BULLETIN DE LA LIGUE ILE-DE-FRANCE DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLOTOURISME



CLUBS DE L'ILE DE FRANCE, LE BLIF C'EST VOUS!



Cette revue est au service des licenciés, des clubs, des Codeps.

Elle existe pour contribuer à faire connaître les différentes facettes d'utilisation du vélo de route ou du VTT. Que les actions soient individuelles ou de clubs, des astuces ou « trucs » qui facilitent la pratique ou l'utilisation du vélo...

Le BLIF est là aussi pour nous faire connaître auprès des partenaires.

Cette revue doit vivre et évoluer ; si ça vous intéresse, apportez votre contribution en envoyant articles et photos.

PAS DE COMPÉTENCES PARTICULIÈRES :

Un texte en word sans mise en page (c'est l'imprimeur qui s'en charge) et des photos à part en bonne résolution

Envoyez le tout à : ile-de-france-president@ffct.org

La date de remise des documents sera inscrite sur le site de la Ligue









4 NUMÉROS POUR 10 EUROS

(chèque à libeller à l'ordre de Ligue IDF FFCT)

Possibilité de souscrire en cours d'année, vous recevrez les 4 prochains numéros



NOM:	
PRÉNOM	
ADRESSE:	
CLUB:	

Coupon et chèque à adresser à :

Ligue IIe-de-France FFCT - 12 rue Louis Bertrand - CS 80045 - 94207 Ivry sur Seine Cedex

Edito •••

BLIF, ça sonne bien, c'est facile et rapide à prononcer plutôt que Bulletin de la Lique Ile de France!

Mais il va falloir y renoncer maintenant que nous allons devenir comité Régional;

COREG en abrégé ; ça accroche, ça a du mal à être prononcé. Donc il va falloir se pencher sur la question pour trouver un autre nom de baptême à notre revue après 32 ans d'aventures...

Et oui le n°1 est sorti en 1984 (c'était mes débuts à la FFCT) et c'était deux feuilles A4 dactylographiées, éditées sur une imprimante, pliées en deux... on remonte à l'âge de pierre tellement il y a eu de progrès technologiques depuis. Mais il ne faut pas que les facilités, que nous permettent les ordinateurs et autres accessoires d'aujourd'hui, nous fassent oublier ce qui a fait notre histoire et ceux qui l'on construite. Donc pour « enterrer » dignement notre BLIF un numéro spécial rétrospective sera dès le début d'année mis en chantier.

J'avais souhaité un numéro spécial 30 ans que je n'avais pu réaliser faute d'aide, alors à vos archives et envoyez à la Ligue ce qui vous semble des faits marquants qui ont contribués à l'évolution des clubs de l'IDF. Des témoignages sur les personnalités qui ont laissé une trace au cours de ces 3 décennies en créant des évènements, en étant des précurseurs pour certaines évolutions...

Cette revue, je le répète, est celle de tous les licenciés des clubs d'ile de France, alors envoyez vos idées pour lui trouver un nouveau nom assez court, qui sonne bien à l'oreille et qui se retient facilement (pensez aux vieux de mon âge qui commencent à avoir des problèmes de mémoire!) les jeunes, les franciliens « expatriés » pour leur retraite aux quatre coins de la France, mais attachés à leur ancien club peuvent aussi participer; tout le monde joue le jeu. J'attends une mobilisation de masse!

L'AG élective est pour bientôt. Et oh, miracle il y a des candidats ! je suis une présidente comblée depuis le temps que je réclame du monde... que les nouveaux candidats soient remerciés d'avoir franchi le pas. Souhaitons qu'en unissant les efforts de tous et en laissant de côté les problèmes de caractère, de préséance, d'égo... on fasse du bon travail car le but de chacun doit être la réalisation d'actions dans l'harmonie pour créer une vraie dynamique pour notre Lique.

Bonnes AG dans vos clubs et codeps, accueillez des féminines et des jeunes dans vos comités directeurs et que l'harmonie règne en tous lieux!

Bonnes fêtes de fin d'année. Bien sportivement à tous.

Evelyne BONTEMS-GERBERT



Sommaire ...

	PAGE
INFOS LIGUE	4
AGL	6
VIE DES STRUCTURES	14
VIE DE LA LIGUE	18
TOURISME	28
TECHNIQUE	16



En couverture, Toutes à Strasbourg, délégation du Codep 91

Bulletin de la Ligue lle de France De La Fédération Française de Cyclotourisme 12 Rue Louis Bertrand CS 80045 94207 lvry / Seine

Site Internet :

http://ile-de-france.ffct.org/index.html

N°104 – AUTOMNE 2016 Abonnement 10€ pour 4 Numéros par an Souscription auprès de la Ligue lle de France

DIRECTRICE DE PUBLICATION : Evelyne BONTEMS-GERBERT Présidente Ligue

EQUIPE de REDACTION:

Evelyne BONTEMS-GERBERT
Claude DELAGE
Christophe Divan
Jean Louis FAUCHER
Philippe LEBOUCHER
Michel HAMEL
Philippe MARIE
Alain CHALLANT
Isabelle GAUTHERON
Jean Philippe STEPHAN
Jean Michel RICHEFORT
Françoise DELBREIL
Patrick, AGUETTANT
Anne VARIS
service commication FFCT
coden 92

CRÉATION ET IMPRESSION: Axiom Graphic 01 34 66 42 42 N° ISSN 1270-3419

Infos Ligue •••



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE FFCT COLMAR LES 9 ET 10 DÉCEMBRE 2016

UN NOUVEAU FRANCILIEN SE PRÉSENTE AU COMITÉ DIRECTEUR

CHRISTIAN PROPONET (actuel président du codep91)



Collabore déjà avec la Fédération en étant membre du comité de rédaction de cyclo mag et est aussi membre du conseil disciplinaire de 1^{ère} instance ; il a décidé de franchir une étape et de se présenter au Comité directeur fédéral.

Voici son programme:

Dans la continuité des actions engagées par le comité directeur sortant, je souhaite

contribuer au développement de la fédération de demain. Pour s'adapter aux évolutions du troisième millénaire, la fédération doit poursuivre et ouvrir de grands chantiers :

- Intégrer tous les types de pratique sans restriction : VTTistes, VAEistes, randonneurs avec sacoches ou pas, cyclosportifs, épicuriens, autres, dès lors qu'ils ne font pas de compétition.
- Accentuer la redynamisation de la revue cyclotourisme en donnant, entre autres, une part plus importante au VTT.
- Donner une image moderne de la fédération au travers d'une nouvelle identité visuelle.
- Améliorer encore la mobilisation des acteurs de terrain pour la sécurité des cyclotouristes (infrastructures cyclables et routières).

• Développer le territoire par le tourisme à vélo : l'abaissement de la moyenne d'âge et le maintien, voire l'augmentation des effectifs, passent par une action auprès des acteurs du tourisme (syndicats d'initiative).

Les CÒREG dans le cadre de leurs nouvelles attributions devront être des relais forts de la déclinaison de la politique fédérale. Par ailleurs, le siège de la fédération avec ses 25 salariés est tout proche de Paris ; il serait opportun d'avoir un élu prêt à intervenir en cas de besoin.

> Evelyne Bontems-gerbert Présidente LIF

Assemblées Générales extraordinaire et ordinaire de la Ligue IIe de France de Cyclotourisme

le Samedi 19 novembre 2016 à 14 heures Accueil à partir de 13h30

Salle polyvalente « LE NOUZET » 115, route de Corbeil 91230 MONTGERON

SÉJOUR

Venez retrouver tous les séjours, en France et à l'étranger sur le site FFCT.ORG ou sur simple de demande au siège. Contact : FFCT Patricia Leroux - 01 56 20 88 87 - pat.leroux@ffct.ora



Assemblée Générale de la Ligue •••

RAPPORT MORAL LIF 2016

Pour toutes les structures l'olympiade 2013-2016 se termine, c'est donc une période de réflexion sur le vécu et une projection pour les 4 prochaines années. L'île de France n'est pas touchée par la réforme territoriale ce qui nous enlève de gros soucis mais cette réforme aura certainement des répercussions sur les relations avec les grandes ligues et la gestion de grands évènements.

Les commissions existantes feront leur bilan en détail, je vais donc aller à l'essentiel. Mon souhait était de compléter l'effectif du Comité directeur en recrutant des personnes permettant de créer une équipe intergénérationnelle. Toutes les tranches d'âge devraient être représentées afin de pouvoir mener des réflexions qui aboutissent à des actions convenant au plus grand nombre. C'est en bonne voie puisque Valentin Mention représente la tranche des 20, Philippe Leboucher celle des 50, s'intercale un ancien Christophe pour les 40, pour les séniors, dont je suis, on n'en dira pas plus. Mais pas d'autre femme... Il reste de la place ; souhaitons que les manques soient remplis pour la prochaine mandature.

LES CLUBS:

Plusieurs clubs ont disparu faute d'implication pour continuer à les faire vivre et peu de créations. Tout au moins ne comblant pas les « pertes », Les effectifs Ligue suivent la courbe nationale : en baisse aussi.

Des actions concernant l'accueil et donnant des résultats positifs existent mais peu de clubs le font savoir. Des efforts sont à poursuivre avec une meilleure communication pour donner des idées sur l'accueil de nouveaux adhérents. En captant l'intérêt des enfants souvent les parents, les enseignants suivent. Le milieu scolaire est un bon vivier.

LES JEUNES:

Des satisfactions autant au plan régional que national, nos jeunes ont brillé sur les podiums des plus petits aux plus grands. L'activité VTT se porte toujours aussi bien quant à la route elle continue sa progression en effectifs, une belle équipe pour le voyage itinérant de début juillet de Libourne à travers le bordelais et les landes pour rejoindre le site de la semaine nationale à Mugron. Semaine où les jeunes ont porté haut les couleurs de la Ligue en étant sur les podiums et remportant la deuxième place du challenge interliques.

LA FORMATION:

Après des difficultés au cours de ces quatre années, beau succès de fin de saison pour le stage moniteurs qui fait plus que le plein et où se retrouvent plusieurs jeunes initiateurs qui, fort de leur expérience au sein des séjours jeunes, devraient assurer une belle continuité aux organisations envers les jeunes et peutêtre en développer de nouvelles.

TOURISME:

Le souhait était de relancer le tourisme en lle de France ; aussi après la relance de la promotion des randonnées permanentes dans le BLIF, Philippe s'est attaché à créer un évènement régional envers les licenciés sur une journée : « laligueavélo ». Son choix s'est porté sur le Vexin ; parcours sans fléchage mais un road book. Journée qui a reçu un bon accueil des participants qui en redemandent (même les val d'oisiens)! Pourquoi pas sur un week-end?

FÉMININES:

Après le succès de Toutes à Paris en 2012 mais pour lequel les franciliennes étaient quelque peu frustrées, il a eu en 2016 » Toutes à Strasbourg ». Magnifique participation de l'IDF puisque les 8 codeps ont fait leur voyage itinérant. En l'absence de commission spécifique c'est le responsable Tourisme qui a géré la coordination. Souhaitons que cette expérience « très arrosée » donne envie à des femmes de s'investir dans les structures et que de beaux projets voient le jour. Qu'au vu de cette volonté et détermination dont elles ont fait preuve, les messieurs leur fassent un peu de place pour qu'il y ait une vraie complémentarité et relance le dynamisme de certains clubs « qui ronronnent »! Une réunion des féminines et des « sympathisants » masculins est prévue en novembre. L'information sera envoyée et figurera sur le site.

LA COMMUNICATION:

• LE BLIF

Outil indispensable pour valoriser le cyclotourisme d'ile de France. Cette vitrine a beaucoup de mal à être alimentée, les clubs et les codeps oublient qu'il est là pour toutes les informations intéressantes et utiles qui se partagent.

• Le calendrier :

Tâche longue et difficile pour mettre en adéquation toutes les données ; travail pas toujours reconnu et pourtant il mobilise beaucoup d'énergie pour la personne qui le gère et le mène au bout.

• le site internet :

Il a été recréé entièrement par Michel Hamel et a rempli les objectifs que nous nous étions fixés. Il aurait pu être un peu plus vivant avec l'apport d'informations et de récits par les clubs et codeps...

SANTÉ – SÉCURITÉ

Le travail en relation avec les codeps se poursuit mais il y a encore beaucoup à faire

Dans la prochaine mandature il serait souhaitable, pour plus d'efficacité, de faire deux commissions distinctes. Dans la mesure du possible.

VII

Représentation sur les évènements labellisés verte tout terrain. Une réunion avec l'ONF en début de mandature qui n'a pas été suivie d'autres après le remplacement du chef d'agence de Versailles. Contacts à renouer lors de la prochaine mandature.

Au moment où je termine ce rapport les candidatures pour la prochaine olympiade sont connues et il y a de quoi se réjouir : 14 candidats pour 15 postes.

Cette année un mailing individuel a été fait pour tous les licenciés qui ont une adresse mail dans le fichier fédéral; cette méthode a semble-t-il porté ses fruits. Merci à ceux qui se sont portés candidats

Il y aura donc possibilité de mettre en place et développer des actions.

Malheureusement deux « anciens » ne se représentent pas : Michel Hamel et Philippe Leboucher.

Qu'ils soient remerciés pour tout le travail effectué.

Michel avait postulé pour être webmaster mais faute de trésorier il avait pris ce poste vital pour la vie d'une association. Philippe avait en charge le calendrier (tâche importante) et le tourisme qu'il a bien relancé; son sourire et son humour vont manquer. La succession de Philippe est ouverte, celle de Michel a déjà un candidat en tant que trésorier mais le poste de webmaster est à pourvoir.

Il reste à faire vivre les commissions donc les portes sont ouvertes aux bonnes volontés.

Jean Claude Massé nous a quitté il y a peu et, pour poursuivre ce que lui, et ceux qui l'ont précédé à la tête de la Ligue lle de France, nous ont légué soyons fidèles à son mot d'ordre « rien ne se fait sans un peu d'enthousiasme ».



Evelyne BONTEMS-GERBERT Présidente





Dernière année de l'Olympiade pour la Commission Jeunes composée de Jean-François METOIS, Christophe DIVAN, Evelyne BONTEMS-GERBERT et Valentin MENTION le dernier arrivé, et le plus jeune (20 ans) mais riche de son expérience dans les rangs des jeunes ; il a participé aux épreuves d'éducation routière et aux critériums. Gérer une telle commission est un vrai plaisir et enrichissant mais il faut penser à la relève. Du « sang neuf » pour l'olympiade 2016-2020 est donc nécessaire.

Donc pour commencer ce rapport d'activités, mais il se finira ainsi également : C'est donc le moment de candidater pour rejoindre la commission jeunes, constituer une équipe nouvelle, enthousiaste...

I.ECOLES-CYCLO & PAJ* D'IDF

Au 1er janvier 2017 L'IDF devrait compter (sous réserve des renouvèlements d'agréments):

	EC	PAJ
Codep 75	1	/
Codep 77	5	1
Codep 78	7	9
Codep 91	6	1

	EC	PAJ
Codep 92	1	1
Codep 93	/	/
Codep 94	4	1
Codep 95	4	1

TOTAL: 28 ECOLES-CYCLOS + 14 POINT ACCUEIL JEUNES -> 42 STRUCTURES JEUNES

Ce nombre est stable depuis 4 ans maintenant. Pourtant le potentiel dans les autres clubs est là pour accueillir la jeunesse, et la demande de la part des jeunes également. Ouvrir une école-cyclo permet non seulement d'ouvrir le club à un public plus large, d'intéresser les parents, et une ouverture pour la pérennisation des clubs.

Pour rappel et information, les EC suivantes doivent renouveler leur agrément : Meaux Cyclotouriste (77), VCBS Chilly-Mazarin (91), EC Limeil-Brévannes (94) et UV Argenteuil (95).

Pour renouveler l'agrément, le responsable de l'école-cyclo doit retourner par Email au délégué régional jeunes, via son président de club puis du Codep :

- La demande de renouvèlement d'agrément dûment remplie et avec les différentes signatures
- Un Compte-rendu d'activités et des différentes actions des 3 dernières années.

II. LES CRITERIUMS

Depuis 2015 les différents Critériums se déroulent sous leur nouvelle formule : épreuves identiques aussi bien pour les vététistes que les routiers, équipes tolérées uniquement pour le départemental en catégorie 13-14 ans, calcul des points des participants individualisé pour tous sous forme de décompte à partir d'un capital de 1000 points.

Le logiciel de saisie et d'inscriptions développé et mis en place par la FFCT et la Ligue IDF est maintenant fiabilisé.

CRITÉRIUMS DÉPARTEMENTAUX :

4 critériums VTT ont été organisés dans les différents départements de la région. Le 77 et le 94 organisaient en parallèle un critérium Route. Le 95 pour des raisons internes de fonctionnement n'a pas souhaité organiser de critérium. Avec l'absence du 95 en VTT mais également une baisse de près de 20% du nombre de participants dans le 77 et 78, le nombre de participants total est en chute : 211 jeunes contre 285 en 2015. Du côté de la route nous avons par contre une augmentation d'environ 10%, passant de 46 à 58 jeunes.

■ CRITÉRIUMS RÉGIONAUX :

Ils avaient lieu pour la 1ère fois dans le 92 à Chatenay-Malabry. 50 jeunes vététistes se sont retrouvés pour tenter de se qualifier pour le National. Concernant le vélo de route seulement 12 participants étaient en mesure de pouvoir participer, la moitié des participants au niveau départemental ayant 12 ans et moins

La configuration des lieux - zone urbanisée, présence de l'autoroute A86 et de l'aéroport de Vélizy - ont impliqué de devoir faire un parcours bien plus long qu'à l'accoutumé. Par ailleurs si l'hébergement et la restauration (un buffet via un traiteur) ont fait l'unanimité, l'accueil la disponibilité et la réactivité des responsables du site étaient déplorable et inexistante, laissant la commission jeunes devoir se débrouiller et même à trouver des salles elle-même disponibles et des solutions de repli.

Les conditions météo dantesques, pluies torrentielles toute la journée du dimanche, n'ont pas facilité non plus ni l'organisation ni ménagé les participants. Malgré ces aléas et avec la volonté de tous, les classements ont pu être annoncé vers 17h30 avec les noms des finalistes pour la finale Nationale.





CATÉGORIE	NOM, PRÉNOM	CLUB	CODEP
VTT			
1er Minime/17	Maximilien MANCHE	VC Sucy-en-Brie	94
2 ^{ème} Minime/17	Hugo BOUCHART	CSL Satory	78
3 ^{ème} Minime/17 (2ème fille Gal)	Maelys MISTRAL	St-Arnoult-en-Yvelines	78
1er Cadet/14	Jocelyn JUDIC	Veloxygène	78
2 ^{ème} Cadet/14	Dylan HUILIO	ACT Plaisiroise	78
3 ^{ème} Cadet/14	Paul ANCELET	Veloxygène	78
1er Junior/12	Gaëtan RIGOUSTE	Veloxygène	78
2 ^{ème} Junior/12	Théo LASSALLE	CC Guyancourt	78
3 ^{ème} Junior/12	Alexis HONQUERT	Savigny-le-Temple C.	77
1ère fille Gal	Léonie BOUILLAGUET	VC Sucy-en-Brie	94
ROUTE			
1er Minime/6	Maxence DUC	CVL Verneuil l'étang	77
2 ^{ème} Minime/6	Thomas AUBERT	US Villejuif	94
1er Cadet/3	Clément SIMON	CVL Verneuil l'étang	77
2 ^{ème} Cadet/3	Antoine VAN DE WIEL	CVL Verneuil l'étang	77
1er Junior/3	Théo MAGNIN	EC Limeil-Brévannes	94
2 ^{ème} Junior/3	Hippolyte DUC	CVL Verneuil l'étang	77
1 ^{ème} fille/2	Aurélia HABERT	AS Brévannaise	94

Si jusqu'à présent le critérium régional se déroulait sur 2 jours, en 2017 il se concentrera dorénavant sur 1 seule journée, le dimanche 21 mai 2017 (lieu à confirmer).

CRITÉRIUMS NATIONAUX :

La Ligue IDFs'est vu attribuer pour les Critériums Nationaux 9 places en VTT et 6 en route, malheureusement faute de disponibilité seulement 5 routiers ont pu participer. Nos jeunes ont fait une véritable razzia sur les podiums et en tête de classement, particulièrement du côté du VTT, voyez plutôt ci contre.





CATÉGORIE	NOM, PRÉNOM	CLUB	CODEP
VTT			
1er/19 Minime G.	Hugo BOUCHART	CSL Satory	78
7 ^{ème} /19 Minime G.	Maximilien MANCHE	VC Sucy-en-Brie	94
1er/30 Cadet G.	Jocelyn JUDIC	Veloxygène	78
4 ^{ème} /30 Cadet G.	Paul ANCELET	Veloxygène	78
6ème/30 Cadet G.	Dylan HUILIO	ACT Plaisiroise	78
5 ^{ème} /26 Junior G.	Gaétan RIGOUSTE	Veloxygène	78
17ème/26 Junior G.	Théo LASSALLE	CC Guyancourt	78
26 ^{ème} /26 Junior G.	Bastien MALHOMME	CSLG Maisons-Alfort	94
4 ^{ème} /6 Cadette F.	Léonie BOUILLAGUET	VC Sucy-en-Brie	77
ROUTE			
2ème/6 Minime G	Thibault DREANO	CVL Verneuil l'étang	77
9ème/24 Cadet G	Clément SIMON	CVL Verneuil l'étang	77
14ème/24 Cadet G.	Maxime GORRET	CVL Verneuil l'étang	77
4 ^{ème} /9 Junior G.	Théo MAGNIN	EC Limeil-Brévannes	94
Abandon	Constance DURAND	Meaux Cyclotouriste	77

Félicitations à tous ces jeunes, mais également à leurs encadrants.

III. LES CONCOURS D'EDUCATION ROUTIÈRE

Epreuves réservées uniquement aux jeunes âgées de 8 à 12 ans dans l'année, ils sont invités à concourir entre eux sur le thème de l'éducation routière : code de la route, mises en situation, maniabilité, mécanique, erreurs à découvrir sur un vélo, ...

Les jeunes peuvent s'inscrire directement au Régional, ou au National en participant à la Semaine Nationale des jeunes.

Concours Régional d'Education Routière :

Une baisse importante pour cette année 2016 avec 30 jeunes inscrits contre 42 en 2015. Comme les années précédentes la Ligue a décidé de prendre financièrement quasi-entièrement à sa charge les 5 meilleurs jeunes du classement pour la Semaine Nationale des Jeunes. Mais seulement 4 étaient disponibles

	NOM, PRENOM	AGE	CLUB	CODEP
1 er	Maxime WINTERNHEIMER	12	ACT Plaisiroise	78
2 ^{ème}	Raphaël COLOMBO	10	ACT Plaisiroise	78
3 ^{ème}	Yann GOUSSET	12	ACT Plaisiroise	78
4 ^{ème}	Gabriel DELALANDE	11	CVL Verneuil l'étang	77
5 ^{ème}	Alix VERVAEKE	10	CVL Verneuil l'étang	77
6 ^{ème}	Victor DENOS-KOPP	10	ACT Plaisiroise	78
7 ^{ème}	Raphaël BERNARD	11	CVL Verneuil l'étang	77
8 ^{ème}	Ewen GOUSSET	9	ACT Plaisiroise	78
9 ^{ème}	Jordan DEGREMONT	11	CSL Satory	78
10 ^{ème}	Quentin DREANO	11	CVL Verneuil l'étang	77

En surligné jaune, Jeunes invités par la Ligue, et disponible pour la Semaine Jeunes :

En 2017 le Concours Régional se déroulera dorénavant sur $\frac{1}{2}$ journée, le samedi 20 mai 2017 (lieu à confirmer).





SNEJ: QUALIFICATIONS POUR LE CEER:

Durant la SNEJ avaient lieu des qualifications nationales. Ces qualifications permettent d'établir un classement par Ligue et à la FFCT de sélectionner, parmi toutes les Ligue présentes, 2 garçons et 2 filles pour aller au Concours Européen d'Education Routière.

La Ligue IDF était représentée à ces qualifications par 5 jeunes, plus 2 jeunes en catégorie débutant. Si l'année dernière les résultats étaient très bon, cette année malheureusement les résultats n'étaient pas au rendez-vous avec 1 seul jeune dans le 1er/3 du classement général.

Catégorie EXPERT:

GÉNÉRAL	LIGUE	PRÉNOM, NOM	CLUB	CODEP
30 ^{ème} /108	1 ^{er} Garçon LIF	Maxime WINTERNHEIMER	ACT PlaisiroiseW	78
45 ^{ème} /108	2 ^{ème} Garçon LIF	Diego PAULINO	Savigny-le-Temple Cyclo	77
51 ème/108	3 ^{ème} Garçon LIF	Yann GOUSSET	ACT Plaisiroise	78
62 ^{ème} /108	4 ^{ème} Garçon LIF	Raphaël COLOMBO	ACT Plaisiroise	78
92 ^{ème} /108	5 ^{ème} Garçon LIF	Victor DENOS-KOPP	ACT Plaisiroise	78



Catégorie DEBUTANT :

GÉNÉRAL	PRÉNOM, NOM	CLUB	CODEP
49 ^{ème} /77	Paul MORIAMEZ	Veloxygène	78
57 ^{ème} /77	Ulysse LE CROM	Veloxygène	78

Ce CNER a lieu chaque année dans une région différente durant les vacances de Toussaint :

- il regroupe 4 représentants de chaque Ligue (dont au moins 1 fille) âgé de 10 à 12 ans dans l'année
- le classement de ce concours est un classement par Ligue, et nonpas individuel
- la logistique au niveau Régional est assurée par chaque Ligue (aucune charge financière pour le club et les Codep).

Cette année il aura lieu du 28 au 30 octobre 2016 à Poses (27). Une journée préparatoire des finalistes et du remplaçant est prévu le 1^{er} octobre dans les installations du club de Courbevoie (92).

4			
PRĚNOM, NOM	CLUB	CODEP	CLASSEMENT
Maxime WINTERNHEIMER	ACT Plaisiroise	78	1 ^{er} garcon CRER 1 ^{er} garcon LIF qualif. CEER
Diego PAULINO	Savigny-le-Temple Cyclo.	77	13 ^{ème} garçon CRER 2 ^{ème} garçon LIF qualif. CEER
Yann GOUSSET	ACT Plaisiroise	78	3 ^{ème} garcon CRER 3 ^{ème} garcon LIF qualif. CEER
Alix VERVAEKE	CVL Verneuil l'étang	77	1 ère fille CRER (5 ème au Gal) Absente aux qualif. CEER





La journée préparatoire et le CNER n'ayant pas encore eu lieu lors de la rédaction de ce présent compte-rendu, Il vous sera exposé le jour de l'AG de la Lique.





IV. «VI» OU VOYAGE ITINÉRANT ROUTE ET VTT



Ce voyage itinérant, qui relie une ville-départ au lieu de déroulement de la Semaine Jeunes, est un moment très attendu aussi bien par les jeunes que les encadrants. Ce VI a encore été une réussite en termes de participation :

- 15 jeunes (9 Vététistes, 6 Routiers) + 3 Vététistes du club de Montpon-Ménéstérol

(qui s'étaient joints à nous)

- 7 encadrants (3 Vététistes, 3 Routiers, 1 à la Logistique) Pour cette année 5 étapes étaient au programme, en partant de Libourne pour aller à Mugron. Le 1 er jour une petite étape avec 22km de vélo de Libourne (lieu d'arrivée du train) à Ste-Terre (lieu de notre camping). Lors de notre périple nous avons eu la possibilité de visiter les vignes et le chais d'un château viticole de Sauterne, et pour les Routiers de découvrir l'écomusée du parc des Landes. A noter que dans chaque camping nous avons été très bien accueillis.

Le VI a peine fini beaucoup de jeunes, comme les encadrants étaient déjà motivés pour un nouveau VI en 2017. Cependant il est envisagé, à l'avenir, de faire en sorte que le VI devienne un séjour LIF à part entière et qu'il ne soit plus rattaché à la SNEJ. Cela serait moins pénalisant physiquement pour l'encadrement et les jeunes, apporterait de la liberté sur les régions choisies, et permettrait d'ouvrir le VI à tous les jeunes franciliens.













Commission Formation

Dans notre langage cyclotouristique on utilise communément la phrase : « l'olympiade 2012/2016 se termine ». Pour nous les élus, il devient tout naturel de dresser un bilan des 4 années écoulées. Plus précisément concernant la formation, depuis de nombreuses années, elle est un « outil » structuré à la disposition des adhérents et des structures. Un « outil » en direction des adhérents par des modules spécifiques proposés (mécanique, lecture de cartes...) qui permettent aux stagiaires d'obtenir la totale autonomie. Pour ce qui concerne les structures : 2 orientations en matière de formation ; à savoir celle de dirigeant et celle d'éducateurs. Les 2 orientations sus désignées ont pour objectif de structurer nos organisations (clubs, départements, régions) en gestion et ou en matière d'encadrement.

Globalement les formations et ou initiations en direction des adhérents, dispensées à proximité de leur espace d'activités, de plus avec un impact positif quant à l'autonomie : ont une demande soutenue. Inversement, les modules spécifiques pour dirigeants et éducateurs : les demandes sont en recul. Maintes fois, les stagiaires suivent les dites formations « par défaut ». Un exemple de propos recueillis parmi d'autres : « je dois faire cette formation autrement l'école de cyclotourisme va fermer... ». Cette réflexion

L'apprentissage

ou forme de pensée est redoutablement négative. Elle ne permet aucune planification des besoins en formation.

Ainsi, la formation est perçue comme une contrainte par le stagiaire. Par ces faits : cela génère des dysfonctionnements dans les structures. En conséquence, nos structures rencontrent de plus en plus des difficultés en encadrement, tout particulièrement en direction des jeunes.

Pour ce qui est de cette olympiade, l'offre en formations pour la région Île de France a été assez sensiblement voisine de la précédente, c'est-à-dire entre 35 et 40 formations de proposées chaque année. Coté résultats, une évolution significativement négative est le faible nombre de stagiaires en formation « moniteurs ». Pour notre région, sur un effectif voisin de 13000 licenciés - il se situe au nombre de 27 stagiaires en 4 années. Cette observation démontre et illustre parfaitement qu'en amont le nombre d'éducateurs en formation (animateurs et initiateurs) est insuffisant. Autre pertinente remarque le nombre d'animateurs clubs a légèrement progressé il est passé de 153 (2012) à 177 (2016). Cette progression d'éducateurs de terrain (éducateurs formés pour l'accueil des nouveaux publics) n'a pas eu d'effet positif sur l'évolution du nombre de créations de nouvelles licences tout comme sur l'augmentation du pourcentage de féminines dans nos clubs. A propos de ces évolutions, sait-on que le nombre de créations de nouvelles licences est passé de 1076 (année 2012) à 722 (année 2016) et que le pourcentage de féminines est inférieur à la moyenne nationale de notre fédération -[chiffres fin aout de chaque année].

Au cours de cette olympiade, la principale obsession de nos « formateurs » a été de s'adapter aux besoins, de transmettre leurs connaissances au plus grand nombre. De cette olympiade, une fois de plus, au travers de ces quelques mots : je tiens particulièrement à remercier les stagiaires pour leur disponibilité et nos formateurs pour leur dévouement total à cette noble cause qu'est la formation. Concernant l'olympiade à venir, en matière de formation, la mise en place du nouveau plan de formation fédéral, est un réel défi pour nos éducateurs « formateurs ». Former des adhérents pour qu'ils deviennent autonomes, former des éducateurs qui seront en harmonie avec la réalité du terrain, avec l'orientation de nos institutionnels : voila un challenge qu'ensemble nous ne manquerons pas de relever.



Délégué Régional



Commission Santé Sécurité Lif-Codep

LE TERRAIN DE JEU

Le réseau des Délégués Santé- Sécurité de Club progresse vers l'objectif fixé : plus de 75% de Clubs dotés de DSCL

Pour progresser dans nos comportements sécuritaires, le rôle des DSCL est primordial pour nous sensibiliser aux bonnes pratiques sur le terrain et dans l'action. (cf BLIF 102 p14)

Susciter davantage de vocations dans ce domaine est l'objectif primordial que s'est fixé la Commission afin de disposer du maillage de DSCL le plus dense possible car nous pratiquons dans tous les départements d'Ile de France pour optimiser l'intérêt des circuits de nos randonnées. Le rôle du DSCL est passionnant car il est au coeur d'une une mission globale de sensibilisation aux bons réflexes pour nous protéger tant dans nos comportements que par rapport aux imperfections du réseau routier, ces deux causes occasionnant à égalité les 2/3 de nos accidents graves. (cf BLIF 102 p15)

Bien que l'année ne soit pas terminée, 2016 devrait afficher une nouvelle progression par rapport 2015, en approchant les 60% de Clubs dotés d'un DSCL, avec une nette amélioration pour les des Départements les moins bien placés qui se rapprochent de la moyenne : les CoDep 78 et 75 soulignent leurs progressions.

LES OUTILS DES DSCL

Les CoDep sont unanimes à signaler qu'en 2016 l'état du réseau routier ne s'améliore pas et que parfois certaines priorités de réfection des voiries les laissent perplexes. Le CoDep77 regrette le peu de sur-largeurs cyclables et la rareté des panneaux signalant la présence des cyclistes.

1°) La FAIDAIR: L'état des chaussées étant responsable de 1/3 de nos accidents, les FAIDAIR- fiches d'analyse et d'identification des anomalies et imperfections dangereuses des réseaux routiers commence à être utilisée mais dans des proportions très différente selon les Départements. 2017 sera consacré à la mise au point définitive de sa version informatisable pour toute la Ligue et las autres régions qui le souhaiteraient.

Les FAIDAIR sont le support minimum indispensable pour stimuler la remontée de nos observations auprès des Instances en charge des aménagements routiers et de leur entretien afin de faire valoir de façon cohérente au niveau lle de France les corrections qui s'imposent pour garantir notre sécurité. <u>Tout cyclo peut s'adresser à son DSCL pour émettre</u> <u>une demande de correction d'une anomalie dangereuse</u> <u>pour notre pratique.</u>

En 2017, la version informatisée testée en 2006 pour faciliter les remontées d'information aux DSCO sera encore simplifiée pour stimuler son utilisation en 2017

En 2016, sans préjuger de l'importance des corrections demandées aux responsables des voiries, l'éventail des fiches crées par Codep et soumises aux instances concernées départementales ou communales – est extrêmement large : certains CoDep n'en n'ont pas encore émis depuis le début de l'année, alors que d'autre dépassent la vingtaine et sont en forte progression : Le suivi de l'avancement du stade de traitement des fiches ayant reçu un accueil favorable montre qu'il faut persévérer pour obtenir satisfaction :

A titre d'exemple, le CoDep 91 signale qu'une fiche lancée en 2013 vient seulement de voir ses demandes réalisées en 2016 : faire preuve de persévérance.

2°) Les CONTACTS avec les Instance en charge des aménagements routiers

Pour obtenir la prise en compte de nos demandes les CoDep sont unanimes à considérer qu'il faut chercher<u>à établir des</u> <u>contacts réguliers</u> <u>de partenaires</u> avec ces organismes en tant qu'experts de l'utilisation régulière des chaussées et particulièrement sensibilisés aux dangers spécifique pour les cyclistes.

Pratiquement tous les CoDep ont au moins un contact annuel avec les Services en charge de la sécurisation de leurs voiries dans leurs Instances Départementales

En 2016, le CoDep 91 a établi un vrai partenariat avec la Direction Départementale des Routes pour être associé aux choix des nouveaux aménagements et à la diffusion d'un document de sensibilisation des automobilistes au respect des règles de cohabitation avec les cyclistes.

3°) Les COMPORTEMENTS

Nombreux sont les CoDep qui font remonter un nombre importants de non-respect du Code de la Route par les cyclistes, et parfois par les cyclotouristes notamment aux feux rouges et aux stops lors de randonnées .(cf BLIF88 der de couverture)

Le rôle des DSCL est de sensibiliser nos pratiquants au respect du code de la route en toute circonstance si nous voulons renforcer notre crédibilité dans nos demandes d'aménagements routiers sécuritaires. En 2017, ils seront eux-mêmes plus particulièrement chargés de faire passer ce message.

En 2016, les statistiques montrant une nette progression des accidents « en groupe » comme « en ligne droite », la Commission Santé-Sécurité a :

- d'une part, reprécisé sur un visuel l'ESPRIT de SOLIDARITE qui doit régner lorsqu'un groupe roulant « par 2 de front » doit se replier sur une file et les <u>bons réflexes à adopter pour y arriver</u>. (cf BLIF 101 p17)
- d'autre part, rappelé les 4 attitudes à promouvoir en toute circonstance :

VIGILANCE - ANTICIPATION - PREVENTION - SOLIDARITE

LA SANTE

En 2016 nombreux sont les CoDep qui constatent une nette progression de la sensibilisation des Clubs et des Cyclos à cette préoccupation pour pleinement et sans risque pouvoir continuer à bénéficier des bienfaits de la pratique de notre sport favori à tout âge.

- -certains CoDep consacrent systématiquement 5 MINUTES en début des réunions avec leurs Clubs sur ce sujet
- la majorité d'entre eux organise une ou même plusieurs sessions de PSC1 par an
- la commission LIF-CoDep incite fortement les CoDep à inscrire leur ressortissants dans les stages de « maniabilité route » particulièrement instructifs pour maitriser son équilibre et acquérir Irs bons réflexes, même après de nombreuses années de pratique.
- le CoDep75 s'est engagé dans plusieurs manifestations sur le thème : *Journées Sport-Santé ; Paris sans voiture ; Bouger malin.*



Jean-Louis FAUCHERResponsable
commission Santé-Sécurité



Anne VARIS Secrétaire commission Santé-Sécurité



Commission Santé Sécurité Lif-Codeo

"CHALLENGE VITALITE CLUBS" FRANCILEN

Valoriser le dynamisme des « Petits Clubs »!! lors des organisations inscrites au Calendrier LIF

En 2000, les clubs de moins de vingt licenciés représentaient 40% du maillage de l'Ile de France cyclotouriste. En 2015, ils en représentent moins d'un tiers A cause de leur taille, ces clubs rencontrent en effet plusieurs difficultés spécifiques, notamment en matière de communication pour valoriser leurs activités, démarche pourtant majeure pour séduire de nouveaux adeptes et des partenaires indispensables. Or, le plus souvent, les « petits clubs » ne manquent pas de dynamisme et de vitalité

En stimulant la mise en place de « Challenges Vitalité Clubs » à la proportionnelle lors des Rallyes du Calendrier Francilien- la Ligue a pensé que les Clubs organisateurs de ces rallyes pouvaient apporter une aide importante aux « petits Clubs » en leur offrant la possibilité de valoriser leur vitalité à armes égales avec les autres clubs, quelles que soient leurs tailles.

Ainsi, au niveau local - en complément des distinctions traditionnelles « au plus grand nombre » de participants, de féminines et de jeunes - le jour-même de son Rallye ou de sa Randonnée, tout Club organisateur pourra distinguer et honorer les Clubs les plus dynamiques en fonction du nombre de leurs participants rapporté au nombre total de

<u>leurs licenciés.</u>
Pour participer au « Challenge Vitalité Clubs » **au niveau régional**, il suffira que chaque Club organisateur de transmette à la Ligue les résultats de son « Challenge Vitalité Club local » dès le lendemain de sa manifestation. La Ligue établira sur ces bases le palmarès régional qui récompensera chaque année en Assemble Générale de Ligue non seulement les meilleurs Clubs pour leur vitalité, mais aussi les Clubs organisateurs pour leur contribution à la mise en place et au développement de ce Challenge à la proportionnelle. Ce Challenge à la proportionnelle est en effet vital pour stimuler et valoriser les

« petits Clubs ». En les aidant ainsi dans leur communication il facilitera leur développement et participera au renforcement du maillage cyclotouristique de l'Île de France.

2016, était l'année de lancement destinés à valider le principe et enregistrer les suggestions d'amélioration. **2017** sera consacrée à la mise au point d'une application informatique simple permettant d'alléger le calcul des résultats en temps réel. Ainsi, les Clubs organisateurs seront en mesure de récompenser les lauréats le jour même des Randonnées et des rallves

Attention ! les distinctions LIF ne seront attribuées qu'à réception des déclarations des Clubs organisateurs dans les délais de transmission convenu. Vos correspondants Jean-Louis FAUCHER(jeanlouisfaucher@wanadoo.fr)
& Anne VARIS (varisanne@aol.com).



Jean-Louis FAUCHER Responsable commission Santé-Sécurité



Secrétaire commission Santé-Sécurité

LES CLUBS ORGANISATEURS



METTENT en place un challenge « Vitalité Club » à la proportionnelle.



TRANSMETTENT à la LIF le lendemain de leurs rallyes, les scores des lauréats.

PODIUMS « Vitalité Clubs »

P = Nb de participants du club, L = Nb de licenciés du Club.

club « Cyclotop » (FFCT N°0021) P/L = 7/15 = 47%2^{ème} Club « Cyclamen » (FFCT N° 0304) P/L = 21/69 = 30% 3ème Club « Acyclic » P/L = 21/80 = 26% (FFCT N° 0705)

La Ligue Distingue à chaque A.G



Les meilleurs clubs

Au nombre de podiums réalisés Aux meilleurs scores réalisés





Les meilleurs clubs Organisateurs

Au nombre de podiums réalisés Aux meilleurs scores réalisés

Assemblée Générale

En cette fin d'olympiade, je veux faire le bilan de la commission internet dont j'ai eu la responsabilité.

J'ai repris le précédent site internet qui avait été développé par une société et dont je n'avais pas les sources. Les mises à jour étaient très limitées.

J'ai donc développé un nouveau site sur logiciel que je connaissais: JOOMLA.

Le but de ce nouveau site était de présenter la ligue, de présenter les CODEP, les commissions de la ligue, un agenda et un menu de téléchargement.

Ce site permet également de présenter et stocker des récits avec des liens sur des diaporamas. Le «Flash infos» permettant en outre d'insérer des nouvelles de courtes

durées pouvant présenter un caractère d'urgence. Voilà où nous en sommes aujourd'hui mais la tâche n'est pas terminée et mon successeur aura de quoi faire pour compléter et faire vivre ce site.

Je remercie tous ceux avec qui j'ai travaillé dans un but d'amélioration de la communication.



Commission TOURISME



Après avoir été en sommeil, la commission Tourisme Du comité régional d'île de France IDF renait.



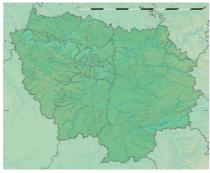
Son rôle principal est d'assurer la promotion du « tourisme à vélo » en favorisant une pratique accessible à tous, basée sur le plaisir et la convivialité.

En 2016, Elle a contribuée au développement des randonnées permanentes, et mis en avant l'unique, et nouvelle RP dans l'Essonne « La ronde des châteaux en centre Essonne ». Force est de constater que les instances Franciliennes ne mettent pas suffisamment à l'honneur leur patrimoine. On peut aussi regretter le trop peu de participants.

La commission ravive le gout pour les cyclo-découvertes, les séjours, les rallyes, des randonnées classiques (aussi en perte de vitesse), et tente d'insuffler à nouveaux les voyages ltinérants, permettant de nombreux brevets (BCN/

BPF, brevet des parcs ...). Trop souvent le constat est fait de la méconnaissance des différents brevets ou activités liés au Challenge de France.

Elle participe à la mise en place des schémas d'itinéraires touristiques comprenant les vélo routes et voies vertes, s'il y en a, en liaison avec les comités départementaux du ressort de la ligue et avec le conseil régional et le comité régional du tourisme.



Elle favorise l'idée du « sport santé » en intégrant le concept du « tourisme à vélo » adapté aux spécificités régionales et départementales.

Enfin en 2016 la ligue IDF et sa commission tourisme a été à l'initiative d'une manifestation « La Liguàvélo ». Relancer le tourisme en IDF. Cette année le choix était fait : une randonnée gratuite dans le Val d'Oise et son cadre magnifique le PNR du Vexin. Cette manifestation a rencontré un vif

succès mais le nombre de participant est encore trop faible

Le Grand Rendez-vous quadriennal féminin « Toutes à vélo, Strasbourg 2016» était aussi une priorité. Rassembler, des femmes cyclotes de chaque département Francilien et les mener en voyage itinérant vers Strasbourg étaient une évidence pour tous. Ces courageuses femmes ont répondu présent. Elles ont bravées les kilomètres, dénivelés, et intempéries, pour se prouver qu'elles en étaient capables, et prouver que le cyclotourisme n'était pas mort! Bravo encore et merci à toutes.

L'année 2017 se profile et 2024 plus encore, la région lle de France n'est pas somnolente, ni trop urbanisée, ni trop dangereuse, pour la pratique de la bicyclette. Alors reprenez vos vélos, et racontez votre belle région.



Philippe Leboucher Responsable Commission Tourisme.

Vie des Structures •••



CONNAISSEZ-VOUS LES MEMBRES INDIVIDUELS ?

Ils ne font pas beaucoup parler d'eux, ils existent pourtant : les membres individuels!

Ce sont des licenciés qui ont pris leur licence en direct auprès de la Fédération, et qui ne sont pas adhérents d'un club. Ils sont automatiquement rattachés à un Codep (Comité Départemental) en fonction de leur adresse et ont en théorie un représentant par département. En pratique, tous les Codep n'ont pas de représentant.

Ce rôle est assuré par un individuel licencié qui a accepté la « mission », proposée en principe par le Président du Codep. Pour ma part, je représente les membres individuels du 75 depuis 3 ans. J'ai commencé à fréquenter le Comité lorsque j'étais membre d'un club parisien, et le Président d'alors Patrick Legrand, gérait le Codep avec dynamisme et enthousiame. J'allais souvent aux réunions et j'y apprenais beaucoup sur l'actualité liée au vélo. Devenue par la suite licenciée individuelle, il a été demandé un jour une bonne volonté pour porter les votes des individuels à la prochaine AG et pourquoi pas devenir leur représentant, le poste étant vacant depuis quelque temps. Je me dis que c'était là une occasion de reprendre contact avec le Codep et me suis lancée. J'ai été beaucoup aidée par Pierre Viguier, Secrétaire, car je ne savais pas comment m'y prendre.

En effet, il n'y a pas de définition de poste, pas de descriptif, pas de feuille de route. Ça peut sembler déstabilisant mais en même temps ça permet de faire travailler son l'imagination et de prendre des initiatives! L'objectif est de faire le lien entre la Fédération, la Ligue, le Codep et les membres individuels.

Concrètement, comment je m'y prends?

Grâce à la base de données très pratique de la Fédération, je tiens à jour les statistiques (nouveaux, effectifs, homme, femmes, âge). Les individuels de Paris, pour l'année 2015, étaient 93, ce qui représente un des gros «clubs» du 75. En effet, à ce niveau, on est considérés comme un club. Ces données sont présentées lors du point sur les effectifs fait aux réunions de Codep tous les deux mois.

Je constitue une liste de diffusion avec les adresses e-mail car c'est mon seul moyen de communication, il n'y a pas de réunion entre les membres individuels et potentiellement on peut ne jamais se rencontrer.

De temps en temps, et surtout pendant les premiers mois de l'année, j'écris aux nouveaux pour leur souhaiter la bienvenue et leur présenter / leur rappeler pour ceux qui renouvèlent, les activités proposées par la Fédération : les publications (Cyclo Panam pour Paris, BLIF pour l'Île de France, Revue Passion pour la France), les réductions accordées par les partenaires, l'accès aux formations (surtout les généralistes qui peuvent les intéresser comme la cartographie, la mécanique et l'apprentissage du GPS), le site www.veloenfrance.fr et ses circuits tout prêts, les brevets permanents (notamment le Paris Berck créé par le Codep de Paris), les formules Audax, et le calendrier des sorties. Au vue de cette liste, on mesure la diversité et la richesse de l'offre FFCT!

Et puis, en fin d'année, c'est la valse des AG. Les membres individuels votent via leur représentant et le nombre de voix est calculé comme celui des clubs, en fonction des effectifs (nous avons 6 voix). On commence les festivités par l'AG Fédérale. Les volumineux rapports (moral, financier, activité, résolutions, etc ...) représentent une masse d'information à ingurgiter, beaucoup moins ludiques que le programme du cinéma ..., qui m'occupe pendant plusieurs trajets de métro!! Je repère les points particuliers et importants sur lesquels portent les votes, enrobe tout ça dans un mail le plus simple possible, avec les documents rassemblés en pièce jointe et demande aux individuels leur avis (certains me répondent). Les AG de la ligue et du Codep suivent, elles sont heureusement plus faciles à aborder et il y a moins de documents à consulter.

Tout au long de l'année, selon l'actualité, notamment après les réunions de Codep, d'autres informations peuvent être envoyées par mail.

Voilà dans les grandes lignes comment je procède.

Françoise Delbreil Responsable des membres individuels au codep 75



Vie des Structures ••••





UN GRAND MERCI À CLAUDE BRULEBOIS

Claude BRULEBOIS, Responsable de la commission formation et Vice-Présidente du Codep 78, a assuré pour la dernière fois le stage d'Animateurs des 8-9 octobre 2016, à la base de loisirs de Moisson. Ne souhaitant pas se représenter lors de l'Assemblée Générale élective en janvier 2017, elle passe désormais le relais à Philippe MACHEBOEUF.

Lors d'un dîner « surprise » à Moisson, en présence d'Evelyne BONTEMS-GERBERT, Présidente de la Ligue IIe-de-France, et Isabelle GAUTHERON, Direc-

trice technique nationale, le Président Alain DELICATO et les membres du Codep des Yvelines sont venus la remercier pour le travail bénévole et constructif qu'elle a fourni pour la formation pendant 20 ans mais aussi en tant que Présidente du Codep 78, pendant 12 ans. Ils lui souhaitent de profiter de son temps libre pour faire de belles et grandes randonnées, accompagnée de Gérard.





CYCLO INOX HOMMAGE À CLAUDE BRULEBOIS **UNE FEMME INOXYDABLE!**

Ch combien de gamins, combien de capitaines Ent assisté, studieux, aux exposés de la Turassienne Puis, rassurés par ses encouragements et conseils par centaines, Sont partis, joyeux, en randonnées lointaines Découvrir les heautes de la France et des régions européennes.

Pour aller de Lille à Menton Bu de Bordeaux à Toulon. Accompagnée de Gégé, son fidèle compagnon, Elle a escaladé tant de monts, Parcouru tant de vallons. Elle qui, un jour, partit de Besançon.

Transmettre son savoir Telle était sa façon de voir Noble tâche, en verité, fort méritoire, Bu'elle accomplit si hien, selon son auditoire, Tant qu'à la fin elle peut crier "Victoire"!



(Secrétaire Codep 78) Octobre 2016



Vie des Structures •••





« EN CONSÉQUENCE DE QUOI...»



pression au'affectionnait Jean-Claude ponctuait une situation difficile et la clôturait définitivement. Prendre une décision était donc une seconde nature. Sportif assidu et pratiquant émérite, c'est dans le football qu'il évoluait avant que son corps ne lui préconise

« En conséquence de quoi », cette ex-

de s'orienter vers le vélo. Cela ne pouvait être en dilettante. Volontiers militant, profondément généreux, il devint vite dirigeant, à l'Audax Club Parisien qu'il rejoint à la fin des années 70 et où il devient président. Ainsi, en 1991, il pilota l'organisation du Paris - Brest - Paris Randonneur du centenaire qui fut un immense succès qui dépassa les limites de notre discipline et ce fut le début de l'ère « moderne » des Randonneurs.

Fin 1991, un ciel couvert à l'ACP le convainquit de rejoindre son ami Charles BOUCHARD à l'Union des Audax Français où il devint rapidement vice-président en charge du cyclotourisme. Version historique des Audax, l'UAF fut une grande aventure humaine mais une aventure trop timorée par un riche passé où son talent ne put s'exprimer. Ce passage à l'UAF favorisera cependant la naissance de l'Euro P N qu'il plaça sous la tutelle de la Ligue lle de France dont il étant, en 2000, le président.

Parallèlement, le CoDep de Paris vit partir beaucoup de membres actifs, un vide qu'il combla naturellement et avec brio. Il remplaça Jean-Pierre GUIL-LOT, un autre très grand serviteur du cyclotourisme, tandis que Claude MAR-TEL et Patrick LEGRAND lui succéderont. Dire aue la cohabitation avec Charles BOUCHARD fit parfois l'objet d'âpres débats reste anecdotique. Ce qu'il faut en retenir, c'est que Jean-Claude évita de s'égarer sur des pistes aléatoires et, à ce titre, l'UAF, comme beaucoup d'autres, lui doivent beaucoup. Charles aussi. C'est ce côté visionnaire qui le portera à la Ligue Ile de France quelques années plus tard, certainement une des missions qu'il a le moins appréciées (selon une confidence...), exécutée par devoir, plus que par passion, mais combien utile. Il y trouva un soutien d'une qualité exceptionnelle en la personne d'une Conseillère Technique Régionale : Isabelle GAUTHERON. Nous savons aujourd'hui ce qu'elle est devenue.

Une Ligue, où une petite poignée de fidèles autour de Claude MARTEL (secrétaire) et de Charles BOUCHARD (sécurité) le soutiendront sans faille. Alors qu'il n'est nullement responsable, des rancœurs accumulées depuis plusieurs années le blessent au plus profond de lui. Témoin de ces difficultés, je l'observe tenter en vain, à plusieurs reprises, un retour à la logique auprès d'un homme également blessé... c'est la quadrature du cercle et, il en sort meurtri. Il subsiste aujourd'hui peu de témoins de cette époque et de cette profonde blessure. A cette époque le cyclotourisme traversait une crise « intérieure » avant qu'un jeune et talentueux président ne vienne rétablir un climat de sérénité. En se retirant de la Ligue il craint le pire pour l'avenir de la structure mais il n'en pouvait plus....

Et le destin le rappellera au CoDep de PARIS après avoir vécu, d'autres épreuves : porter en terre Claude MAR-TEL, Jean-Pierre GUILLOT, puis Patrick LEGRAND, un de ses prédécesseurs et deux de ses successeurs. Je crois qu'à ce jour, ce CoDep de Paris n'a qu'un seul président en vie : il est en exercice. Audax, les « deux versions », CoDep et LIGUE mais aussi une initiative qui le passionnera: le Club Cycliste des Toques Blanches. Sans oublier un solide soutien à pratiquement tout ce que j'entreprends: observateur, critique, conseiller, etc... avec un paternalisme et une fraternité non dissimulés. Il me l'avait appris et ie savais aue si. dans un CoDep, l'on remplissait correctement sa mission, il était possible d'explorer d'autres voies, car c'est ce qui nous intéressait. Entourés d'une équipe certes restreinte mais jeune, compétente, motivée, nous nous sommes laissés tentés par quelques aventures qui, finalement nous rapporterons une progression non négligeable du nombre de licenciés, c'est toujours flatteur, et une augmentation conséquente de notre subvention départementale, c'est bien utile.

La première des organisations qu'il suivit était le 2ème Flambeau de l'Amitié, c'était en 1999, 39 ans après la 1ere édition, 39 et non 40 pour des raisons liées à l'âge et à l'épuisement de l'Abbé Joseph MASSIE, cyclotouriste passionné, assidu, influent autant que charismatique. Je conserve de cette arrivée un souvenir ébloui par sa présence comme de celle de René LE ROC'H. C'était une reconnaissance, un encouragement et un témoignage

Puis ce furent diverses manifestations dans le cadre du festival de l'Oh! dont une qui se termina dans le camion de Louis RUEZ tant il pleuvait. L'exiguïté et la promiscuité avaient resserré les liens. Il y avait Roger RIOLAND (aujourd'hui bien fatigué), Bernard MELIN. Il sera un suiveur attentif des rand'Oh! cette filiale de l'Euro P N.....

J'ai suivi avec une attention particulière la création de l'Euro P N, un projet sur lequel travaillait autour de Jean-Claude, Claude MARTEL et Isabelle GAUTHERON, un trio qui sera vite rejoint par Charles BOUCHARD.

Vie des Structures





Cette histoire, les EuroP1 la connaisse et elle fera l'objet d'une prochaine « Histoire de l'Euro P N », un projet programmé qui nous tient à cœur. Comme tout costaud, il avait besoin de disciples fidèles pour le décharger de fardeaux, des disciples qui comprennent ce qu'ils doivent faire sans attendre que ce soit exprimé. C'est ce qui s'appelle la complicité. Est-il nécessaire de rappeler combien Claude MARTEL excellait dans la compréhension de Jean-Claude. Pour des raisons que l'on regrette toujours, je n'ai pu me libérer pour la 1ère édition de l'Euro P N, en 2.000 et je déléquais mon ami Michel BONNEAU aui revint enchanté. Dès la seconde édition, débuta une belle série avec une brochette de présidents départementaux, régionaux ou nationaux : Pierre LEBOUVIER, Jacques TORGUE, Edmond BRILLE, Daniel LE GUERN, Patrick LEGRAND, Pierre JANVIER, Eric VERGNE, Gérald PAILLARD, Jean-Paul LAMMONIER, Dominique LAMOULLER, José JUNQUERA, Charles ACUSILAS, peut-être d'autres qui échappent à ma mémoire... Ces Euro P N étaient des aventures où se sont nouées de solides amitiés, dans un esprit chaleureux, convivial, citoyen, humain, respectueux, etc... j'espère que c'est toujours le cas.

L'Euro P N est un concept original. Le cyclotourisme est une discipline de tradition qui n'évoluera qu'avec des concepts de ce type. Là où l'UECT cherche, l'Euro P N offre une opportunité exceptionnelle. Toutes proportions gardées et bien modestement, l'Euro P N a un potentiel ignoré qui ne demande qu'à servir le cyclotourisme européen. Jean-Claude fit un passage remarqué et lucide à l'UECT, il deviendra Trésorier et il fallait le signaler.

Avec les Toques Blanches, une jeune structure à laquelle il tenait beaucoup il s'investissait dans une action peu médiatisée dans notre milieu : le Téléthon et il y collecta des sommes colossales.

Il aimait aller au siège fédéral, observer, papoter, sentir, s'imprégner... car c'est sur le terrain qu'il était à l'aise. Impliqué dans l'opération Toutes à Paris, il en conservait fierté.

On croyait ce 2^{ème} plus beau bébé de la Vienne éternel tant il paraissait robuste. La maladie en a décidé autrement. Vite.

Que restera-t-il de ce grand serviteur du cyclotourisme ? Au-delà des regrets, nous savons, nous franciliens, ce que nous perdons : un dirigeant visionnaire, un pratiquant militant, un



homme sensé, intelligent et dévoué. Il y a certainement des idées qui ne sortiront jamais des cartons...

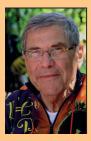
Il y a aussi des êtres dont il était fier. Nous avons parlé des « disciples ». Il faut aussi citer, Jacqueline, son épouse, Bruno, son fils et sa belle-fille, ses petits-fils. Sans eux, rien n'aurait été possible.

En conséquence de quoi, chercher à le remplacer serait une erreur. Chercher à le compenser et à le dépasser est un défi qu'il nous avait lancé. A ce que nous tentons de faire à l'Euro P N.



Alain CHALLANT,
Président AEC (Amicale euro cyclotourisme)
Europ'N

« L'IDÉE DE DÉPART..... »



J'ai perdu un Ami, comme l'ensemble des cyclotouristes qui ont croisé la route de Jean-Claude. Quand en septembre 1999, j'ai rejoint la ligue lle de France de cyclotourisme en tant

que CTR, je ne savais pas que j'allais vivre une belle aventure humaine de plus de trois ans ! En janvier 2015 à l'occasion des traditionnels vœux Jean-Claude m'envoie un courriel « L'idée de départ... » Il avait par un savoureux montage de photos et de textes, retracé la genèse de « L'EuroP'N ». Celle-ci est née à la sortie de la préfecture de police, dans un petit restaurant à proximité de la fédération, où l'hiver le couscous s'invite. Claude

et Jean-Charles fidèles compagnons sont présents. Le Président, souhaite un bel évènement pour fêter, le passage à l'année 2000 et le passage à l'Euro. Les années 90 sont marquées par les conflits armés dans les Balkans, la vieille Europe s'effrite...L'idée est trouvée, il faut créer une randonnée de type Audax, au travers de l'Europe pour porter un message de paix. L'€uroPAIX'N est née. Pour la première édition, elle se déroulera entre Bruxelles et Strasbourg, symbole de la construction européenne. La volonté et la ténacité de Jean-Claude font le reste ; il mobilise la ligue lle de France et surtout une formidable équipe de bénévoles autour du projet. Il pousse les portes des institutions pour trouver des financements et des relais de communication. Cette randonnée est un succès. Mais déjà, Paris-Athènes dans

le cadre des jeux de 2004 occupe nos esprits elle deviendra là aussi réalité. Jean-Claude m'a transmis les valeurs et la culture du cyclotourisme, auprès de lui je n'ai jamais eu le sentiment de « Travailler » mais d'apprendre et de m'enrichir. On a monté bien d'autres projets au sein de la ligue, pour les jeunes, la formation et la sécurité mais cela est une histoire! J'ai une grande pensée pour Jacqueline, son épouse, qui l'accompagnait dans tous ses rêves et ses défis.



Isabelle GAUTHERON
Directrice Technique Nationale FFCT



TOUTES À VÉLO. STRASBOURG 2016





TOUTES A VELO STRASBOURG 2016

J'adresse à tous, participantes, accompagnateurs et organisateurs, toutes mes félicitations pour cette grande aventure!

le mot est faible au regard des conditions dans lesquelles elle a été réalisée ; les souvenirs n'en seront que plus forts et j'espère qu'elle permettra, enfin, de créer cette commission féminine Ligue souhaitée depuis si longtemps.

Je suis très heureuse de cet aboutissement car pour l'Île de France c'était une grande

Les autres Ligues ont pu s'appuyer sur l'expérience de PARIS 2012.

Pour partager ces souvenirs et faire des projets féminins, je compte organiser une réunion en octobre qui réunira les délégations des 8 codeps.

Pour cela je suis à la recherche d'une très grande salle (plus de 200 places).

D'ici là je pense que j'aurais convaincu des élu(e)s régionaux de venir participer à cette réunion qui, je le souhaite, sera une fête, pour mettre en valeur le vélo au féminin et que cela nous permette de développer des actions plus larges envers un public féminin (intégration, réinsertion,...).

Donc je compte sur vous toutes et tous pour que ce soit un évènement. Pour cela il serait souhaitable de mettre en valeur vos photos, films, récits, ect... Toutes vos remarques et suggestions sont les bienvenues.

J'ai un grand regret : ne pas avoir pu partager des moments de cette expédition avec vous. Donc je vivrais cette aventure par souvenirs interposés ; merci de me les faire partager.

Merci aux responsables de faire suivre ce message à tous

Encore bravo et merci d'avoir contribué à montrer que l'Ile de France peut faire aussi bien que la

province!

La présidente de la Ligue IDF Evelyne BONTEMS-GERBERT

LIGUE REGIONALE DE L'ILE DE FRANCE De la Fédération Française de Cyclotourisme - 12 rue Louis Bertrand CS 80045 - 94207 IVRY SUR SEINE CEDEX

















Photos: TAS, comité des Yvelines. Anne-Marie Tiger, Martine Morin, Isabel Peninguel.





LA BELLE ET GRANDE AVENTURE 2016 « TOUTES À VÉLO » S'ACHÈVE.



On peut sans crainte annoncer son succès malgré de nombreux problèmes climatiques.

Ce n'est pas moins de 198 cyclotes Franciliennes et leurs accompagnateurs qui avaient fait le pari de rejoindre en voyage itinérant la grande capitale Alsacienne.

Mais pas seulement, car 6 tandems et des malvoyantes et leur pilotes prenaient part au périple. Chaque Codep d'Ile de France avait répondu présent pour ce grand rassemblement féminin.

Toutes ces femmes ont prouvé que nous pouvions compter sur elles pour la promotion du tourisme féminin à bicyclette.

Chaque Codep pourra vous conter son périple. Anecdotes, pépins mécaniques, chutes parfois sans gravité fort heureusement, mais que de plaisir à chaque rencontre ou visite. Les moments conviviaux partagés lors des pique-niques ou le soir au repas après avoir pris soin de sécher ses habits. Mesdames! Au nom de tous, nous vous félicitons pour le courage et l'abnégation dont vous avez fait preuve malgré cette météo peu clémente.

Merci à toutes et tous pour votre implication à la réussite de ce projet.























Photos : TAS, comité des Yvelines. Anne-Marie Tiger, Martine Morin, Isabel Peninguel.

Vie des Structures •••



LE HANDISPORT À L'ES NANTERRE ET AU CODEP92



Depuis 2014 la section cyclotourisme de l'ES Nanterre s'est investie dans le handisport avec la création d'une section tandem. Depuis février 2015 le CODEP92 l'aide avec la participation de son président, des aides finanmission handisport dirigée par Gérard HAROU. A l'issue Cyclotourisme compte 5 adhérents non-voyants.

collaboration avec la Mission Handicap de la mairie de duite en 2015 par 2 événements marquants :

club ES Nanterre à la semaine découverte du handisport au 28 mars 2015 avec tandems et en collaboration avec ALADJIBA

2°) un reportage sur France3 le 18/10/2015 mettant en valeur l'activité tandem handisport du club de Nanterre et comme dit Gérard « aider les handicapés c'est facile, çà coûte juste un peu de son temps et çà procure tellement de plaisir. Le sourire d'un handicapé c'est notre récompense »

Et en 2016 les actions continuent :

- 1°) Prix Arc en Ciel Aventure le 15/01/2016 remis au club de Nanterre lors de l'AG du CODEP92.
- 2°) un reportage sur Vivrefm le 27/04/2016 mettant en valeur la FFCT, la Ligue IDF, le CODEP92, le club de Nanterre avec les actions de Gérard et son président Pierre PINGLIER. En 2016 2 clubs ont rejoint Gérard : Boulogne (CCBB) avec Denis JOYE et le club de Sceaux avec Patrick ZANNIER.
- 3°) TAS en juin, avec Laëtitia, non voyante, 6 fois championne de France de saut d'obstacle à cheval en tandem avec Fabien tous les deux du club de Nanterre.

Alors pourquoi pas vous?

Apprendre à piloter un tandem c'est juste ½ journée de formation!

- Nombre de km parcourus en 2015 avec 3 tandems handisport: 3000km
- Nombre de sorties en 2015 : 40 sorties (presque tous les dimanches matin)
- Nombre de pilotes de tandems : 8 (5 ES Nanterre - 1 CODEP92 - 1 CCBB - 1 Sceaux)



Le 15/02/2015 à Longchamp : ES Nanterre initiation au pilotage Rallye de la suresnoise 19/04/2015 Hélène et Alain



Rallye de la suresnoise 19/04/2015 Hélène et Alain

Vie des Structures









La sécurité est joujours présente : trousse de secours qui équipera les tandems en 2016



Avril 2016 à Suresnes : le tandem du CCBB avec Denis Joye le Président Didier Molé.

LA REVUE DE LA FFCT ACCESSIBLE À TOUS

A toutes les cyclotes et cyclos qui ne peuvent plus lire, voici la procédure à suivre et toutes les informations utiles permettant de recevoir la revue « cyclotourisme » au format audio.

• OÙ S'INSCRIRE :

Bibliothèque sonore de Nantes, 24 quai de la fosse 44000 NANTES, tél. 02 40 73 48 44 courriel : 44N@advbs.fr

La Bibliothèque Sonore de Nantes, une des 115 biblio-



thèques de l'Association des Donneurs de Voix, a pour vocation de rompre l'isolement des personnes qui n'ont pas une vision suffisante pour lire. A cet effet, elle leur donne la possibilité d'écouter gratuitement à domi-

cile, au moyen d'un lecteur de cassettes ou de CD compatibles mp3, des livres enregistrés par les « Donneurs de Voix » bénévoles.

- CONDITIONS D'INSCRIPTION: Un certificat médical attestant que la personne n'a pas une vision suffisante pour lire. Les audiolecteurs sont bénéficiaires de l'Association et aucune cotisation ne leur est demandée lors de l'inscription. Le service des prêts est gratuit bénéficiant de la franchise postale aller-retour. Suivant leurs moyens financiers, les bénéficiaires peuvent, s'ils le souhaitent, faire des dons. Ceuxci sont déductibles de la déclaration de revenus. L'Association des Donneurs de Voix est reconnue d'utilité publique et d'intérêt général.
- •COÛT: entièrement gratuit, y compris les envois qui sont en franchise postale
- SERVICES RENDUS PAR LA BIBLIOTHÈQUE SONORE

- Envoi mensuel par la poste en franchise postale du CD «cyclotourisme» du mois, que le bénéficiaire renvoi après audition en retournant la carte adresse prévue à cet effet pour qu'il reçoive le cd du mois suivant. l'envoi s'effectue en franchise postale.
- de nombreux ouvrages sont enregistrés à la b.s. elle a assuré16 500 prêts, elle dispose de plus de 4 000 titres répartis en Bibliographie, histoire, philosophie, religion, romans, récit de voyages, dont des ouvrages sur le vélo, par exemple, les deux Albina de Jacques FAIZANT, le tour du monde à vélo de F. et C. Hervé, les tribulations d'un pédaleur errant de Serge LERET, etc.
- Tout peut très bien s'effectuer par courrier, il y a des permanences spécifiques les mardi et jeudi après-midi pour les non ou mal voyants emprunteurs, le mercredi et le vendredi après-midi sont réservés aux donneurs de voix, mais on peut toujours téléphoner ces jours là, ll n'y a personne le matin ni les samedi, dimanche et lundi.

•AUDIOLECTEURS - COMMENT S'ÉQUIPER ?

- 1. Pour profiter des 4000 ouvrages sur cassettes, avoir un magnétophone.
- 2. Pour profiter des nouvelles créations et des périodiques comme cyclotourisme, avoir un lecteur CD et CD-RW (compatible mp3) ayant la possibilité de reprendre la lecture là où on l'a arrêtée (fonction 'resume'). Le meilleur modèle, le plus ergonomique, étant le VICTOR Classic (nous contacter). 3. Il est à noter que la plupart des grandes villes ont une Bibliothéque sonore faisant partie de l'association, les CD peuvent aussi être envoyés dans ces bibliothèques et l'audio lecteur peut aller les récupérer, mais c'est à mon sens mons pratique que par la poste.

Vie des Structures •••



LA GAZETTE DE MONTGERON (91) « QUAND DES JEUNES TROUVENT LE BON CHEMIN GRÂCE AU CYCLOTOURISME »

Suite à l'article «Le Codep et les clubs locaux au service des randonneurs» paru dans la Gazette du 1er trimestre 2016 (n°61). Voici le bilan et réflexions des éducateurs qui ont encadré ce séjour en Bretagne.

Gérard BRAT

Séjour de cyclotourisme en Bretagne

Au-delà du bilan, quelques réflexions... Éducateurs issus de différents services de l'Association "AVVEJ Vieux Logis" située à Montgeron (91), nous avons organisé un covoiturage pour nous rendre en séminaire en septembre 2015. Le trajet fut l'occasion de faire connaissance. La conversation nous a menés à des sujets très divers. Technique de tricot, parcours personnels, voyages mais aussi nos pratiques professionnelles. En effet, nous travaillons auprès de jeunes, mineurs et majeurs, pris en charge et nous parlons notamment de nos expériences de séjours avec ces adolescents et jeunes adultes au parcours si particulier. On débat sur «les ingrédients» de la réussite, sur ce que l'on en attend. Une expérience de séjour itinérant à vélo est racontée. Durant le séminaire, à table, le sujet s'invite. Éducateurs, chefs de service et direction sont présents. L'échange est informel, des projets similaires évoquées avec enthousiasme. Il plane comme une possibilité, un «pourquoi pas» ? Nous poursuivons notre conversation sur le trajet retour. Nous convenons au vu de nos échanges productifs de nous revoir pour une concrétisation : Nous décidons de proposer un périple en Bretagne.

Ce sera un parcours d'un peu plus de 180 km durant les vacances de Pâques 2016. Le 28 avril dernier donc, vers 14 h, 13 jeunes et 4 éducateurs arrivent à vélo au Mont Saint Michel, 5 Nous étions partis de Rennes six jours plus tôt. Nous sommes passés par Saint Malo. avons longé la Côte d'émergude, marché jusqu'à la pointe du Groin. Nous nous sommes longuement filmés et photographiés devant la passerelle menant au Mont... on se disait : «On l'a fait» ! «On a réussi», «Bravo à toi, Bravo à toi aussi». La joie de l'arrivée, la satisfaction d'aboutir. C'était également un moment d'orqueil. Ni les embruns dans nos visages, ni le froid ne nous avaient arrêtés. L'objectif atteint est définitivement une expérience qui renforce. La semaine fut exigeante. Il fallait donner de soi physiquement et faire avec les contraintes de l'itinérance, du camping et de la météo. Elle fut également généreuse. Nous avons découvert une façon de voyager, traversé un coin de France, partagé une aventure humaine. Le séjour fut l'occasion d'écrire pour relater nos étapes et dire nos humeurs. Au retour, ces quelques lignes envoyées ont souvent été le point de départ de petits mots de complicité avec les collègues qui suivaient notre périple à distance. Ils ont compati au froid, souri aux anecdotes et encouragé. Nous ne savons pas encore quels prolongements nous donnerons à ce séjour mais, au-delà du récit de parcours, nous souhaitions partager avec vous autres, passionnés de "longues balades" à vélo,



notre enthousiasme. Nous sommes en effet en tant qu'éducateurs à la recherche d'outils de médiation au service d'objectifs individuels et collectifs. Nous avons besoin dans nos institutions "d'organiser de l'expérience, et d'instaurer des environnements" qui vont venir, au-delà des mots, bousculer et inviter à envisager les choses différemment. Notre métier nous invite à nous poser quotidiennement un certain nombre de questions. - Comment faire évoluer, bouger un individu ? - Comment construire la confiance en soi ? - Comment gagner la confiance et accompagner ? - Comment construire et renforcer un groupe ? - Comment faire vivre et transmettre certaines valeurs? C'est le sens des projets que nous mettons en place. Le sport est un outil d'éducation évident. Mais nous avons trouvé avec le cyclotourisme une intensité particulière et une discipline permettant de travailler sur plusieurs aspects à la fois. En témoigne les objectifs et moyens que nous avions donné et mobilisé lors de cette action. 6 Vivre une expérience d'engagement et de responsabilité. Se valoriser et prendre de la confiance en soi à travers la réalisation d'un projet original, intense et positif. Il s'agissait d'aller vers la découverte d'une région avec un maximum d'autonomie, de l'engagement physique (le vélo) et personnel (le quotidien). On ne recherche pas l'extrême, l'objectif défini ne nécessite pas de capacités physiques exceptionnelles. Ce qui est proposé c'est une aventure collective et la réussite de tous dans le cadre d'un groupe bienveillant. S'inscrire et s'engager dans un projet qui nécessite une préparation en amont. Sécurité routière, mécanique, sortie vélo, réunion autour du fonctionnement du groupe. Ces séances de préparation ont permis d'observer le groupe, de le fédérer et d'y voir naître une dynamique. Il s'agissait

de leur donner les moyens d'être acteurs en les sensibilisant aux principaux aspects et enjeux du séjour Nous avons bénéficié sur cette phase d'un partenariat précieux avec des bénévoles du Comité départemental de cyclotourisme de l'Essonne ainsi que les clubs locaux de cyclotourisme «L'Amicale Cyclo Sénart» et «Yerres Cycliste Club» Faire l'expérience de l'émulation, de la bienveillance et de la solidarité au sein d'un groupe. Un noyau de jeunes s'est constitué au sein du groupe. Jouissant d'un caractère serein et jovial, d'un sens du service et faisant preuve d'une véritable maturité, ce petit groupe a été à la fois contenant et source de progression pour ceux et celles qui avaient plus de difficultés dans le lien et la sociabilité. En effet, ce type de séjour peut offrir des moments d'échanges et un espace privilégié de construction et de renfort d'une relation éducative.

Pour conclure, nous remercions encore une fois le Comité Départemental de cyclotourisme de l'Essonne qui nous a encouragés, conseillés, aidés. Ils ont participé bénévolement à la préparation du groupe des jeunes. Christian PROPONET, Gérard BRAT, Ivan VAZQUEZ et Patrick PERELLO. De l'avis de tous, le séjour fut une réussite. Nos attentes ont été largement comblées et il va sans dire que l'envie de donner une suite à ce projet est forte. Reste à prendre le temps et d'en déterminer les modalités. A très vite donc pour d'autres routes à raconter.

Issame AKKAOUI Stéphanie GUERINEL Sophie ROUDIER Djibril SALL

http://www.avvej.asso.fr/etablissement,foyer-educatif-le-vieux-logis,16.html



VIVONS VÉLO RECHERCHE DE BÉNÉVOLES POUR LES RASSEMBLEMENTS VIVONS VÉLO À PARIS

AG2R La Mondiale organise depuis 2015 les rassemblements *VIVONS VÉLO*, des balades à vélo solidaires permettant de (re)découvrir une ville, tout en faisant du sport et en aidant la recherche: pour chaque kilomètre parcouru par personne avec l'application *VIVONS VÉLO*,, AG2R La Mondiale reverse 1 euro à l'Institut Pasteur. Ces rassemblements sont organisés le même jour dans les 16 villes, dont Paris.

Dans le cadre du partenariat qui a été signé cette année, la Fédération française de cyclotourisme accompagne AG2R La Mondiale au niveau local dans l'organisation de ces rassemblements *VIVONS VÉLO*,. Dans le but de promouvoir vos clubs et vos activités auprès du grand public, la FFCT vous invite à prendre part à ces événements, en tant qu'accompagnateurs lors des Rassemblements *VIVONS VÉLO*,. Les clubs participants recevront de la part d'AG2R La Mondiale une dotation de 100 euros si le nombre de participants est supérieur à 50 personnes.

Ce type d'événement est une très bonne opportunité pour vous faire connaître auprès d'un nouveau public déjà sensibilisé aux bienfaits du vélo. Les participants aux Rassemblements *VIVONS VÉLO*, sont pour vous de futurs licenciés potentiels dans vos clubs !

COMMENT CELA FONCTIONNE?

AVANT L'ÉVÉNEMENT : PRÉPARATION

- Les clubs souhaitant participer doivent contacter le Comité départemental de Paris ou la Ligue lle de France, en précisant la date à laquelle ils souhaitent participer.
- Le club FFCT participant à un Rassemblement *VIVONS VÉLO*, propose le parcours de son choix (environ 20 km) et transmet les informations à Charlotte Faure : c.faure@ffct. org / 01 56 20 88 79
- Les informations sont mises à jour sur le site VIVONS VÉLO,, qui centralise toutes les inscriptions.
- Le club FFCT reçoit la liste des participants et des packs cadeaux à distribuer le jour J.

LE JOUR J - RASSEMBLEMENT VIVONS VÉLO

■ Les bénévoles du club FFCT accueillent les participants pour réaliser le parcours.

APRÈS L'ÉVÉNEMENT

■ Si le Rassemblement a accueilli plus de 50 participants, le club reçoit une dotation de 100 euros.

Dates des rassemblements *VIVONS VÉLO*, à **Paris en 2017 :** 8 avril - 13 mai - 3 juin - 1^{er} juillet- 2 septembre



Vie de la **L**igue

TECHNIQUE

Rouler vite avec des petits braquets Le cycliste qui roule sur de grands développements travaille en force il n'augmente pas pour autant sa puissance! Prenons l'exemple de 2 pratiquants de même corpulence, sur un vélo identique, roulant à 35 km/h. L'un tire un braquet de 52x13 à des braquets inadaptés à leur puissance. Ne perdons pas de vue que la puissance résulte du produit de la force par la longueur des manivelles et la fréquence de pédalage. Osons la comparaison entre le couple et le braquet. Les pertes d'énergie se trouvent ainsi réduites on travaillera donc systématiquement la vélocité pour augmenter notre cadence de pédalage. Exemple : sur

km/h), puis une 2e séquence de 3 minutes à 105 tours/ randonnée Flèche de France!

Dernier point, ne pensez pas que la cadence élevée augmente le rythme cardiaque. C'est une idée reçue derrière au sprint, contre la montre, sur piste - il faut pédaler en souplesse. Peut-on rouler vite en enroulant des petits braquets? La réponse est... oui!

NDLR: une fois de plus, cet article a été rédigé par Jean-Mi-Vélizy (des ados et jeunes adultes, adhérents à la FFC).



Jean-Michel Richefort DTN FFCT en retraite Extrait gazette CCVP

LA PRATIQUE DU FREE-RIDE EN FORÊT

> Sur le territoire très urbanisé de l'Île de France, les forêts publiques accueillent chaque année plus de 80 millions

Les utilisateurs, familles, randonneurs, joggeurs, cyclistes, cavaliers... ou bien promeneurs ont des besoins variés que l'ONF, en partenariat avec les collectivités satisfait par la mise en place de différents types d'aménagement.

Certaines demandes de loisirs en forêt sont cependant incompatibles avec la gestion des milieux naturels fragiles. > Le free-ride, une pratique incompatible avec la forêt

La pratique du free-ride 'pratique libre' désigne une discipline en VTT où l'on recherche une certaine technicité du terrain. Il s'agit d'un sport à connotation extrême, à l'origine pratiqué en zones de montagnes (descente, course contre la montre...), sur des circuits aménagés d'obstacles : bosses, tremplins...

On constate depuis quelques années un véritable engouement pour cette pratique qui trouve son terrain de jeux dans les espaces naturels tels que les forêts, constituant alors un véritable problème.

Les problèmes engendrés par la pratique du free-ride sont les suivants

Tout d'abord la vitesse, non contrôlée : cette pratique est dangereuse et génère un problème de coexistence avec les autres usagers de la forêt.

Ensuite, le free-ride détruit les sols des espaces naturels

fragiles: piétinement et destruction de la végétation, perturbation de la faune sauvage, tassement et érosion des

Enfin les équipements souvent abandonnés en forêt, génèrent une artificialisation des lieux et un danger potentiel avec des fossés non rebouchés.

Il est par ailleurs à rappeler que cette pratique n'est pas autorisée sur le territoire d'autrui et est strictement interdite en forêt domaniale.

> Rappels des interdictions et règles d'usage en forêt Comme tout véhicule, le vélo est interdit en forêt, en application du code forestier.

En lle de France, le vélo est cependant toléré sur tous les chemins de plus de 2,50 mètres de large. La pratique 'hors piste' est strictement interdite par le code forestier.

La pratique du free-ride entraînant des aménagements avec parcours de bosses et tremplins sur des itinéraires non autorisés est strictement interdite en forêt publique.

Les aménagements pour cette pratique constatés en forêts domaniales seront systématiquement détruits par les agents de l'Office national des forêts. Des amendes seront par ailleurs délivrées et des frais de remise en état exigés. Garant de la gestion durable des forêts publiques, de leur entretien et leur surveillance, l'ONF compte sur le civisme des usagers pour respecter ces règles de bonne conduite. La forêt doit rester un lieu de quiétude, de ressourcement et de plaisir. (Extrait réglementation ONF)

Tourisme •••





LA "LIGUEAVÉLO "



La Commission Tourisme de la ligue lle de France vous proposait en 2016 la randonnée « Liguàvélo » réservée aux licenciés Franciliens. La date de fin Août était ciblée car le calendrier étant souvent allégé à cette date. L'idée étant de promouvoir et de faire découvrir une partie de notre territoire souvent méconnue. Cette année le val d'Oise était choisi et plus précisément l'ouest du département et son parc du Véxin.

C'est donc un accueil dans le domaine de Villarceaux et sa bergerie que le RDV était donné. Vaste parc avec ses deux châteaux, le bas du XIII ème avec sa tour des condamnés et celui du haut du XVIIIeme. Le Manoir de Ninon de Lenclos et son parterre sur l'eau. Ce domaine appartient désormais à la région après avoir été propriété de la famille de Mornay. Pas moins de 63 inscrits s'étaient retrouvé dès la fraicheur matinale et accueillis par la présidente Evelyne BONTEMS-GER-BERT. Tous se délectaient du traditionnel café-viennoiseries, avant le départ.

Deux parcours étaient proposés à travers le Parc naturel du Vexin, 64 et 83 km. Michel Vilpoix du club de Cergy m'ayant conseillé sur la pertinence de certaines routes et lieux indispensables à découvrir. Aucun fléchage n'était effectué, c'est donc avec fond de carte, Road-book et trace GPS que les départs s'échelonnaient entre 8h30 et 9h10.

Chacun aura pris le temps du « cyclotourisme » pour photographier et découvrir ici et la les différents points touristiques des circuits.

Le village de WY DIT JOLI VILLAGE, dont la légende nous comte que se serait Henri IV en s'arrêtant à WY aurait alors prononcé « Quel joli village » d'où le nom actuel !, AVERNES et son huilerie.

Halte obligatoire au Château de Théméricourt dont l'ancien propriétaire n'était t'autre que le dictateur d'Haïti Duvalier. Déchu, cette propriété appartient désormais au département qui abrite la maison du parc du Vexin, connu par les cyclo qui participe au brevet national « à travers les parc ». C'est donc l'occasion de tamponner et découvrir certains produits du terroir dont la bière du Vexin.

Nous découvrons ensuite Frémaiville et son ancienne distillerie qui sert régulièrement de décor à de nombreux film. Aux détours d'un virage, le château de Jambville qui appartient aux scouts de France nous salut.

C'est à Breuil en Véxin que vous pourrez découvrir une allée de l'époque Néolithique. On a dénombrée environ 150



inhumations dans la chambre de 14 m de long. Ce site est classé historique depuis 1957.

Vétheuil nous voila! Arrêt obligatoire pour les détendeurs de BCN-BPF. Ville ou séjourna Claude Monet dont on peu apercevoir sa maison couleur ocre et verte sur le toit. Son église classée historique en 1845 et son toit à motifs polychromes. Nous logeons la seine, puis à haute Isle, c'est une église paroissiale, dédiée à la Vierge de l'Annonciation. C'est l'unique église de ce type en Île-de-France, ce qui fait son principal intérêt. Seulement le clocher est en maçonnerie, et même la façade extérieure n'est autre que la roche de craie laissée en place comme telle. La nef unique est entièrement excavée dans la roche. L'église est inscrite à l'Inventaire Supplémentaire des Monuments Historiques depuis 1926.

De loin nous apercevons le Château de la Roche-Guyon, village classé « plus beaux village de France ». Son château médiéval du Xème siècle, appartenant à la famille de la Rochefoucauld, son ancien grenier à blé devenu mairie.

Nous quittons ce magnifique lieu vers la route des crêtes, et après un effort qui nous laisse sans voix nous découvrons les méandres de la seine et son panorama. Descente puis la voie verte vers Bray et Lu abrité du soleil qui nous chauffe le dos. Nous voilà de retour à Chaussy et son domaine. Un pot offert par la ligue permet à chacune et chacun d'exprimer son ressenti sur ces parcours dans une chaleureuse humeur. Les commentaires vont bon train pendant le pique-nique que chacun a pris soin d'amener, l'ambiance est festive malgré la fatigue. Mais tous s'entendent à dire qu'il est beau le val d'Oise!

La Ligue que je représente vous remercie de votre présence à cette première Liguàvélo, bravo aux féminines présentent en nombre à cette manifestation, et bravo au Club de Bondoufle (91) d'avoir parcouru plus de 200km A/R et neuf cyclos dont deux vététistes et 3 femmes pour participer.



Philippe LEBOUCHERResponsable commission Tourisme.

Tourisme • • •





MA "LIGUEAVÉLO ", VERSION VTT

Dimanche 28 août avait lieu la « Liguavélo », une randonnée cyclodécouverte au coeur du Parc Naturel Régional du Vexin Français. Le pique-nique étant le moment de convivialité après la balade. Deux parcours route (60 et 80 kilomètres) en Val d'Oise étaient réservés aux cyclo. Étant vététiste et ne connaissant pas ce secteur, je me suis dit que l'occasion était à saisir d'aller rouler sur des contrées franciliennes inexplorées. J'ai donc travaillé sur un parcours de 70 kilomètres. Comme le terrain est un peu plus vallonné que notre plate Essonne, le dénivelé a vite grimpé sur une base de 1275 mètres. J'ai lancé un appel aux « crampons » de mon club et je n'ai trouvé qu'un volontaire pour m'accompagner sur ce tracé. Après avoir parcouru la centaine de kilomètres qui nous sépare de Bondoufle, nous arrivons à La bergerie du Domaine de Villarceaux à CHAUSSY (95). Il est 8h00, les premiers cyclos arrivent au moment où nous nous élançons. Leurs départs sont programmés à 8h30 et 9h00. Nous avons de la

chance car le thermomètre n'indique que 18 degrés, ça change de la canicule de cette semaine. Il n'y a plus qu'à suivre la trace GPX insérée dans le GPS. Le départ se fait sur un faux plat montant. La première escale se fait sur le site du sanctuaire Gallo-romain des Vaux de la Celle. Le portail est ouvert alors nous allons visiter ses vestiges d'architecture. Le vent se lève au moment où nous reprenons le parcours vallonné, guidés par le balisage de l'avenue verte Paris-Londres, en passant

devant les châteaux de MAUDETOUR et de GADANCOURT et en traversant les villages de WY-DIT-JOLI-VILLAGE (souvenir du passage d'Henri IV) et AVERNES pour arriver à THEMERICOURT. Nous arrivons trop tôt au château hébergeant la Maison du Parc. La porte close nous invite à continuer notre chemin en modifiant le tracé qui traversait initialement le parc. Les côtes s'allongent en distance mais aussi en pente, où nous attend la distillerie connue des cinéphiles. Le contournement de FREMAINVILLE se fait à travers la forêt. Là nous observons une situation cocasse. Un Range Rover enlisé se faisant tracté par quatre quads, en vain. Après avoir respiré les embrayages qui ont chauffé, nous sortons de la forêt par une descente pour déboucher face au château de JAMBEVILLE qui héberge le centre national de formation des Scouts de France. Nous sommes maintenant dans le département des Yvelines. Sur les dessus de BREUIL-EN-VEXIN, nous faisons une pause à la Cave aux fées, une nécropole néolithique. Nous reprenons le cours de notre sortie jusqu'à AINCOURT ou nous dégustons notre barre de céréales à l'ombre de la statue de Gauthier Aincourt, compagnon d'arme de Guillaume Le Conquérant lors de la bataille d'Hastings en 1066. Le parcours s'aplanit iusau'à cheminer dans la Vallée du Roi pour arriver à VE-THEUIL. Là nous retrouvons nos camarades cyclos venus tamponner leurs cartons BCN/BPF. La quête des tampons étant très longue dans le temps, nous avons opté pour la solution du carton BCN (1 cachet par département). Nous sommes au pied du secteur le plus intéressant ; la montée vers le surplomb des coteaux de Seine. Le sentier caillouteux qui débouche sur le plateau commence à la croix pattée, em-

blème du Vexin Français. Nous trouvons un groupe de vététiste qui attendent leur camarade. Se plaignant de problème de transmission au moment où je l'ai dépassé, je distille quelques conseils de mécanique. Nos chemins se séparent au moment de rejoindre la route des crêtes car la trace nous sillonne le long du GR2. Une dose de pilotage est nécessaire pour avancer. A gauche le ravin arboré, à droite les buissons et seulement la largeur du guidon pour passer sur une sente en devers jonchée de cailloux et de racines. Nous avons droit aux encouragements d'un groupe de randonneurs à l'accent slave. Le paysage sublime offert par la vue sur le Château de LA ROCHE GUYON au bord de Seine invite à nous dérouter. Nous suivons le GR2 qui se termine des marches menant au Château. Ce détour ayant largement compromis l'horaire de retour, nous repartons par l'ascension du Gibet aux Loups. Les courbes de niveau resserrées indiquent que nous devrons appuyer un peu plus fort et un peu plus longtemps sur les pé-

> dales. Et pour cause la pente commence à 25% avec une pointe à 40% pour finir à 20%. La température ayant augmenté, l'effort est encore plus dur, mais la traversée de la forêt régionale permet de retrouver un second souffle oxygéné. Le Moulin de FOURGES offre une vue pittoresque de la vallée de l'Epte. Dommage que le pique-nique nous attende car nous nous serions bien laissé tenter par un déjeuner en terrasse. Après cette pause photographique, nous repar-

tons pour l'une des dernières ascensions de la matinée. Et une incursion dans le département de l'Eure. La descente vers BRAY-ET-LÛ se fait à 70km/h sans pédaler et en freinant tellement la pente est prononcée. Sur le plat, le cliquetis des disques de freins confirment la puissance nécessaire à ralentir l'ensemble VTT et pilote. Retour en Val d'Oise pour la traversée de CHAUSSY annonçant la fin du parcours. Il est temps d'arriver, car la chaleur de 30 degrés ajoutée à la fringale naissante a augmenté l'épuisement après 70 km parcourus avec 1400 mètres de dénivelé, le contrat est rempli. Nous retrouvons les cyclos, arrivés depuis plus d'une heure, attablés dans la salle. Plusieurs départements sont représentés mais le nombre de clubs présents se compte sur les doigts d'une main. Je pensais que cela aurait rassemblé plus de cyclotouriste avide de découvrir de nouveaux paysages. Après avoir dégusté quelques boissons locales, nous nous attaquons à notre casse-croûte. Merci à Evelyne Bontems-gerbert et Philippe Leboucher d'avoir organisé cette sortie qui nous a donné envie de revenir sillonner ce magnifique décor naturel.





Philippe MARIE Bondoufle Amical Club

Tourisme • •





ILS ONT AIMÉ LA "LIGUEAVÉLO "...

Bonjour Evelyne, Encore merci pour cette honne jour-née et ce superhe apéro. Nous sommes déjà partantes pour l'année prochaine.

> Laurence **UNION VELO ARGENTEUILLAISE**

J'AI AIMÉ CETTE BALLADE EN VÉLO À LA DÉCOUVERTE DU VEXIN QUE JE CONNAIS. DOMMAGE QUE CETTE MANIFESTATION N'AIT PAS MOBILISÉ DAVANTAGE DE MONDE, J'AVOUE QUE JE ME SUIS SEN-TTE TRÈS SEULE SUR LA ROUTE, MATS HEUREUSE D'AVOIR RENCONTRÉ D'AUTRES CLUBS DE LA RÉGION ÎLE DE FRANCE AVEC LESQUELS J'AI PU AVOIR DES ÉCHANGES. J'AI AUSSI APPRÉCTÉ L'ACCUEIL DU DÉJEUNER AVEC DES PRÉPARATIONS MAISON. BRAVO À VOTRE PRÉSIDENTE.

> BLANCHE, ASS SPORT PORCHEVILLE

Ambiance très conviviale. En effet peut être faudrait-il flécher les parcours. Pour une plus forte mobilisation éviter une date ou certains sont encore en congés. En tout les cas un grand merci et à l'année prochaine. Amicalement.

Patrick du A.M.A. RUNGISSOISE

Bonjour,

nous avons bien apprécié le parcours qui allait d'Est en Ouest dans le Vexin Français, donnant un bon aperçu de notre région. Nous aussi on s'est un peu perdu dans Frémainville vers Jamville mais...cela fait partie du plaisir de la route et la nécessité de se débrouiller en toute indépendance! Patrick, MIYVELINES

Bonjour,

Excellente initiative de la Ligue qui nous a poussé à sortir de nos chemins habituels pour découvrir ou redécouvrir cette partie du Vexin. A refaire.

Alain.

UNION CYCLO DOMONTOISE

un très bonne accueil d'Evelyne et avons partagés nos idées. Franck du ASS SPORT **PORCHEVILLE**

Bonjour,
Nous étions 4 au départ et avons appréciés le parcours. C'est une région que nous connaissons bien, puisque habitant la banlieue ouest on aime rouler dans le Vexin. Je comprend certains qui souhaiteraient avoir un parcours fléché. Mes c'est du travail, au moins une bonne journée, alors qu'avec votre plan envoyer à chacun d'entre nous, et une bonne carte Michelin on doit facilement se repérer, c'est ce que nous avons fait.

Et s'il faut s'arrêter, pour moi ce n'est pas un problème, nous ne sommes pas là pour faire de la vitesse, et un chrono, mais découvrir une région Merci aux organisateurs, et à l'année prochaine!

une région. Mèrci aux organisateurs, et à l'année prochaine!

Michel, l'Abeille cyclotourisme



Très bonne initiative, parcours très agréables, mais il est absolument nécessaire de flécher pour ceux qui ne sont pas familier de la région et qui n'ont pas de GPS sur leur vélo.... Cela éviterait de s'arrêter de temps en temps pour regarder sa carte, d'autant que les directions sont souvent mal ou pas indiquées.

Dominique LES CYCLOS DU LAC D ENGHIEN

Une belle initiative de la comsantes. Des échanges constructifs avec des clubs faible participation.

Les cyclos de Bondoufle AC

Tourisme •••





PARIS-BREST-PARIS AUDAX



Montlhéry, stade d'honneur Paul Desgouillons le samedi 2 juillet 2016 22h00:

Le peloton de ce XVIème Paris-Bret-Paris Audax s'élance derrière le capitaine de route pour un brevet de 1.214 km avec une dénivelée positive de 10.000m en 85 heures!

Les participants étaient arrivés en fin d'après midi pour la remise des dossiers, la préparation puis la vérification des vélos. Un repas froid est servi dans la salle des tribunes avant le briefing de départ rappelant les consignes de sécurité.

Un brevet Audax réputé difficile mais tous s'étaient bien préparés et entrainés ayant obtenu leurs brevets qualificatifs et pour certains une participation au Bordeaux-Paris Audax mi-juin.

Très vite la nuit tombe et la vue du long serpentin de lumières est toujours magique.

Peloton sécurisé par une voiture ouvreuse à l'avant, une véhicule mécanique à l'arrière toutes deux équipées de gyrophares et escortés par des motos pilotées par des professionnels.

En Audax, un arrêt est programmé tous les 50 à 60 km de 15 à 20 mn. Un copieux ravitaillement était proposé aux participants à chacun de ceux-ci. Des arrêts petit déjeuner de 20 à 30 mn et des arrêts repas en restaurants d'une heure ½ sont également prévus.

3h33 : Un arrêt à la salle des fêtes de Verneuil sur Avre avec un petit repas agrémenté d'une soupe chaude aidera les organismes à passer le reste de la nuit. Petit déjeuner à Sées. La matinée sera pluvieuse et les participants se réchaufferont à Domfront faisant, pour certains, sécher une partie de leurs vêtements devant la cheminée du restaurant initialement prévue pour les arillades...

Le soleil réapparaitra l'après midi peaufinant le « séchage »! Nous arriverons à 21h53 à Saint-Brieuc (km 446) pour le dîner et le couchage.

Après une courte nuit réparatrice, le peloton repart à 4h45 plein ouest. Petit déjeuner à Belle lle en Terre et Brest sera atteint à 12h13. Un bon repas et « demi tour », Paris-Brest c'est fait, il reste Brest-Paris mais avec les kilomètres accumulés ... Retour à Saint Brieuc à 21h55 (km 759).

Dîner puis une nouvelle courte nuit et le départ est donné à 4h30. Petit déjeuner à Dinan et Domfront à nouveau pour un arrêt repas à 13h31. Arrivée à Bellême à 20h39 (km 1.052) dans le magnifique Domaine du Golf Normandy Country Club pour le dîner et une nouvelle nuit.

Le départ est fixé à 03h00 pour une arrivée à Montlhéry à 11h00 (km 1.214).

Ce grand brevet sera ponctué par un repas de clôture et la distribution des récompenses dans la salle des fêtes de Montlhéry.

Le Paris-Brest-Paris est le point d'orgue des organisations de l'UAF, ce brevet a lieu tous les cinq ans. Il est nécessaire pour l'obtention de l'Aigle d'Or, distinction suprême des

Pour l'obtenir, il faut avoir effectué, sans limitation de temps, la série des brevets Audax 200 km, 300 km, 400 km, 600 km, 1.000km plus un second 1.000 km ou une randonnée longue distance supérieure ou égale à 1.000 km et un Paris-Brest-Paris.

8 participants obtiendront cette distinction à l'issue de ce brevet.

C'est avec un grand plaisir que nous avons rencontré de nombreux Audax venus nous saluer tout au long du parcours dont notre ancien président Jean Veillet.

Nous avons eu l'honneur d'avoir de nombreuses personnalités au départ et à l'arrivée représentant la Mairie de Montlhéry, la FFCT, la Ligue lle de France, le Codep 91, l'Association la Tomate contre la Dystonie et le président de la FFCT Dominique Lamouller participant de ce Paris-Brest-Paris.

Nous donnons rendez-vous en 2021 pour la XVIIème édition et dès l'année prochaine sur l'un des nombreux brevets Audax proposés.

Patrick Aquettant

Président Union Des audax français

ROULEZ EN MONTAGNE

CHOISISSEZ VOTRE CYCLOMONTAGNARDE



5 CYCLOMONTAGNARDE

DE LIMOUX 08 - 09 JUILLET 2017

226 км // 3 786 м

Au départ de LIMOUX (11) Contact: 06 85 32 52 31 cyclo-club-limoux11@ffct.org

7 - CYCLOMONTAGNARDE **DES HAUTES-PYRÉNÉES**

24 - 25 JUIN 2017

199 км // 4 596 м

Au départ de LOURDES (65) Contact: 06 37 87 13 54 mjjcassou@yahoo.fr



01-02 JUILLET 2017 230 км // 3 800 м

Au départ de WANGENBOURG (67) Contact: 03 88 87 42 63 info@lesvosgesceltiques.fr

> **2** CYCLOMONTAGNARDE **DU MORVAN**

> > 24 - 25 JUIN 2017 223 KM // 4 329 M

Au départ de CHÂTEAU-CHINON (58) Contact: 02 48 74 17 97 yves.malthet@wanadoo.fr

> **3** CYCLOMONTAGNARDE **BUGEY - GRAND COLOMBIER**

> > 17 - 18 JUIN 2017 206 KM // 4000

Au départ de HAUTEVILLE (01) Contact: 04 74 36 04 26 mipelissier@wanadoo.fr

CYCLOMONTAGNARDE B.R.A

15 - 16 JUILLET 2017

116 à 235 km // 1808 à 5580 m

Au départ de VIZILLE (38) Contact: 06 73 10 70 89 julesarnaud@wanadoo.fr

5 CYCLOMONTAGNARDE **DU VERCORS**

10 - 11 JUIN 2017

191 км // 3 917 м

Au départ de SAINT-JEAN-EN-ROYANS (26)



WWW.FFCT.ORG



Onscrivez-vous en ligne!

