

*Saint-Doulchard  
Cyclotourisme*

***Saint-Doulchard  
Cyclotourisme***

# Le journal du club

N°30 Janvier/Février 2016

## **Edito du Président,**

Nouvelle année nouveau Président

J'ai adhéré à plusieurs clubs avant d'arriver à St Doulchard et c'est dans ce club que j'ai trouvé mes marques, ma deuxième famille, ma seconde peau et puis j'éprouve un réel plaisir à rouler avec vous tous.

Le passage de membre du Comité de Direction à Président c'est fait tout naturellement sans vraiment réfléchir à tout ce que cela comporte.

Sachez que le Comité de Direction et moi même ferons tout pour faire vivre notre club et pour que vous preniez le plus de plaisir possible mais comme je l'ai dit lors de l'assemblée générale j'aurai besoin de vous tous.

Le Comité de Direction et moi même vous souhaitons une très bonne et heureuse année 2016.

Surtout beaucoup de vélo en respectant toutes les mesures de sécurité.

Votre Président

Dominique Vannier

## **La pratique du vélo en groupe**

Circulez sur le côté droit de la chaussée, à environ 1 mètre du trottoir et des voitures en stationnement.

Osez occuper la chaussée lorsque le dépassement de votre vélo par une voiture s'avère dangereux.

Utilisez, lorsqu'elles existent, les bandes ou pistes et doubles-sens cyclables.

Gardez une distance de sécurité d'1 mètre au moins par rapport aux autres véhicules.

Ne zigzaguez pas entre les voitures.

Aux intersections, placez-vous un peu en avant des véhicules pour vous faire voir.  
Faites attention aux portières qui s'ouvrent brusquement et aux enfants qui peuvent déboucher entre deux véhicules.

Ne circulez pas sur les trottoirs. Seuls les enfants à vélo de moins de 8 ans y sont autorisés.  
Dans les zones de rencontre ne circulez pas à plus de 20 km/h et respectez la priorité du piéton.

Dans les zones 30 et les zones de rencontre, les vélos peuvent circuler dans les deux sens. Le double sens vous permet de bénéficier d'une meilleure visibilité et d'éviter les grands axes de circulation, de simplifier les itinéraires.

Ne roulez pas trop près de l'accotement, pour éviter les ornières ou gravillons.

Dans les virages, serrez à droite car les voitures ne vous voient qu'au dernier moment.

Soyez particulièrement prudent lors du passage d'un camion : l'appel d'air risque de vous déséquilibrer.

Si vous roulez en groupe, roulez à deux de front ou en file indienne. La nuit, en cas de dépassement par un véhicule ou lorsque les circonstances l'exigent (chaussée étroite, etc.), placez-vous systématiquement en file indienne.

Si votre groupe compte plus de dix personnes, scindez-le.

"L'échelonnement des départs, en fonction des différents parcours, doit faciliter le flux des participants dans la circulation et éviter l'effet de peloton massif. En conséquence, une fourchette horaire, d'au moins une heure, sera prévue par l'organisateur. Au départ de l'organisation, les groupes constitués n'excéderont pas 20 cyclistes.

Déclarer le parcours est obligatoire dès que la balade comporte plus de 20 cyclistes car cela est considéré comme une manifestation.

*Tout cycle doit être muni d'un appareil avertisseur constitué par un timbre ou un grelot dont le son peut être entendu à 50 mètres au moins. L'emploi de tout autre signal sonore est interdit, ex=" siflet".*

## **Etre capitaine route**

### **Sa responsabilité:**

**AUCUNE**

Il n'a pas de responsabilité juridique vis à vis du groupe qu'il anime. Il est bénévole et ses compétences et son autorité font en sorte qu'elles soient bien comprises et admises par ses camarades de route. Il faut en déduire que chacun est responsable de ses actes.

### **Son rôle :**

Veiller à la sécurité globale du groupe.

Faire régner la solidarité au sein du groupe.

Se conformer à l'itinéraire prévu et le faire respecter.

Accueillir et encadrer les nouveaux venus.

Veiller à ce que le groupe ne dépasse pas un maximum de 20 cyclistes. (sinon il fait décaler les départs de 15mn)

### Sur la route:

L'idéal est d'avoir 2 capitaines de route, un devant et un derrière.

#### Devant, cela permet:

De donner la bonne cadence.

De prendre les bonnes directions.

D'arrêter le groupe pour des raisons de sécurité.

D'informer d'éventuels dangers venant de l'avant.

#### Derrière, cela permet:

De faire respecter la sécurité en cas de manquements.

D'alerter quand un véhicule s'annonce par derrière.

### La sécurité: **Respect impératif du code de la route.**

Le capitaine de route n'est pas un policier, il vient faire du vélo comme les autres et il ne peut pas passer son temps à signaler des écarts par rapports aux règles de prudence. Mais il a de l'influence sur le groupe et doit être respecté.

De sorte et c'est la règle d'or, **il faut respecter les automobilistes comme on aimerait qu'ils nous respectent.**

**Nous ne devons jamais rouler à plus de 2 de front et si une voiture veut nous dépasser , nous devons nous mettre sur une file..... C'est le code de la route qui le stipule.**

Autres points que nous voyons trop souvent tels que crevaisons et arrêts "pipi" et qui se traduisent trop souvent par une occupation anormale de la chaussée. L'arrêt du peloton doit se faire dans une zone judicieuse et le capitaine de route peut être amené à le rappeler.

### La solidarité au sein du groupe:

On part ensemble et on revient ensemble!

On s'attend en haut des côtes.

On aide le copain en cas de crevaison ou d'incident mécanique.

Quand on en a les moyens, on roule devant pour prendre le vent.

On aide ceux qui ont du mal en leur donnant des conseils et en les protégeant du vent.

**Le capitaine de route est là pour appeler le cas échéant à plus de solidarité.**

### Capitaine, mais encore....

Le capitaine peut -être amené à faire respecter la nature quand certains ont "oublié" les règles élémentaires du savoir vivre et notamment de jeter les papiers par terre ou bien même de faire un "arrêt pressant" aux abords des habitations.

Le capitaine de route peut diriger un cyclo vers un groupe plus rapide ou plus lent s'il perçoit, après 2 ou 3 sorties, que ce dernier n'est pas dans le tempo.

## **Le programme 2016 (non exhaustif)**

La galette des rois le dimanche 31 janvier

Paris Nice le 8 mars

Le pot de reprise le 12 mars

La photo du club le 13 mars

La randonnée des aînés le 24 mars

Ardennes Eifel du 23 au 28 mai (un point sera fait ultérieurement)  
Et aussi des randonnées resto

## **Point sur le séjour en CORSE du Sud**

Fort du succès rencontré lors du voyage 2014 en Haute CORSE (L'île ROUSSE), nous vous invitons à découvrir cette fois-ci, tous les charmes de la CORSE du Sud. Ce séjour d'une durée totale de 9 jours, s'effectuera du samedi 17 Septembre au dimanche 25 Septembre 2016.

Pour réaliser ce projet, nous nous sommes à nouveau attachés les services de PASCAL et MARIE de l'association « Rêves évasions 45 ». Nous bénéficierons d'un guide qui nous accompagnera durant la totalité du séjour. Le programme détaillé est consultable sur le site Internet du club.

A ce jour, nous sommes 47 pré- inscrits. (Il n'y a plus de liste d'attente)

Rappel : Nous vous espérons nombreux à la réunion de présentation du séjour, qui se tiendra le samedi 30 janvier 2016, à partir de 15h00, à notre local situé avenue du Général de Gaulle à SAINT- DOULCHARD. A cette occasion, Marie et Pascal seront heureux de répondre à vos questions et prendront les inscriptions définitives.

## **Point sur l'Ardéchoise 2016**

L'Ardéchoise qui fêtera cette année son 25<sup>ème</sup> anniversaire, se déroulera du 15 au 18 juin 2016, au départ de SAINT-FELICIEN, où plus de 16 000 participants sont attendus.

A ce jour 4162 cyclos ont validés leur inscription.

Laurent BERNARD – Jackie DUFFIER – Jean Paul FLEURS des POIS et Jean-Yves IMBERT pédaleront durant 3 jours, sur le parcours de L'Ardéchoise vélo Marathon (278 km – 16 cols - 5370 m de dénivelé)

Les inscriptions ont été envoyées et validées par l'organisation.

Les différents hébergements ont été retenus.

Jean-Claude COCY – Julio CRAVEIRO – Claude DOUVILLE – Thierry LADEVEZE - Bernard LARIDANT - Louison PAULIN se retrouveront le samedi 18 juin sur le parcours de La Volcanique (176 km – 7 cols

– 3210 m de dénivelé). Un gîte « La Parenthèse Ardéchoise » a été retenu à COLOMBIER le VIEUX. Les inscriptions seront envoyées prochainement.