



Lettre d'information du comité départemental de cyclotourisme d'Indre et Loire

Numéro 22 - 20 mars 2011

30 avril et 1er mai : les « dames de la Touraine » entre Indre et Loire

C'est le moment de balayer les dernières hésitations : le Codep recevra les dernières inscriptions le 26 mars. Sous l'égide de Jacklyne Jahan et d'Annie Proust, il propose aux femmes licenciées une randonnée de deux journées, le samedi 30 avril et le dimanche 1er mai, deux journées « rien que pour elles », entre Indre et Loire. La participation est limitée à 30 personnes.

Il s'agira de parcourir en tout 200 km en deux étapes : le samedi (75 km), de Loches à Bréhémont, « *village authentique, balcon sur la Loire* », selon la promotion touristique, qui dit vrai. Rendez-vous à 9 h au centre Maurice-Aquilon, départ à



Rendez-vous le samedi soir à Bréhémont.

10 h, repas dans le secteur de Veigné-Montbazou. A l'étape, dîner collectif au restaurant et hébergement dans un gîte de groupe (prévoir draps et linge de toilette).

Le lendemain, le retour à Loches s'effectuera via Amboise (120 km). Le départ est fixé à 9 h et la halte-déjeuner aura lieu à Montlouis. Les « dames de la Touraine » devraient rejoindre le centre Maurice-Aquilon vers 18 h 30.

Renseignements et inscriptions.— Coût : 55 € Chèque à l'ordre du Codep 37, à remettre avant le 26 mars à :

- Jacklyne Jahan, 15, route de Tours, 37240 Ligueil, tél. 06 03 80 39 49;
- ou à Annie Proust, 27, la Babinière, 37160 Marcé-sur-Esves, tél. 06 26 31 08 97 (heure des repas).

Prévoir un petit bagage étiqueté (5 kg maxi).

Annulation : en cas de désistement après le 9 avril, retenue de 10 € pour la nuitée.

26 mars : le médecin fédéral rencontre les cyclos à la Maison des Sports

Le Comité d'Indre-et-Loire de cyclotourisme a le plaisir de recevoir le samedi 26 mars à 14 h 30, à la Maison des Sports, rue de l'Aviation à Parçay-Meslay, le Dr François Le Van, médecin fédéral. Celui-ci interviendra sur le thème :

« **Le sport (...ou plutôt le vélo) bon ou mauvais pour la santé?** »

La commission Sécurité et Santé ne doute pas que tout ce qui touche à la santé et à la prévention dans notre sport vous intéresse et vous convie à participer nombreux à cette réunion.

Formule au choix pour « Toutes à Paris »

Dimanche 16 septembre 2012 : la date du rassemblement « Toutes à Paris » commence à s'inscrire dans les têtes. C'est encore loin ? Pas tant que ça, si l'on en juge par l'avancée des préparatifs.

Le principe est connu : il s'agira de réunir à Paris ce jour-là le plus grand nombre de femmes, venues de toute la France, pratiquantes régulières ou occasionnelles. La « Fédé », organisatrice, prévoit de toutes les réunir lors d'un pique-nique géant au Jardin du Luxembourg. Des animations sont prévues, ainsi que des rencontres avec députées et sénatrices, sur le thème « Les femmes et le sport ».

Les féminines se retrouveront selon la formule de leur choix : le voyage itinérant, ou bien des approches organisées sous l'égide des Codep et des Ligues. On pourra ainsi rejoindre Paris :

- en trois jours, au départ de points de rassemblements situés à 180 km de Paris (dont Blois) ;
- en deux jours, à partir de sites à 90 km de Paris (dont Dreux et Chartres).

Les participantes seront hébergées le samedi soir aux portes de Paris. Elles retrouveront les Franciliennes le dimanche, pour un circuit au centre de Paris.



Infos FFCT : la charte du pratiquant route

La charte du pratiquant, sur la route, se décline en treize principes. Lecture et relecture à pratiquer régulièrement!
Les « treize commandements » :

- J'applique le Code de la route en toutes circonstances.
- Je porte toujours un casque.
- J'utilise un vélo équipé réglementairement, et en parfait état mécanique.
- Je suis correctement assuré(e).
- J'adapte mon comportement aux conditions de circulation.
- Je maintiens un espace de sécurité avec le cycliste qui me précède.
- Je vois et je prends toutes les dispositions pour être vu.
- Je choisis un parcours convenant à mes capacités physiques.
- Je roule sans mettre en cause ma propre sécurité ni celle des autres usagers de la route.
- Je connais la procédure d'appel des secours en cas d'accident.
- Je respecte la nature et son environnement.
- Je respecte les autres usagers de la route.
- J'observe les consignes des organisateurs quand je participe à une manifestation de cyclotourisme.



On planche sur la charte, lors d'un stage d'animateurs à Loches.

Critérium du jeune cyclotouriste le 19 mars à Chinon

La sélection départementale du critérium du jeune cyclo organisée par le Codep avec l'aide des Cyclos-Randonneurs Chinonais se déroulera à Chinon le samedi 19 mars.

L'inscription est gratuite et le rendez-vous est fixé à 14h 30 au plus tard, au local du club, 52, rue Descartes.

Le règlement complet peut-être téléchargé sur le site de la FFCT en suivant le lien :

<http://www.jeunes-ffct.org/organisations/cnjc.htm>

Cette épreuve est ouverte aux jeunes d'Indre-et-Loire de 12 à 18 ans et peut s'effectuer par équipe de deux.

Les débutants à partir de 8 ans peuvent participer hors classement, accompagnés d'un adulte.

Inscriptions et documentation nécessaire sur Chinon à demander auprès de Didier Demeulant.

Le Codep, quel numéro de téléphone?

Le Comité départemental disposait jusqu'à maintenant d'un numéro de téléphone à la Maison des Sports. Le recours grandissant aux téléphones mobiles a conduit le Codep à fermer cette ligne fixe, ce qui génère une économie substantielle. Pour joindre le Comité au téléphone : Gérard Guillet, président, 02 47 55 70 04; Alain Plessis, secrétaire, 02 47 26 62 67; Christian Videau, trésorier, 02 47 93 39 45. Courriel : codep@cyclo37ffct.org

Les prochains rendez-vous

- Samedi 19 mars :** Critérium du jeune cyclo, route et VTT, Chinon (lire par ailleurs).
Dimanche 20 mars : Brevet fédéral 100 km, Saint-Avertin (Union Cyclotouriste de Touraine).
Samedi 26 mars : Réunion dirigeants et sécurité (« Cyclotourisme et santé »), Maison des Sports, Parçay-Meslay (lire par ailleurs).
Dimanche 27 mars : « La Nouzillaise », Nouzilly, route et VTT (Etoile Sportive Nouzilly Vélo Sport).
DIMANCHE 3 AVRIL : « La Richelaise », journée départementale, Richelieu (Bicyclette et Cyclos Richelais).
Samedi 9 avril : Brevet randonneur 200 km, Tours (Union Cyclotouriste de Touraine).
Dimanche 10 avril : Brevet audax 100 km, Chinon (Cyclos-Randonneurs Chinonais).
Randonnée entre Loire et Cher, La Riche, route et VTT (Club Olympique La Riche).
Marche amboisienne, Amboise (Amicale Randonneurs Cyclos Amboisiens).

Le détail des randonnées est sur le site du comité :

<http://www.cyclo37ffct.org>

