Merci aux copains."

Comme tu le dis en rigolant Mimile : "il ne faut être fainéant pour faire du tandem, car si tu n'appuies pas sur les pédales, le pilote le ressent de suite. Donc pas de triche possible de la part du passager ou de son pilote" Enfin Mimile, on le sait bien, tu es un courageux qui ne se ménage pas, on sait aussi le respect que tu portes au groupe. Ce respect nous te le rendons à égalité et nous sommes heureux de compter sur ta présence et ton amitié de cyclotouriste au CTH. En tout cas ton expérience est aussi celle de tout le club et elle semble bien engagée pour perdurer.

Propos recueillis par Gino

Concentration d'ouverture à Rosnay le 13 mars 2016



Randonnée de la Rose à St-Gilles le 15 mai 2016

Trois circuits avec ravitaillement réservés aux féminines
Un circuit (différent de celui des dames)
est aussi prévu pour les messieurs
(Voir site du Codep)

Concentration VTT/VTC à La Chataigneraie le 29 mai 2016

Concentration de clôture aux Moutiers sur Lay le 16 octobre 2016

CONCOURS PHOTOS

CONCOURS PHOTOS DÉPARTEMENTAL 2015

Thème : "Enseignes et vitrines anciennes"

Le règlement et le bulletin d'inscription sont disponibles sur le site du Codep

CONCOURS PHOTOS DE LA LIGUE 2014

Thème : "Cyclotourisme en milieu agricole"

Le règlement et le bulletin d'inscription sont disponibles sur le site de la Ligue

CALENDRIER DÉPARTEMENTAL DES RANDONNÉES ET BREVETS 2016

- D 21/02 C.R. POUZAUGES "randonnée des Collines" *VTT & marche*
- D 13/03 CONCENTRATION D'OUVERTURE à ROSNAY
- S 19/03 C.T.YONNAIS brevet fédéral 150 km
- D 20/03 C.R.M. CHALLANS brevet fédéral 100 km
- L 28/03 ST FULGENT "randonnée du Bocage" *route, VTT & marche*
- S 02/04 V.C CHALLANS brevet fédéral 100 km
- D 03/04 CHANTONNAY "randonnée des 2 Lays" *route*
- D 10/04 S.V.FONTENAY brevet à allure régulée 100 km
- D 17/04 C.T.YONNAIS "randonnée Guy & Colette" *route & marche*
- C.R.M. CHALLANS brevet fédéral 150 km
- D 24/04 ROCHESEVIERE "randonnée des Lutins" *route, VTT & marche*
- V.C CHALLANS brevet fédéral 150 km
- brevet randonneurs mondiaux 200 km
- D 08/05 LES HERBIERS "La Puyfolaise " *route, VTT & marche*
- S 14/05 C.R.M. CHALLANS brevet fédéral 150 km
- brevet fédéral 250 km
- D 15/05 RANDONNÉE DE LA ROSE (RANDONNÉE FÉMININE) à ST GILLES
- S 21/05 S.V. FONTENAY brevet à allure régulée 200 km
- D 29/05 CONCENTRATION VTT CODEP 85 à LA CHATAIGNERAIE *VTT & VTC*
- S 04/06 C.R.M. CHALLANS Cyclodécouverte *route*
- D 05/06 STE HERMINE "randonnée Le Père La Victoire" *route*
- D 12/06 C.R. MAREUIL "La Mareuillaise" *route*
- D 19/06 LA TRANCHE "randonnée de l'Huître" *route & marche*
- D 26/06 V.C. CHALLANS "randonnée des Canards" *route, VTT & marche*
- D 03/07 BEAUFOU "La Meillerette" *route*
- CHÂTEAU D'OLONNE "randonnée du Puits d'Enfer" *route*
- D 17/07 ANGLES "randonnée du Troussepoil" *route & VTT & marche*
- Du 31/07 au 07/08 DIJON SEMAINE FÉDÉRALE
- D 21/08 C.R. POUZAUGES "La Pouzaugeaise" *route & marche*
- D 04/09 V.C. LA CHATAIGNERAIE "La Chataigneraisienne" *route, VTT & marche*
- D 10/09 C.T.YONNAIS brevet randonneurs mondiaux 200 km
- D 11/09 BOURNEZEAU "la Bournevaizienne" *route, VTT & marche*
- D 25/09 LE BOUPÈRE " La Boupérienne" *route, VTT & marche*
- S 01/10 C.R.M. CHALLANS Cyclodécouverte *route*
- D 02/10 S.V. FONTENAY "La Mélusine Transmerventaise" *route, VTT & marche*
- D 16/10 CONCENTRATION DE CLÔTURE à LES MOUTIERS S/ LE LAY
- D 23/10 CHANTONNAY "Les Coulées Chantonnaisiennes" *route (hors Challenge)*
- D 30/10 MORTAGNE "La Mortagnaise" *route, VTT & marche*
- S 05/11 A.G. DU CODEP 85 à POUZAUGES
- D 20/11 A.G. DE LA LIGUE
- S 03/12 C.T.YONNAIS "randonnée du Téléthon" *route & marche (hors Challenge)*
- D 04/12 C.R.M. CHALLANS "randonnée du Téléthon" *route (hors Challenge)*