



ANIMATEUR	Michel Vuillerod
SECRETAIRE	
INVITE	
PROCHAINE REUNION	Jeudi 4 Mai 2023

ODJ

Bilan Toboggan // Stage Les Estables : Organisation, parcours,... // Point sur autres sorties Club prévues// Infos partenariat, subventions (Caliceo mairie) //Daniel Dalbepierre interviendra sur le sujet de la sécurité au sein du club

Vie du Club

Deux nouveaux licenciés Route :
 Pierre TASSEL (ex VC Brignais)
 Jean Pierre DURIF-VAREMBONT
 Bienvenue !

Toboggan 16 Avril 2023

Bonne participation après 3 ans d'arrêt (COVID et WE Férié) et avec un temps « limitant » très frais ...
 Participants satisfaits et compliments pour qualité/visibilité fléchage
 Lots et assistance technique appréciée
 Bravo à tout le club pour l'engagement dans la bonne humeur !

Quelques chiffres

175 participants
 58% 106 kms 34% 83 kms 8% 50kms
 88.6% M 11.4% F
 +âgé 86 ans + jeune 23 ans
 58% Licencié(e)s 42% Non licencié
 Club les + représentés : Cyclo Team 11 CT Lyon 10 Craponne 8 Charly 6 Caluire 6
 Bénéfice 488 euros

PARTENARIAT

Françoise Brun est la nouvelle responsable des partenariats Merci Françoise !
 Une commande Caliceo est prévue seconde quinzaine de Mai

FFCT

- **Assurance /licences FFCT pour accompagnants stages stage CSF**
- FFCT national et assureur FFCT/Toulouse ont confirmé par écrit que le club n'est pas couvert pour les accompagnants non licenciés (par ex stage Estables) Recherche par Michel auprès Crédit Mutuel (négatif) et MACIF (négatif).
- A titre exceptionnel et pour 2023, le bureau a décidé de laisser au même prix le tarif du stage, de demander à chaque accompagnante de se licencier (Vélo Balade /Mini Braquet /second membre de la famille et sans besoin de certificat médical) et de prendre en charge une partie des coûts.
- Pour 2024, le bureau proposera une solution annuelle d'inscription des accompagnants au CSF pour participation aux séjours touristiques organisés par le club .Le tarif et les modalités seront définis par le bureau et proposé au vote des adhérents lors de l'AG



LICENCES 2023

- **Adhérents Licences 2023**
- Le club compte à ce jour 83 licencié(e)s dont 8 licences vélo ballade / »accompagnants » + 1 sympathisant
- **Rappel :** Ne peuvent rouler en groupe avec les sorties entraînement club et les rallyes/licenciés que les membres du club ayant rempli et transmis leur bulletin d'assurance **ET** payé leur licence.
- Les postulants peuvent effectuer 3 sorties "gratuites" à condition de s'être signalés à l'avance sur le site du CSF **ET PORTER UN CASQUE**, comme le stipule le règlement du club.

VETEMENTS

Les maillots été « commande spéciale » seront disponibles mi-mai

Une info pour distribution sera envoyée par Robert dès confirmation du fournisseur

CALENDRIER 2023 : Voir site et mail

Stage WE club

Les 2-3-4 Juin 2023 aux Estables

A ce jour 57 participant(e)s dont 10 accompagnantes

Les parcours Route seront proposés par Pascal Royannais et Michel Croze

(Pour samedi VVF préparera repas sandwich pour les cyclistes et randonneurs)

Michel Croze proposera aussi des activités extra cyclo

« Visite chez un apiculteur avec vue du travail des abeilles et dégustation ; pour les accompagnants je peux aussi organiser visite d'un écomusée (Ferme Perrel à Moudeyres 8 kms des Estables ; c'est une ancienne chaumière). Le boucher des Estables pour éventuellement réserver du « Fin gras du Mezenc » viande d'appellation »

Attention pour annulation, le Club appliquera le même taux que celui que nous appliquera le VVF :

Dédite avant le 3 mai, -10% soit -8 € pour un adhérent -11 euros pour accompagnant

Dédite entre le 3 mai et le 27 mai : -50% soit - 40 € pour un adhérent, -55 euros pour un accompagnant

Ardéchoise inscriptions en cours, ceux qui veulent rejoindre le groupe voir avec Jean Philippe ou s'inscrire sur site Ardéchoise

A ce jour sur site Ardéchoise 13 inscrits CSF (Ardéchoise verte tous dont 6 + 3 jours)

Six jours Vars Cf Jean Philippe

PROGRAMME DES SORTIES CLUB

Au RDV ALAI en Avril :

- | | |
|--------------------|----------|
| - Lundi après-midi | 13h30 |
| - Mardi matin | Mai 7h30 |
| - Jeudi matin | Mai 7h30 |
| - Samedi matin | Mai 7h30 |

SORTIES VTT

- o Vérifier auprès d'Alexis le point de rendez-vous

EXTRA MUROS

- o Lundi 8 mai : Chartreuse, organisation Alain Poupard (7 participants)
- o Samedi 24 Juin : Vercors, organisation Pierre Thierry et René Celton

Voir mail diffusé cette semaine - Saint Thomas en Royan

Prévoir départ Lyon aux alentours de 6h30

- o POUR VOIR LE PROGRAMME 2023 SUR LE SITE CSF : Après avoir entré votre mot de passe, à droite du pavé « espace réservé aux membres » cliquer sur l'onglet rouge **ROUTE 2023**



RALLYES & CYCLOS

Octocote /Fontaines Saint Martin Dimanche 14 Mai **Objectif Club**

21 Inscrits à ce jour (8 Matin)

Inscription prise et payée par club jusqu'au 8 Mai (8 euros)

Possible ensuite par vous-même (site ou sur place +2 euros)

Les Trois Cols La Tour de Salvagny Jeudi Ascension 18 Mai www.taccyclo.fr

56/93/143 kms 15 euros + Cyclosportive 93/143 kms 35 euros

CRAPONNE Dimanche 3 Septembre Route 112/83/57 kms VTT 22/36/44/50 kms

7 euros

INFOS <https://www.saintefoyleslyon.fr/Actualites/Actualites/Le-Grand-Vallon-fete-la-nature> L'après-midi 8 Mai nous organisons une

balade découverte à vélo dans sainte-foy (le tracé en pj). Si certains de vos adhérents sont partants pour encadrer la balade, pourquoi pas

? Nous n'avons aucune idée du nombre de participants (l'an dernier il y avait 25 personnes). le dimanche 14 mai, c'est la Convergence Vélo

vers Bellecour, avec un départ à sainte-foy. infos ici: <https://www.maisonduvélolyon.org/convergence-velo/>

De même, si certains de vos adhérents souhaitent se joindre à nous, et/ou encadrer le groupe, c'est avec plaisir (inscription ici pour

encadrer: <https://framaforms.org/convergence-velo-2023-inscription-benevole-1680612864>

SECURITE

RAPPEL IMPORTANT

Lors des arrêts pendant les sorties choisissez des endroits où tout le groupe peut stationner en dehors des voies de circulation – **on ne s'arrête pas sur la chaussée**

CYBER SECURITE

Afin d'éviter le piratage des adresses mail des membres du club lors de la diffusion de routages : S'envoyer le mail à soi-même en destinataire principal et en **CCI (copie cachée)** à tous les autres destinataires.

POINT SECURITE PAR DANIEL DALBEPIERRE Merci !

(43 ans au CSF Président d'honneur CSF et ex président)

Rappels sur l'importance de surveiller le bon état du vélo et de rouler avec des tenues visibles

Rappel sur la vigilance lorsque on roule en groupe

Toujours concentré sur la roue du vélo devant, les mains sur les freins

Si débutant, laisser 50 cm

Voir point sécurité sur page accueil site

Restez vigilant si discussion. Rouler droit Attention freinage

Rouler à 2 de front toléré pas si véhicule double, route étroite

Se contenir Ne pas s'emporter contre automobiliste

Respect code de la route Rouler à Droite Pas au milieu de la route

Panneaux vélo aux croisements ne donne pas priorité

Trottoir interdit pour plus de huit ans

Interdiction et danger de remonter file à droite (toujours à gauche)

En cas d'accident par ordre de priorité

1 PROTÉGER la zone

100 mt en amont et en aval (cyclos + élément visible au sol)

Eviter le suraccident ++

2 ALERTE

18/15/17/112

Si possible donner localisation GPS (cf portable/ Garmin)

3 SECOURIR

Inconscient en PLS

Couvrir Ne pas faire boire

Ne pas repartir si suspicion de traumatisme crânien (choc sur la tête et/ou casque cassé)

Conseil :

Un des cyclistes prend la direction du groupe et répartit les rôles P A S



50 RUE CHATELAIN
69110 Sainte Foy lès Lyon

Prochaine étape

Proposer une session de formation sécurité /secouriste au sein du club
28 euros via OMS CSF pourra financer
Daniel DALBÉPIERRE et bureau

Daniel nous a fait connaître la charte du CSF Voir ci-dessous !

Charte du Cyclo Sainte Foy



Convivialité et bonne **Humeur** , telle est la devise du **CYCLO**.

Route ou **VTT** tu choisiras, mais toujours tu rouleras.

Même en groupe **Code de la Route** tu respecteras, sinon Hôpital surgira.

De **Rouge** et **Or** bordés de **Noir** tu te vêtiras, les couleurs du **CLUB** tu montreras.

Casqué tu te protégeras, sinon tu **ne partiras**.

Dans un des groupes tu iras , en haut des côtes tu attendras.

Des **Capitaines de Route** tu écouteras , 1 ou 2 sorties **Responsable** tu seras.

Au début de l'entraînement **Doucement** tu t'échaufferas,

Puis dans les bosses tu **t'Eclateras** et au retour tu te **Calmeras**.

2 de Front au Maximum en peloton tu rouleras.

Quand pépin surviendra , sportivement tu **t'Arrêteras** et patiemment tu **Aideras**.

Sous la pluie **Prudemment** tu conduiras , et **Lentement** tu freineras.

Tes Blagues tu garderas pour les cols que tu escaladeras.

A l'entraînement ,à manger et à boire tu apporteras, sinon **Fringale** te guettera.

A la maison tu t'étireras et **Crampe** disparaîtra.

Et samedi prochain tu **Reviendras**.

Quand Rallye Objectif Club se programmera , effort de **Participation** tu feras.

✕ Réunions ~~du lundi~~ tu viendras , **Petit Engagement** pour le Club tu feras.

Quand Organisation Club se pointera , **Coup de Main** tu donneras.

A la sortie de Club , avec **Famille** tu viendras,

Et pas une seconde tu le regretteras .