



**FEDERATION FRANCAISE
DE CYCLOTOURISME**



CYCLO-CLUB DE GRADIGNAN
141 RUE DE LA CROIX DE MONJOUS – 33170 GRADIGNAN
Tél. : 05-56-89-13-86
FFCT n° 2796 – Agrément J. & Sports n° 33-S-180
N° siren 412581944
Boite @: club-cyclo-gradignan@ffvelo.f Site web: club-cyclo-gradignan.fr
Site des parcours: openrunner.com (auteur : cycloclubgradignan)
Groupe WhatsApp mobile: **CYCLO CLUB DE GRADIGNAN**

Le Petit journal du Club

N° 3 – 2020

Bon anniversaire à ceux qui sont né(e)s au mois de Mars :

José GORE

Réunion du Lundi 6 Janvier, étaient présents :

Présents: Jean-Pierre Mora, René Deblock, Paul Galland, Michel Lafuente, Didier Tavant, Pascal Père, Pascale Picquet

Excusés: Claude BEZOMBE , Pierre LIGOT

→ Réunion du bureau le Lundi 6 Avril 2020 à 20h15

Préambule ajouté suite à notre réunion de bureau

Au vue de l'actualité sanitaire et des annonces du président de la république, la FFCT a diffusé l'annonce suivante à toutes les structures :

Nous suspendons toutes nos manifestations inscrites au calendrier des randonnées (départementales, régionales et nationales sans exception), ainsi que toutes nos activités de rassemblements au sein de tous nos clubs accueillant des jeunes dont les écoles de cyclotourisme et point accueil Jeune à partir du 14 mars 2020 jusqu'à nouvelle instruction.

Nous recommandons fortement de suspendre vos activités de clubs réservées aux adultes (sortie, entraînement), mais surtout il est très important que chacun des clubs s'informe auprès de sa préfecture (et également mairie, service de santé) pour connaître les évolutions et en respecter strictement les consignes.

Suite à cette annonce, le CA avait initialement décidé de maintenir les sorties club. Didier en avait fait l'annonce sur le Whatsapp du club. Mais suite aux mesures prises par le premier ministre et pour ne pas engager la responsabilité du club, nous décidons de suspendre toutes les activités du club jusqu'à nouvel ordre.

Néanmoins, comme le sport reste un bon moyen de rester en forme, il convient à chacun d'adapter sa pratique dans les circonstances actuelles.

Prenez soin de vous et de vos proches !

La réunion de bureau diffusée ci-dessous ne tient pas compte des restrictions annoncées pour limiter la propagation du covid-19. Nous reviendrons vers vous au fil des semaines à venir pour vous faire part de l'évolution de notre activité.

Sortie du 20 février – Latresne – Saint sulpice de Falayrens

9 participants à vélo : Guy Comey, Michel Lafuente, Pierre et Régine Ligot, Jean-Pierre Mora, Pascal Père, Françoise et Bernard Peronnaud, Janette Patissout.



Quel plaisir avais-je de faire connaître un parcours pour beaucoup de participants inédit et si agréable !

Nous partons de Latresne par la piste cyclable, déjà le soleil se lève et les brumes matinales s'élèvent , Créon, puis avant d'arriver sur Daignac nous quittons la piste pour prendre la route en direction de Branne, route un peu vallonnée mais combien agréable et bordée par notre gauche par de belles maisons de maître. Arrivés sur Branne, passé le pont nous le contournerons pour repasser dessous et ainsi côtoyer les rives de la Dordogne, celle-ci est calme , majestueuse par endroit, tout est paisible , seuls les oiseaux dans les futaies s'égosillent à qui mieux mieux!! ce parcours sur quelques kms est apprécié de nous tous, arrivons enfin aux Grands Bigaroux lieu de notre pause repas, nous trouvons Paul et Pierrette venus déjeuner avec nous.

Que dire de l'ambiance : Le repas futplantureux, fait maison, et le vin servi de la propriété apprécié.

Après retour sur Latresne par Libourne que nous traversons dans toute sa longueur, Arveyres, et St Germain du Puch et ses côtes interminables, pour moi ce fut très dur!!! Enfin Créon et comme nous sommes en déclivité nous mettons le "turbo" 27 km/h jusqu'à Latresne. Là nous nous séparons tous heureux d'avoir profité d'une si belle journée ensoleillée et d'une jolie balade.

Reportage Jeanette PATISSOUT

Modification des statuts et fête de l'été

Comme évoqué dans le précédent petit journal, les statuts sont en cours de modification et seront finalisés lors de la réunion du bureau au mois d'avril. Une assemblée extraordinaire sera organisée en juin couplée avec la fête de l'été du club/barbecue.

Sortie Pâques en quercy du 10 au 13 Avril

Les organisateurs de cette concentration ont annulé le séjour.

Après quelques frayeurs concernant l'hébergement à Cajarc, nous avons pu réserver une maisonnette au village de vacances « Le domaine des Cazelles » dont l'exploitation a été reprise par Ateya. Pour le camping-car un emplacement a été réservé auprès de l'organisateur.

Les inscriptions sont finalisées. Nous serons 7 participants du club.

Ascension en Vendée du 20 au 24 Avril

Vous avez **jusqu'au 1 avril** pour vous inscrire auprès de René Deblock (rene.deblock296@orange.fr)

L'hébergement est prévu en mobil-home au camping La Yole à Saint Jean de Monts. Nous y préparerons nous-même les repas du soir.

Les circuits seront élaborés avec l'aide des conseils d'un club local.

Sortie passée

Ouverture de la saison le 8 mars

L'ouverture de la saison était organisée à Verdélais par le club de Langon. 5 participants du club. Deux circuits routes étaient proposés : 53 et 73 km. Il y avait aussi des circuits VTT et de la randonnée pédestre.

Tenues du club

Un courriel sera envoyé aux adhérents pour estimer le besoin en tenues. Cela nous permettra de demander les tarifs auprès des fournisseurs contactés.

Sortie à venir en Mars et Avril

Quelques sorties seront certainement annulées suite au Covid 19

Samedi 28 mars : « Première côtes du Médoc » à Lesparre Médoc - Samedi 4 avril : « La Carbonblanaise » à Carbon-Blanc

Dimanche 5 avril : « La Pimpine » à Créon - Samedi 18 avril : Brevets 100 et 150 km du Haillan

Dimanche 19 avril : « Le huit de Saint Laurent » à Saint Laurent du médoc - Samedi 25 avril : Brevet 200 km du Haillan

Dimanche 26 avril : Brevet 150 km de Coutras

LA SECURITE PAR Pierre LIGOT

Nous sommes tantôt automobilistes, tantôt cyclistes ou piétons. Nous devons faire preuve de respect, de patience et de courtoisie. A vélo, redoublons de prudence.

En toute première règle, respectons le Code de la route pour notre sécurité, mais aussi par souci d'exemplarité et de comportement citoyen.

En tant qu'usager vulnérable, le respect « des règles communes du Code de la route » s'impose à tous. Si nous voulons être respectés sur la route, on ne peut se permettre aucune liberté avec les feux, les stops et les priorités ! Positionnons-nous clairement sur la chaussée. **Utilisons les aménagements cyclables spécifiques (bandes, pistes).**

Affirmons clairement nos intentions et évitons tout changement brusque de direction.

Tendons le bras pour indiquer que nous allons tourner, à gauche ou à droite, et assurons-nous que notre manœuvre soit bien comprise par les automobilistes.

En agglomération, soyons attentifs aux portières qui peuvent s'ouvrir au dernier moment. En contrepartie, les automobilistes se doivent de respecter la distance de dépassement réglementaire d'un cycliste (1m en ville et 1,50m en rase campagne).

Utilisons une bicyclette munie d'équipements de qualité et en parfait état de fonctionnement (roues, pneus, freins, roulements, éclairage). Un contrôle mécanique régulier des organes de sécurité est nécessaire.

Portons des vêtements clairs pour être vu sur la chaussée. Une chasuble ou un gilet réfléchissant sont des compléments vestimentaires pertinents à la tombée de la nuit, par temps sombre, pluie ou brouillard.

Protégeons-nous ! Portons un casque à coque rigide, bien utile en cas de chute, des lunettes de protection et des gants cyclistes.

Rouler en groupe suppose une bonne maîtrise du vélo. Évitons tout freinage brusque et gardons une distance de sécurité entre chaque cycliste.

Jamais à plus de 2 de front. Sur une route étroite, en présence d'une ligne blanche continue, par manque de visibilité, ou lorsqu'un véhicule arrivant par derrière annonce sa présence pour dépasser, replaçons nous en file simple.

Prévenons des obstacles placés sur la route (trous, gravillons, ralentisseur,...). Informons les autres cyclistes par consigne verbale qu'un véhicule va doubler ou arrive en face.

En cas de problème mécanique ou crevaison : **ne jamais s'arrêter sur la chaussée, mais sur le côté droit de l'accotement !**

En cas d'accident, chute, accrochage, ne pas oublier d'en faire part à votre délégué Sécurité Club, qui pourra faire éventuellement remonter l'information au CoDep, ainsi qu'à l'assurance FFCT, en fonction de votre type de licence.