

La gazette



3 décembre 2011

Dans ce numéro

- 1 Le mot du président
- 2 Sécurité & conseils
- 3 Equipements
- 4 Infos des Fédérations
- 5 Tribune libre
- 6 Evènements à venir

Le mot du président

Chers amis adhérents,

Je voulais d'abord vous remercier de m'avoir confié la présidence de notre club, et c'est avec grand plaisir que j'assumerai cette responsabilité.

Sachez que ma volonté est bien de poursuivre l'action engagée par mes prédécesseurs en veillant notamment au respect des valeurs de convivialité et de solidarité prônées par notre président fondateur Bernard MENAND.

Ma mission sera grandement facilitée car je sais que je peux m'appuyer sur un bureau stable et expérimenté dont la majorité des membres ont été reconduite pour 2012, avec l'apport d'un nouveau secrétaire, Philippe JAY (voir la liste des membres du bureau à la fin de la gazette).

Voici donc le retour de la gazette du Vélo-Club.

Comme précédemment, sa vocation est de vous informer au mieux sur la vie de notre club et sur les divers évènements qui rythment notre année cycliste.

Sa parution ne sera pas systématiquement mensuelle, mais périodique en fonction des informations qu'il sera intéressant de vous communiquer.

Pour qu'elle soit attrayante, cette gazette doit faire place aux diverses sensibilités qui composent notre club. C'est pourquoi, un espace vous est exclusivement dédié pour que vous puissiez vous exprimer.

J'espère donc que vous saurez en profiter, et que vous n'hésitez pas à me faire parvenir (par mail si possible) des informations que vous souhaitez faire partager aux autres membres du club (conseils, doléances, souhaits, humour... ou tout autre sujet susceptible d'intéresser la collectivité).

Merci d'avance de votre contribution

Amitiés sportives

Yves G.



La sécurité

Quelques consignes de sécurité :

1. **Le port du casque est vivement conseillé,**
2. **Respecter le code de la route,**
3. **En cas d'accident, contacter le 18 ou le 112,**
4. **Port du gilet aux normes européennes EN 471 classe 2 suivant la réglementation**



Rappel : Conformément à l'article R. 431-1-1 du code de la route « Lorsqu'ils circulent la nuit, ou le jour lorsque la visibilité est insuffisante, tout conducteur et passager d'un cycle doivent porter hors agglomération un gilet de haute visibilité conforme à la réglementation. »

Quelques conseils

Pour ne pas gâcher votre plaisir lorsque vous roulez à vélo :

1. Gardez la tête haute, ne fixez pas la roue directement en avant de vous.
2. Soyez conscient de ce qui se passe loin en avant (déviation de la route, trous, trafic, lumières, etc.) et regardez au-dessus de l'épaule de la personne qui vous précède.
3. Soyez régulier et prévisible : roulez régulièrement et évitez tous les gestes brusques (déviations, freinages).
4. Gardez votre ligne (trajectoire) : suivez la roue en avant, mais pas de trop près. Laissez-vous de la place pour réagir.
5. Roulez carrément derrière ou à côté d'un autre cycliste, mais évitez d'engager votre roue avant à côté de sa roue arrière. Cette position vous laisse très vulnérable à une chute si celui qui vous précède change de ligne.
6. Annoncez vos intentions à l'avance, de préférence par des gestes. Les cyclistes qui vous suivent ont la responsabilité de relayer vos intentions au reste du peloton.
7. Annoncez les imperfections de la route ou autres dangers suffisamment à l'avance : parlez calmement et évitez de crier inutilement. Si vous n'avez pu voir un trou à temps, passez dedans sans ralentir : si vous changez brusquement de trajectoire pour éviter ce trou, il y a de grandes chances que les cyclistes derrière vous chutent!
8. Les premiers de tête ont la tâche de prendre soin du peloton : ils doivent surveiller les mouvements suspects, les autos stationnées en bordure de la route, les animaux, etc. Ils doivent aussi vérifier que la voie est libre avant de changer de direction. Il est de bon aloi en tête de peloton d'annoncer les véhicules qu'ils rencontrent et à la queue du peloton, les véhicules qui vont dépasser.
9. Roulez à une vitesse qui convient au plus faible du peloton. Si vous trouvez que la vitesse du peloton est trop élevée, n'hésitez pas à le faire savoir en demandant au peloton de modérer ses ardeurs. L'inverse est aussi vrai : si vous croyez vous être trompé de calibre, rétrogradez vers un peloton plus lent.
10. Passez le relais avant d'être épuisé : on évite ainsi les risques d'accidents et on s'assure de pouvoir s'accrocher facilement à la queue du peloton.
11. Buvez ou mangez dans un peloton seulement lorsque les conditions le permettent.



Equipements

Très prochainement, une commande d'équipements va être effectuée auprès des membres du club.

Quelques équipements complémentaires, actuellement absents du catalogue, vont être proposés aux couleurs du club : Corsaire, maillot sans manche, coupe vent et surchaussures.

A noter :

Le bureau a décidé de proposer gracieusement un maillot d'été du club à tous ses adhérents !

Cette opération a pour objectif qu'un plus grand nombre d'adhérents portent un équipement aux couleurs du VCV et contribuent ainsi à faire connaître encore plus le club à travers la région au gré des sorties randos ou des compétitions (le coût des équipements peut aussi quelquefois constituer un frein à l'achat).

**Un maillot d'été
aux couleurs du
club offert à tous
les adhérents !**



Tribune libre

Cet espace vous sera entièrement dédié !

Aussi, j'espère que vous saurez en profiter, et que vous n'hésitez pas à me faire parvenir (par mail si possible) des informations que vous souhaitez faire partager aux autres membres du club (conseils, doléances, souhaits, humour... ou tout autre sujet susceptible d'intéresser la collectivité)

Merci d'avance de votre contribution

Infos des fédérations

Voici un bref **compte-rendu de la réunion FSGT** qui s'est tenue le **samedi 19/11/2011** ((rapport d'Eric BRUN, merci à lui...)) :

« De nombreux clubs étaient représentés (Montagnac, Sud Vélo, ASPH, EVS, Teyran, Sète)

Tout d'abord, je tenais à rappeler que nous avons été très bien accueillis par les personnes présentes et plus particulièrement par **François Florenton** (gestionnaire des licences FSGT pour l'Hérault), qui nous a explicitement mentionné en tant que futur club affilié... »

Modalité d'adhésion :

Affiliation a la FSGT

- un formulaire à remplir
- coût = 60 € + 50 € d'assurance

Demandes de licences FSGT à faire courant décembre.

- Pour chaque licencié : un formulaire à remplir + un certificat médical
- 2 types de licences :

*une licence pour participer aux compétitions FSGT + cyclosporatives : 45€

*une licence pour participer uniquement aux cyclosporatives : 32€.

Cadre d'adhésion du club à la FSGT :

Normalement, pour être affilié à la FSGT, il faut souscrire un nombre minimum de 6 licences.

Cependant, il peut être toléré d'acquiescer un peu moins de licences (la « Flèche Floracoise » par exemple n'a que 3 personnes licenciées). Aussi, nous proposons pour cette première année que 4/5 licences maximum soient souscrites par le Vélo-Club Vailhauquois auprès de la FSGT.

A noter : L'adhésion à la fédération FSGT est calée sur l'année calendaire, contrairement à la fédération UFOLEP dont la période d'adhésion est calée sur l'année scolaire

Compétition FSGT :

Une réorganisation des catégories est en cours pour rendre la « catégorie 5 » plus accessible pour les personnes désirant venir essayer ce type d'épreuve, avec un parcours qui sera un peu rallongé (environ 70/80 km).

En résumé : en catégorie 5, c'est plus court qu'une cyclosporative, et ça va nettement moins vite.

Voilà qui pourrait intéresser certains membres du VCV qui souhaitent se confronter à d'autres coureurs de leur niveau.



Composition du bureau

Année 2011/2012

Nom	Prénom	Adresse	Ville	Fonction bureau	adresse @mail	Téléphone
BRUN	Eric	54, rue du pré long	34 571 Montarnaud	Chargé FSGT	ericbrun.34@gmail.com	06 16 77 14 25
CHAPRON	Benoît	134 chemin du campet	34 570 Vailhauquès	Vice Président	chapronbenoit@infonie.fr	06 20 37 73 37
DINOIARD	Pierre	61 rue du boisset	35 570 Vailhauquès	Com. blog du VCV	pierre.dinouard@free.fr	04 67 84 40 80
GAUVRIT	Yves	2 lot l'hermas	34 570 Vailhauquès	Président	y.gauvrit@laposte.net	06 44 24 23 91
GONNET	David	5 rue des cadenèdes	34 380 Argelliers	Relations extérieures	dgonnet@groupama-sud.fr	06 72 83 85 05
HALLEY	Francis	impasse du Boutonnet	34380 Argelliers	Membre	halley.francis@orange.fr	06 08 26 75 56
JAY	Philippe	110 impasse du bosquet	34571 Vailhauquès	Secrétaire	p.jay@sfr.fr	06 27 21 60 93
MABILAU	Jean-Marc	chemin de la mine	34 570 Saint Paul et Valmalle	Trésorier	jeanmarc.mabileau@orange.fr	06 22 48 51 00
MOUSSSET	Pascal	rue des arbousiers	34 570 Vailhauquès	Membre	pascal_moussset@dell.com	06 60 92 13 19
MOYNIER	Marinette	10 rue de la clairette	34 570 Montarnaud	Secrétaire Adjoint	marinette.moynier@wanadoo.fr	06 28 05 69 87
PLATEL	René	16 impasse des iris	34 500 Grabels	Membre	platel.pluvinage@free.fr	06 26 48 03 06
VIOLET	Laurent	700 rue du vals de la sers	34 570 Vailhauquès	Trésorier Adjoint	laurentviolet@free.fr	06 10 33 24 88

4 mars 2012
Cyclo « La Camarguaise »

11 mars 2012
Cyclo « Les Lavagnes »

6 mai 2012
Cyclo « L'Asclier »

17 mai 2012
Rando
« La Teyrannaise »

« 2011		2012						2013 »
1er semestre		2ème semestre		Zone A	Zone B	Zone C	Signification des zones	
Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Jun			
1 D Jour de l'An	1 M Ella	1 J Aubin	1 D Rameaux	1 M Fête du Travail	1 V Justin			
2 L Basile	2 J Chanteleur	2 V Charles le B.	2 L Sandrine	2 M Boris	2 S Blainine			
3 M Geneviève	3 V Blaise	3 S Guénoë	3 M Richard	3 J Phil., Jacq.	3 D Kévin			
4 M Odilon	4 S Véronique	4 D Casimir	4 M Isidore	4 V Sylvain	4 L Claude		23	
5 J Edouard	5 D Agathe	5 L Olive	5 J Irène	5 S Judith	5 M Igor			
6 V Epiphanie	6 L Gaston	6 M Colette	6 V Marcellin	6 D Prudence	6 M Norbert			
7 S Raymond	7 M Eugénie	7 M Félicité	7 S J.-B. de la S.	7 L Gisèle	7 J Gilbert			
8 D Lucien	8 M Jacqueline	8 J Jean de Dieu	8 D Pâques	8 M Victoire 1945	8 V Médard			
9 L Alix	9 J Apolline	9 V Françoise	9 L Lundi de Pâques	9 M Pacôme	9 S Diane			
10 M Guillaume	10 V Arnaud	10 S Vivien	10 M Fulbert	10 J Solange	10 D Landry		24	
11 M Paulin	11 S N.-D. Lourdes	11 D Rosine	11 M Stanislas	11 V Estelle	11 L Barnabé			
12 J Tabiana	12 D Félix	12 L Justine	12 J Jules	12 S Achille	12 M Guy			
13 V Yvette	13 L Béatrice	13 M Rodrigue	13 V Ida	13 D Rolande	13 M Antoine de P.			
14 S Nina	14 M Valentin	14 M Mathilde	14 S Maxime	14 L Matthias	14 J Elisée			
15 D Rémi	15 M Claude	15 J Louise	15 D Patern	15 M Denise	15 V Germaine			
16 L Marcel	16 J Julienne	16 V Bénédicte	17 M Anicet	16 M Honoré	16 S Aurélien			
17 M Roseline	17 V Alexis	17 S Patrice	18 M Parfait	17 J Ascension	17 D Hervé			
18 M Prisca	18 S Bernadette	18 D Cyrille	18 M Parfait	18 V Eric	18 L Léonce		25	
19 J Marius	19 D Gabin	19 L Joseph	19 J Emma	19 S Yves	19 M Romuald			
20 V Sébastien	20 L Aimée	20 M Printemps	20 V Odette	20 D Bernardin	20 M Silvere			
21 S Agnès	21 M Mardi gras	21 M Clémence	21 S Anselme	21 L Constantin	21 J Été			
22 D Vincent	22 M Isabelle	22 J Léa	22 D Alexandre	22 M Emile	22 V Alban			
23 L Barnard	23 J Lazare	23 V Victorien	23 L Georges	23 M Didier	23 S Audrey			
24 M Fr. de Sales	24 V Modeste	24 S Cath. de Suède	24 M Fidèle	24 J Donatien	24 D Jean-Baptiste			
25 M Conv. S. Paul	25 S Roméo	25 D Annonciation	25 M Marc	25 V Sophie	25 L Prosper		26	
26 J Paule	26 D Nestor	26 L Larissa	26 J Alida	26 S Bérenger	26 M Anthelme			
27 V Angèle	27 L Honorine	27 M Habib	27 V Zita	27 D Pentecôte	27 M Fernand			
28 S Th. d'Aquin, Maureen	28 M Romain	28 M Gontran	28 S Jour du Souv.	28 L Lundi de Pentecôte	28 J Irénée			
29 D Cildas	29 M August	29 J Gwladys	29 D Cath. de Si.	29 M Aymar	29 V Pierre, Paul			
30 L Martine		30 V Amédée	30 L Robert	30 M Ferdinand	30 S Martial			
31 M Marcelle		31 S Benjamin		31 J Visitation				

Informations sur le jeudi 15 mars 2012

28 janvier 2012
Galette des rois
du VCV

18 mars 2011
Rando
« La Vailhauquoise »

25 mars 2012
Cyclo
« Mer & Cévennes »

20 mai 2012
Cyclo « La Santa »

22 avril 2012
Cyclo « Col du lac »

Événements à venir