

	FEVRIER 2013 DEPART SORTIES CLUB → STADE DES VERDINS sortie le samedi départ à 14 h00 avec le circuit le plus court du dimanche départ également à 14h00 pour les sorties du mardi et du jeudi
Samedi 2 février	<u>Départ à 14 h 00 du stade des Verdins</u> <u>Circuit identique à celui du dimanche 3 février.</u>
Dimanche 3 février	LA BARANGEONNE VTT : 25- 40 km Accueil : La Mouline – BOURGNEUF CE MBDA BOURGES CYCLOTOURISME: ☎ 02 48 26 81 56 <u>Circuit n° 1: 76 km Départ 9h00</u> Saint Doulchard – Asnières – D58 Vasselay – C4 Fussy – C5 les Chaumes – C5, D33 et VO à droite le Grand Nérigny – VO, D155 et D46 Sainte Solange – D52 Brécy – D52 Les Collins – D52 Francheville – D52 le Nuainté – D52 Azy – D25 les Pillets – D25 Rians – VO (la laiterie) – VO le Moulin de Malvettes – VO La Chaume - VO et D46 Sainte Solange – D186 les Nointeaux – D186 et D33 Saint Michel de Volangis – D33 les 4 Vents – D33 et VO Le Creps – Asnières – Saint Doulchard. <u>Circuit n° 2: 58 km Départ 9h00</u> Identique au circuit n° 1 jusqu'aux Collins – VO à gauche Guilly – D12 à droite et VO tout de suite à gauche Sainte Solange – puis retour identique au circuit n°1.
Samedi 9 février	<u>Départ à 14 h 00 du stade des Verdins</u> <u>Circuit identique à celui du dimanche 10 février.</u>
<u>Dimanche 10 février</u> <u>A-MIDI CRÊPES</u>	<u>Sortie VTT du mois. Le rendez vous est fixé à 9h au stade.</u> <u>Le parcours sera défini sur place avec les participants.</u> <u>Circuit n° 1: 76 km Départ 9h00</u> Saint Doulchard – Bourges – D106 Plaimpied – D46 la Paille – D217 Lissay Lochy – D34 Senneçay – D34 Vorly – D71 à droite et VO à gauche Le Chailleux – VO (direction Saint germain des Bois) et VO à gauche Bois Sir Amé – D34 et VO à gauche St Denis – D106 à droite et D132 à droite Chezal Chauvier – D132 les Cours – D2 à droite Saint Germain des Bois – D28 à gauche Levet – D88 et C1 à gauche Forêt de Soudrain – C1 Sainte Lunaise – D73 à droite Les Quatre Routes – D88 à gauche Arçay – VO Lazenay – VO et D31 à droite Trouy – D73 Bourges - Saint Doulchard. <u>Circuit n° 2: 59 km Départ 9h00</u> Identique au circuit n° 1 jusqu'à Vorly – D71 Le Clou – D71 Levet – puis retour identique au circuit n°1. APRES-MIDI CRÊPES à partir de 14h30 (crêpes, projection de photos, jeux de cartes) au Nouveau Local du club stade des Verdins

Samedi 16 février	Départ à 14 h 00 du stade des Verdins Circuit identique à celui du dimanche 17 février.
Dimanche 17 février	Circuit n° 1: 74 km Départ 9h00 Saint Doulchard – Asnières – D58 Vasselay – D58 et VO à droite La Breuille – VO et D131 Pigny – VO et D11 à gauche Vignoux-sous-les-Aix – D56 le Bois de Vêves – VO à gauche et D11 à droite Menetou-Salon – VO à gauche (route d'Achères) les Rappereaux – VO Les Rois – VO (au-dessus d'Achères) et D20 à gauche Le Pic de Montaigu – D20 Le Barangeon – D58 à droite Méry es Bois – D168 les Mitterands – D168 et D20 Allogny – D20 et D104 Saint Doulchard . Circuit n° 2: 56 km Départ 9h00 Identique au circuit n° 1 jusqu'à Menetou-Salon – D25 les Crots de Veaux – D25 Les Bardys d'en Bas – D25 les Giraudons – D25 les Fèves – D25 et D20 à gauche Le Barangeon – D20 Allogny – puis retour identique au circuit n°1.
Samedi 23 février	Départ à 14 h 00 du stade des Verdins Circuit identique à celui du dimanche 24 février.
Dimanche 24 février	Circuit n° 1: 79 km Départ 9h00 Saint Doulchard – D60 Berry Bouy – D160 Marmagne – D160 Marmignolle – D160 et D23 Sainte Thorette – D35 et D113 à gauche Villeperdue – D113 Preuilly – D27 à droite et VO à gauche Boisgisson – D20 à gauche Boitier – D123 à gauche et D23 à gauche Limeux – VO à droite Les Concisains – VO et VO à gauche les Cocuas – VO Plou – D114 et D18 Charost – D18 (direction Mareuil) et D84 Civray – D84 et D184 Le Grand Entrevin – D184 et D16 à droite Villeneuve-sur-Cher – D16 La Chapelle – D16 Bourges – Saint Doulchard . Circuit n° 2: 59 km Départ 9h00 Identique au n° 1 jusqu'à Plou – D190 le Bouchet – D190 et D16 à gauche Villeneuve-sur-Cher – puis retour identique au circuit n°1...

La SECURITE parlons-en !

Sur son vélo on est très vulnérable. Il faut se méfier de tout :

des copains du groupe, de la chaussée, des animaux qui peuvent surgir, des autres usagers de la route. Partout, nous pouvons rencontrer des obstacles. En ville aucun aménagement n'est fiable. Il n'y a pas de pistes réservées aux cyclistes mais des axes partagés avec les piétons et leurs chiens, des sens interdits autorisés pour les vélos sans que les voitures le sachent ! Il faut toujours s'arrêter aux stops et aux feux rouges mais ce n'est pas suffisant.

Il faut aussi se servir de notre cerveau sur le vélo :

Est-ce que je respecte les autres ? (combien de front ? changement de trajectoire sans prévenir ? respect des plus faibles du groupe, etc)

Est-ce que je fais preuve de bon sens (les 4 vents en semaine ? retour à la tombée de la nuit sans équipements fluo et éclairage)

Ces questions devraient nous amener à être toujours bien équipé, être toujours vigilant, adapter notre vitesse, respecter des distances sur mauvaise route. Si vous êtes convaincus et que vous appliquez ces principes vous avez de grandes chances d'éviter l'accident et de réussir une belle saison 2013. C'est ce que l'on vous souhaite en tout cas.