



**« LAXOU CA ROULE »  
AG du 29 JANVIER 2016**

# RAPPORT MORAL 2015

65 adhérents dont 41 affiliés à la FFCT

## **Mars 2015 :**

- 622 participants à la 20<sup>ème</sup> randonnée « Par Monts et Jardins » en VTT (4 circuits), sur route (2 circuits) et à la marche (4 circuits), organisée en collaboration avec l'association « Sac au dos » et celle de « VTT Evasion Ludres ». 1800 euros ont été versés aux associations « SOS Village d'enfants » de Jarville, « Les rêves de Lucie », et « ANCC », Association Nationale des Cardiaques Congénitaux.

## **Mars à Juin 2015 :**

- participation pour la troisième année consécutive, avec d'autres clubs de l'agglomération nancéienne, à l'action conduite par l'ASPTT, en partenariat avec le CODEP 54 et la Maison du vélo, pour la découverte du vélo par un public de débutants, avec 10 sorties programmées les samedis après-midi.

## **Mai-Juin 2015 :**

- 23 mai : participation au rendez-vous VTTiste des « Crapauds » à Rozerieulles (8 participants),
- du 30 mai au 6 juin : semaine vélo route dans le Jura, autour de Baume les dames (23 participants)
- 6 juin : Fête du vélo,
- 26-28 juin : participation au rendez-vous international des « Pass'Portes du Soleil » à Châtel (7 participants).

## **Septembre 2015 :**

- Forum des associations,
- randonnée route de 4 jours autour d'Andelot (11 participants).

## **Décembre 2015 :**

- animation sur vélos d'appartement pour le Téléthon du 5 décembre, en partenariat avec d'autres associations.

## **Au total de Janvier à Décembre :**

- 35 sorties sur route les jeudis et deux semaines de « rando », soit 2767 km parcourus (320 participations) et près de 50 sorties VTT pour chacune des deux équipes VTT (6 à 10 participants en moyenne à chaque sortie),
- démarrage de « sections » féminines et VAE.

# RAPPORT MORAL 2015

65 adhérents dont 41 affiliés à la FFCT

## Mars 2015 :

- 622 participants à la 20<sup>ème</sup> randonnée « Par Monts et Jardins » en VTT (4 circuits), sur route (2 circuits) et à la marche (4 circuits), organisée en collaboration avec l'association « Sac au dos » et celle de « VTT Evasion Ludres ». 1800 euros ont été versés aux associations « SOS Village d'enfants » de Jarville, « Les rêves de Lucie », et « ANCC », Association Nationale des Cardiaques Congénitaux.

« Par Monts et Jardins »

# 20<sup>ème</sup> RANDONNÉE VTT, Route et Marche

OUVERTE À TOUS

à Laxou 29 mars 2015



Au profit des associations



SOS Villages d'Enfants  
[www.sosve.org](http://www.sosve.org)



Association Nationale des  
Cyclistes Congolais  
[www.ancc.asso.fr](http://www.ancc.asso.fr)



Les Nives de Lucie  
[www.lesnivesdelucie.fr](http://www.lesnivesdelucie.fr)

## DÉPART ET ARRIVÉE :

à LAXOU-Sapinière - complexe sportif Gaston LOZZIA

3 circuits VTT fléchés 15 25 40 km (départs à partir de 8h30)

1 circuit VTT 7 km DÉCOUVERTE JEUNES ET FAMILLES (peloton encadré par VTT Évasion Ludres avec départ à 10h30)

2 circuits ROUTE fléchés 50 70 km (départs à partir de 8h30)

1 circuit MARCHÉ 14 km fléchés (départ encadré à 8h30 et départs libres entre 8h45 et 10h15)

2 circuits MARCHÉ balisés de 6 km dont un en - RANDO DÉCOUVERTE FAMILIALE - (départs étalés de 8h45 à 10h15)

1 circuit MARCHÉ de 2 Km pour - LUCIE - Accessible aux poussettes et personnes à mobilité réduite

INSCRIPTIONS DE 8H A 10H30

RAVITAILLEMENTS GRATUITS TOUT AU LONG DES CIRCUITS - DISTRIBUTION DE LOTS  
POSSIBILITÉ DE RESTAURATION PAYANTE À L'ARRIVÉE (GRILLADES...)



Grand Nancy

Lorraine  
département

Museums & Monuments



Crédit Mutuel



VTT et Route - 03 83 27 90 12  
[www.laxoucaroule.com](http://www.laxoucaroule.com)  
[laxoucaroule@wanadoo.fr](mailto:laxoucaroule@wanadoo.fr)

Marchés - 03 83 27 10 75  
<http://laxoudot.e-morille.com>  
[a\\_300000@orange.fr](mailto:a_300000@orange.fr)





29 mars 2015  
LAXOU sapinière  
20<sup>e</sup> randonnée  
VTT  
ROU  
MAR  
Par Mo  
laxou

Sac au Dos  
LAXOU

FF Randonnée  
*les chemins, une richesse partagée*  
randonnee.fr

Grand Nancy  
COMMUNAUTÉ URBAINE À RENAISSANCE





# RAPPORT MORAL 2015

## **Mars à Juin 2015 :**

- participation pour la troisième année consécutive, avec d'autres clubs de l'agglomération nancéienne, à l'action conduite par l'ASPTT, en partenariat avec le CODEP 54 et la Maison du vélo, pour la découverte du vélo par un public de débutants, avec 10 sorties programmées les samedis après-midi.

## **Mai-Juin 2015 :**

- 23 mai : participation au rendez-vous VTTiste des « Crapauds » à Rozerieulles (8 participants),
- du 30 mai au 6 juin : semaine vélo route dans le Jura, autour de Baume les dames (23 participants)
- 6 juin : Fête du vélo,
- 26-28 juin : participation au rendez-vous international des « Pass'Portes du Soleil » à Châtel (7 participants). Un grand merci à Marie-Jo et Michel Lejeune pour le prêt de leur appartement à Châtel

## **Septembre 2015 :**

- Forum des associations,
- randonnée route de 4 jours autour d'Andelot (11 participants).

## **Décembre 2015 :**

- animation sur vélos d'appartement pour le Téléthon du 5 décembre, en partenariat avec d'autres associations.

## **Au total de Janvier à Décembre :**

- 35 sorties sur route les jeudis et deux semaines de « rando », soit 2767 km parcourus (320 participations) et près de 50 sorties VTT pour chacune des deux équipes VTT (6 à 10 participants en moyenne à chaque sortie),
- démarrage de « sections » féminines et VAE.

# SORTIES VTT 2015

08/02/2015	<a href="#"><u>CA MARCHÉ ET CA ROULE À BLENOD LES PONT A MOUSSON</u></a>
08/03/2015	<a href="#"><u>LA VIERGEOTTE À DOMGERMAIN</u></a>
06/04/2015	<a href="#"><u>LA LUCEY'N À LUCEY</u></a>
12/04/2015	<a href="#"><u>LA MARBICHONNE À MARBACHE</u></a>
19/04/2015	<a href="#"><u>L'ÉVASION DE LUDRES - UNE JOURNÉE À VÉLO À LUDRES</u></a>
03/05/2015	<a href="#"><u>25ÈME RANDONNÉE VTT DE LA DEUILLE À SEXEY AUX FORGES</u></a>
17/05/2015	<a href="#"><u>33ÈME RANDONNÉE DES CÔTES DE TOUL À TOUL</u></a>
23/05/2015	<a href="#"><u>LES CRAPAUDS 24ÈME ÉDITION À ROZÉRIEULLES</u></a> 8 participants sur 2 jours
07/06/2015	<a href="#"><u>RANDO DES LACS MERCIER À BADONVILLER</u></a>
14/06/2015	<a href="#"><u>LA GAILLARDE À BRULEY</u></a>
14/06/2015	<a href="#"><u>RANDONNÉE DIDIER PETITJEAN À VARANGEVILLE</u></a>
26 et 28/06/2015	<a href="#"><u>LES PASS PORTES DU SOLEIL</u></a> 7 participants sur week-end de 3 jours
30/08/2015	<a href="#"><u>LA POMPÉENNE À POMPEY</u></a>
06/09/2015	<a href="#"><u>LA BEHOLLE 2015 À VERDUN</u></a> 6 participants
13/09/2015	<a href="#"><u>RANDONNÉE AREMIG A VANDOEUVRE</u></a> grosse participation
20/09/2015	<a href="#"><u>FUNRANDO VTT À VILLERS-LES-NANCY</u></a>
27/09/2015	<a href="#"><u>RANDONNÉE VTT DES LAVOIRS À METZ</u></a> 5 participants

# RANDONNEE DANS LE JURA

## BAUME LES DAMES

**Dimanche 31 mai 2015 : La route des Crêtes**

**81 km**

Lomont-sur-Crête ; Crosey-le-Petit ; Crosey-le-Grand ; col de Ferrière ; Vellerot-lès-Belvoir ; Rahon ; Belvoir ; Sancey-le-Long ; Sancey-le-Grand ; Landresse ; Courtetaïn-et-Salans ; Orsans ; Belmont ; Chaux-lès-Passavant ; Abbaye de la Grâce de Dieu ; Aïssey ; St Juan ; Adam-lès-Passavant ; Pont-les-Moulins.

**Lundi 1 juin 2015 : Source de la Loue**

**99 km**

Départ de Gonsans ; Verrières-du-Grosbois ; Etalans ; Guyans-Durnes ; Durnes ; Montgesoye ; Vuillafans ; Lods ; Longeville ; Evillers ; Ouhans ; Source de la loue ; La Main ; Mouthier-Haute-Pierre ; Lods ; Athose ; Chasnans ; Nods ; Etray ; Valdahon ; Verrières-du-Grosbois ; Gonsans.

**Mardi 2 juin 2015 : Entre Doubs et Ognon**

**96 km**

Voie Verte, Hyèvre-Magny ; Roche-lès-Clerval ; Clerval ; Fontaine-lès-Clerval ; Gondenans-Montby ; Montby ; Uzelle ; Cubry ; Rougemont ; Montfrenet ; La Forge ; Cognaïères ; Montbozon ; Besnans ; Maussans ; Avilley ; Ollans ; Cendrey ; Rougemontot ; La Bretenièrre ; Val de Roulans ; Villers-Grelot ; Le Puy ; Pouligney ; Roulans ; Douvot ; Ougney ; Esnans.

**Mercredi 3 juin 2015 : St Hippolyte**

**129 km**

Pont-les-Moulins ; Vallée du Cusancin ; Sancey-l'Eglise ; Sancey-le-Long ; Provenchère ; Belleherbe ; Vaucluse ; cour-St-Maurice ; Vallée du Dessoubre ; St Hippolyte ; Bief ; Dampjoux ; Villars-sous-Dampjoux ; Pont-de-Roide ; Vermondans ; Ecot ; Colombier-Fontaine ; Vallée du Doubs par la VV jusqu'à Clerval ; Branne ; Hyèvre-Paroisse ; Baume-les-Dames

**Jeudi 4 juin 2015 : Omans**

**82 km**

Départ de Dammartin-les-Templiers ; Champlive ; Vauchamps ; Ambre ; Bouclans ; Naisey-les-Granges ; L-Hôpital-du-Grosbois ; Charbonnière-les-Sapins ; Saules ; Ornans ; Cléron ; Malbrans ; Foucherans ; Trépot ; Mamirolle ; Nancray ; Osse ; Champlive.

**Vendredi 5 juin 2015 : Osselle**

**122 km**

Bretigney-Notre-Dama ; Dammartin-les-Templiers ; Champlive ; Osse ; Gennes ; Montfaucon ; Morre ; Fontain ; Arguel ; Larnod ; Buzy ; Boussières ; Torpes ; Osselle ; Grotte d'Osselle ; Voie Verte le long du Doubs.

**Questions diverses :** Logistique (matériel, victuailles.....) ; covoiturage ; etc.....



# 2015



**Kilomètres parcourus : 30**



## Assemblée générale du 29 janvier 2016 Rapport financier sur l'année 2015

### Les recettes

Le montant total des recettes s'élève à **9 243,68 €** décomposé comme suit :

Autres produits exceptionnels pour **100 €**

Les cotisations et licences pour **2 726,70 €**

Les produits des manifestations pour **4 099,96 €**

Les autres produits (vente maillots, cuissards) pour **762 €**

La subvention communale de **1 400 €**

Produit sur exercice antérieur de **133,23 €**

Les intérêts du livret pour **21,79 €**

### Les dépenses

Le montant total des dépenses s'élève à **10 523,43 €** décomposé comme suit :

Les cotisations FFCT **2 005,20 €**

Les activités de l'association (rando « Par Monts et Jardins », randos Baume les Dames, Andelot, Marbache, Toul, Seichamps, Les Crapauds et Pass'Portes du Soleil **6 471,45 €**

Les achats (matières premières, équipements maillots cuissards, petit équipement, fournitures de bureau) **1 897,14 €**

Les frais postaux et les services extérieurs **149,64 €**

**Déficit: 1 279,75 €**

**Le Trésorier : Christian Pauchet**

# Présentation et avancement des projets 2016

## 10 avril 2016 :

- 21<sup>ème</sup> randonnée « Par Monts et Jardins » en VTT (4 circuits), sur route (2 circuits) et à la marche (3 circuits), en collaboration avec « Sac au dos » et « VTT Evasion Ludres », au profit des associations « SOS Village d'enfants » de Jarville, « Association Nationale des Cardiaques Congénitaux » et « Les rêves de Lucie ».

## Mars à Juin 2016 :

- quatrième participation avec d'autres clubs de l'agglomération nancéienne à l'action conduite par l'ASPTT, en partenariat avec le CODEP 54 et la Maison du vélo, pour la découverte du vélo par un public de débutants, avec 10 sorties programmées les samedis après-midi.

## 29, 30 avril et 1er mai 2016

- VTT : Roc d'Ardenne à Houffalize, dans les Ardennes belges

## Juin 2016 :

- semaine vélo route en Belgique, près de Liège, du 11 au 18 juin 2016,  
- Fête du vélo.

## Septembre 2016 :

- Forum des associations.

## Décembre 2016 :

- Téléthon 2016.

## Janvier à Décembre :

- sorties sur route les jeudis et VTT les dimanches.

## Projets :

- le club renouvelle sa proposition de participation aux activités périscolaires,  
- les sorties féminines les samedis après-midi et « VAE » (Véhicule à Assistance Electrique) en semaine, expérimentées cette année, seront reconduites. Les premières ont pour objectif de renouveler la population des pelotons en offrant à de nouvelles venues, dont les conjointes des adhérents, des sorties découvertes ludiques. Quant au VAE, il permet de maintenir dans le club ceux qui souhaitent appuyer un peu moins fort sur les pédales mais aussi d'accueillir de nouveaux cyclistes

# Présentation et avancement des projets 2016

## 10 avril 2016 :

- 21<sup>ème</sup> randonnée « Par Monts et Jardins » en VTT (4 circuits), sur route (2 circuits) et à la marche (3 circuits), en collaboration avec « Sac au dos » et « VTT Evasion Ludres », au profit des associations « SOS Village d'enfants » de Jarville, « Association Nationale des Cardiaques Congénitaux » et « Les rêves de Lucie ».

< Par Monts et Jardins >

# 21<sup>ème</sup> RANDONNÉE VTT, Route et Marche

OUVERTE À TOUS

à Laxou 10 avril 2016



Au profit des associations



SCE Villages d'Enfants  
[www.sceve.org](http://www.sceve.org)



Association Nationale des  
Combattants Congolais  
[www.ancc.asso.fr](http://www.ancc.asso.fr)



Les Nives de Lucie  
[www.lesnivesdelucie.fr](http://www.lesnivesdelucie.fr)

## DÉPART ET ARRIVÉE :

à LAXOU-Sopinière - complexe sportif Gaston LOZZIA - Parking : Centre Commercial AUCHAN

3 circuits VTT fléchés 15 25 40 km (départs à partir de 8h)

1 circuit VTT 7 km découverte JEUNES ET FAMILLES (peloton encadré par VTT Evasion Ludres avec départ à 10h30)

2 circuits ROUTE fléchés 50 70 km (départs à partir de 8h30)

1 circuit MARCHÉ 14 km fléché (départ encadré à 8h30 et départs libres entre 8h45 et 10h15)

2 circuits MARCHÉ balisés de 6 km dont un en - RANDO DÉCOUVERTE FAMILIALE - et dédié à "LUCIE" (départs étalés de 8h45 à 10h15)

INSCRIPTIONS DE 8H A 10H30

RAVITAILLEMENTS GRATUITS TOUT AU LONG DES CIRCUITS - DISTRIBUTION DE LOIS

POSSIBILITÉ DE RESTAURATION PAYANTE À L'ARRIVÉE (GRILLADES...)

VTT en Route - 03 83 27 10 12  
[www.laxoucroule.com](http://www.laxoucroule.com)  
[laxoucroule@wanadoo.fr](mailto:laxoucroule@wanadoo.fr)



Marches - 03 83 27 10 75  
<http://laxoucroule.e-monsie.com>  
[a\\_sacredot@orange.fr](mailto:a_sacredot@orange.fr)



Grand Nancy

Iorraine  
nouveau département

Mairie de Nancy

Intermarché  
LAXOU

Crédit Mutuel  
LAXOU

Crédit Mutuel  
LAXOU

A



UFF

CYCLES  
NAUDIN

UFF

UFF

UFF

UFF

UFF

Auchan Laxou

Intérieur

Intérieur

Intérieur

Intérieur

< Par Monts et Jardins >

# 21<sup>ème</sup> RANDONNÉE VTT, Route et Marche

OUVERTE À TOUS

à Laxou 10 avril 2016



Au profit des associations



SOS Villages d'Enfants  
[www.sosve.org](http://www.sosve.org)



Association Nationale des  
Cardiaques Congénitaux  
[www.ancc.asso.fr](http://www.ancc.asso.fr)



Les rêves de Lucie  
[www.les-reves-de-lucie.fr](http://www.les-reves-de-lucie.fr)

VTT et Route : 03 83 27 90 12  
[www.laxoucaroule.com](http://www.laxoucaroule.com)  
[laxoucaroule@wanadoo.fr](mailto:laxoucaroule@wanadoo.fr)

Marches : 03 83 27 10 75  
<http://sacados.e-monsite.com>  
[a\\_sacados@orange.fr](mailto:a_sacados@orange.fr)



## Inscriptions sur place à partir de 8h00 et closes à 10h30.

6€ pour les non licenciés et 4 € pour tous les licenciés  
3€ pour les 2 petits parcours marche – gratuit pour les moins de 18 ans



Départ et arrivée :  
à LAXOU-Sapinière  
complexe sportif Gaston LOZZIA  
Parking : Centre Commercial AUCHAN

3 circuits VTT fléchés 15 25 40 km  
(départs à partir de 8h)

1 circuit VTT 7 km DÉCOUVERTE JEUNES ET FAMILLES  
(peloton encadré par VTT Evasion Ludres avec départ à 10h30)

2 circuits ROUTE fléchés 50 70 km  
(départs à partir de 8h30)

1 circuit MARCHÉ 14 km fléché  
(départ encadré à 8h30 et départs libres entre 8h45 et 10h15)

2 circuits MARCHÉ balisés de 6 km dont un en - RANDO DÉCOUVERTE FAMILIALE -  
et dédié à "LUCIE" (départs étalés de 8h45 à 10h15)

RAVITAILLEMENTS GRATUITS TOUT AU LONG DES CIRCUITS - DISTRIBUTION DE LOTS  
POSSIBILITÉ DE RESTAURATION PAYANTE À L'ARRIVÉE (GRILLADES...)



**GrandNancy**  
COMMUNAUTÉ URBAINE & RURALE

**lorraine**  
conseil régional

**Meurthe & Moselle**  
Département

**Intermarché**  
LAXOU



**Crédit Mutuel**  
la banque à qui parler

**la Poste**  
Service Clientèle  
Tel. 03 83 26 74 53



**ARD LOR**



**CYCLES NAUDIN**

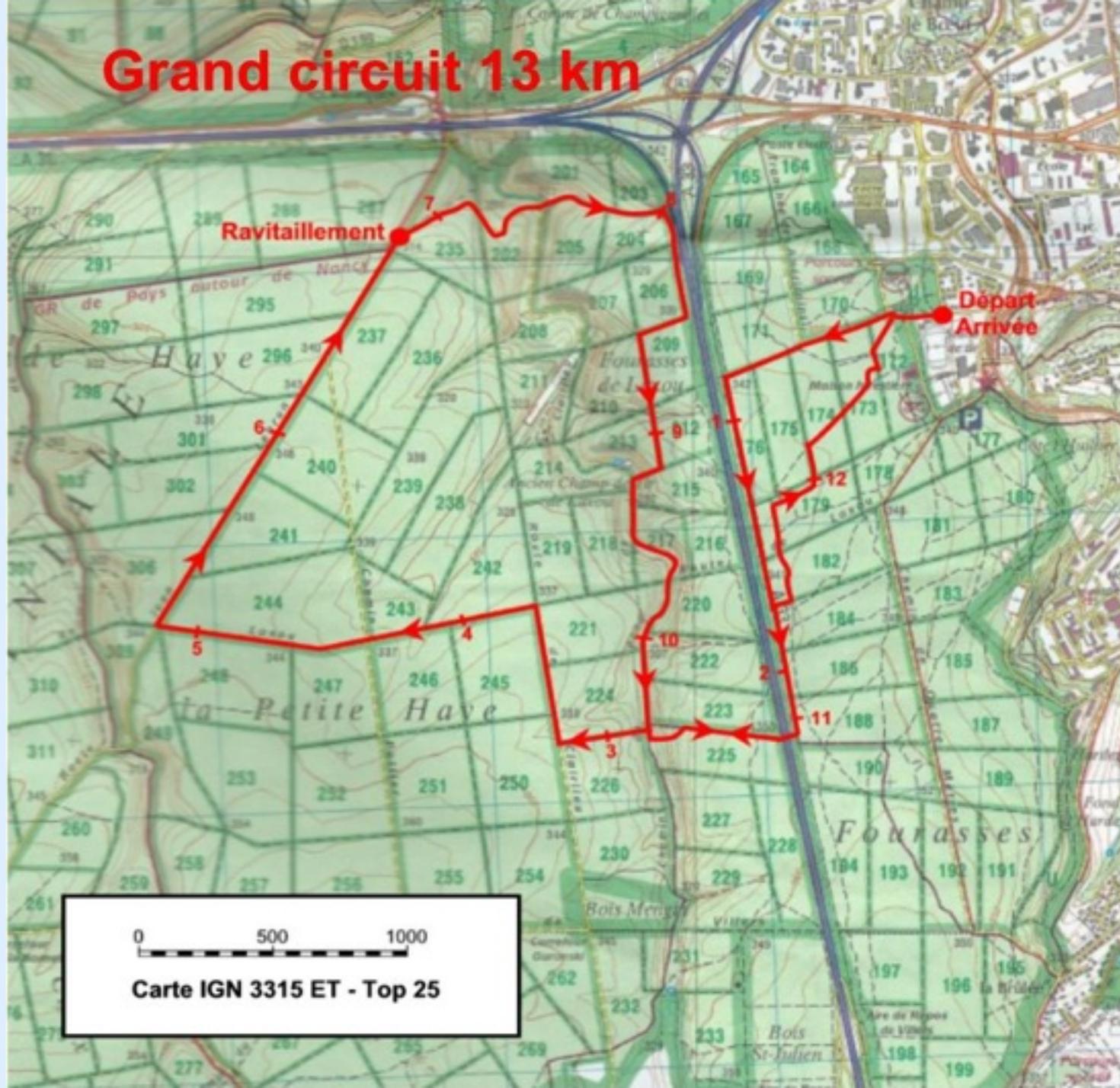
**Uff**

**vélo**  
SA - NANCY

**Auchan Laxou**

**interiale**

# Grand circuit 13 km



0 500 1000

Carte IGN 3315 ET - Top 25





**Laxou ça roule**

**PAR MONTS ET JARDINS**

**21<sup>ème</sup> édition**

**CIRCUIT ROUTE 70 km**



**Début** : dimanche 10 avril 2016

**Fin** : dimanche 10 avril 2016

**Horaire** : 8h30

**Lieu** : LAXOU Sapinière : Complexe sportif Gaston Lozzia, rue de la Toulouse – parking Auchan Laxou

**Tarif** : VTT, route, marche de 14km : 6 €, licenciés 4 € / autres marches 3 € Gratuité pour les moins de 18 ans

**Site internet / Billetterie** : <http://www.laxoucaroule.com>



Au profit de SOS Village d'enfants, de l'A.N.C.C.(Association Nationale des Cardiaques Congénitaux) et des « Rêves de Lucie »

VTT: 3 circuits sportifs fléchés 15/25/40 km – départs à partir de 8h00 et 1 circuit découverte de 7 km – départ encadré à 10h30

ROUTE : 2 circuits fléchés 50/70 km – départs à partir de 8h30

MARCHE : 1 circuit fléché de 6 km, 1 circuit fléché de 14 km et 1 rando découverte familiale par équipe – départs à partir de 8h45

Ravitaillements sur le parcours – 500 lots

Petite restauration et orchestre à l'arrivée

Contact J. Steinmetz 03 83 27 90 12

**Sur le même thème**

[PAR MONTS ET JARDINS \(20ème\)](#)

3 décembre 2014

Dans "Agenda"

[La Téméraire des Vosges, accessible à tous !](#)

13 mai 2015

Dans "À Faire"

[Les foulées Décathlon](#)

18 avril 2013

Dans "À Faire"

*< Par Monts et Jardins >*  
**21<sup>ème</sup> RANDONNÉE**  
VTT, Route et Marche  
OUVERTE À TOUS

*à Laxou 10 avril 2016*

Au profit des associations

**DÉPART ET ARRIVÉE :**  
@ LAXOU Sapinière - complexe sportif Gaston LOZZIA - Parking - Centre Commercial AUCHAN

3 circuits VTT fléchés 15-25-40 km (départ à partir de 8h00)  
1 circuit VTT 7 km découverte - départ et arrivée parking encadré par VTT (départ encadré avec départ à 10h30)  
2 circuits ROUTE fléchés 50-70 km (départ à partir de 8h30)  
1 circuit MARCHÉ 14 km fléchés (départ encadré à 8h30 et départ libre entre 8h45 et 10h15)  
2 circuits MARCHÉ familiaux de 6 km avec un - départ encadré à 8h45 et départ libre à 10h15 (départ encadré de 8h45 à 10h15)

INSCRIPTIONS DE BI A TENDS  
RAVITAILLEMENTS GRATUITS SUR AU LONG DES CIRCUITS - DISTRIBUTION DE LOTS  
POSSIBILITÉ DE RESTAURATION PAYANTE À L'ARRIVÉE (SERRASIS...)

VTT au lycée - 03 83 27 90 12  
www.laxoucaroule.com  
www.sosvillageenfants.org

Grand Nancy | Lorraine | Decathlon | ...

# Présentation et avancement des projets 2016

## Mars à Juin 2016 :

- quatrième participation avec d'autres clubs de l'agglomération nancéienne à l'action conduite par l'ASPTT, en partenariat avec le CODEP 54 et la Maison du vélo, pour la découverte du vélo par un public de débutants, avec 10 sorties programmées les samedis après-midi.



COMITE DEPARTEMENTAL DE MEURTHE ET MOSELLE (54)

ASPTT NANCY CYCLOTOURISME N° 1741

Calendrier des sorties du samedi 5 mars au samedi 28 mai 2016

N° de Sortie	Dates	Km	Objectif pédagogique	Intérêt touristique
<b>Sortie N°1</b>	5 mars	20 km	<i>Maîtrise du vélo, déplacement en groupe découverte possibilités vélo le casque ?</i>	<i>Nancy, quartiers, réseau cyclable Aménagements de la Meurthe vers Lay St Christophe, pont Renaissance, pôle aquatique</i>
<b>Sortie N° 2</b>	12 mars	23 km	<i>Circulation sur route, utilisation des dérailleurs, approche du dénivelé,</i>	<i>Art/Meurthe : château, église, chartreuse, étangs « Napoléon »</i>
<b>Sortie N°3</b>	19 mars	28 km	<i>Circulation urbaine, code de la route cycliste</i>	<i>Champigneulle (histoire, légende) vierge de Bouxières, port de Frouard, « gueule d'enfer », jonction Meurthe et Moselle</i>
<b>Sortie N°4</b>	2 avril	28 km	<i>Rouler en groupe sur la route (1) distances de sécurité, incident</i>	<i>Visite basilique St Nicolas de Port, visite localité, enclos à cigognes</i>
<b>Sortie N°5</b>	9 avril	30 km	<i>Rouler en groupe sur la route (2), rappel, utilisation des braquets, sécurité en descente.</i>	<i>Tomblaine (mosquée), Lenoncourt (chevalement), Varangéville (mines de sel, borne prieuré, église et « encastrés »)</i>
<b>Sortie N°6</b>	16 avril	40 km	<i>Boire et s'alimenter Approche vestimentaire.(conseils)</i>	<i>Ecluse grand gabarit, château de la Fiye, château Corbin, madeleine, dernières coulées aciéries.</i>
<b>Sortie N°7</b>	23 avril	40 km	<i>S'adapter au réseau : piste, route, dénivelées</i>	<i>Saulkures (château), Fléville (château), site gallo-romain et différend comtesse-curé ( Ludres )</i>
<b>Sortie N°8</b>	30 avril	45 km	<i>Responsabilités à respecter sur site propre, lecture de carte et de paysage.</i>	<i>Site de guerre, histoire religieuse, institut agronomique européen, stockage de gaz européen, château de Lenoncourt</i>
<b>Sortie N°9</b>	21 mai	48 km	<i>Circulation sur route (rappels règles de sécurité, éléments d'intervention de secours)</i>	<i>Circuit du sel, circuit des 3 vierges, Mathieu de Dombasle inventeur...</i>
<b>Sortie N°10</b>	28 mai	42 km	<i>Rappel des connaissances acquises tout au long ses sorties</i>	<i>Révision générale, sortie surprise sur la journée avec pique-nique</i>
<b>Bilan</b>			<i>Le bilan de l'action sera établi à l'occasion de l'assemblée générale du club et sera suivi d'un apéritif dînatoire auquel seront conviés les conjoints et les enfants des participants.</i>	

# Présentation et avancement des projets 2016



**ROC D'ARDENNE**

HOUFFALIZE 2016

29.04 - 01.05.2016

## Qu'est-ce que Roc d'Ardenne?

Après le grand succès des deux premières éditions, le Roc d'Ardenne sera de retour en Belgique et promet d'être à nouveau un des plus grands festivals de mountainbike en Belgique.

Le Roc d'Ardenne fait partie du programme des Roc Series aux côtés du Roc d'Azur (considéré comme la Mecque du MTB, avec ses 20 000 participants et plus de 25 nationalités) et du Roc des Alpes, déclinaison alpine du concept.

Dans le cadre du Roc d'Ardenne, auront lieu également les 'Happy Bike Days', une organisation de O2Bikers, regroupant des marques de l'univers outdoor et permettant de tester des vélos.



# Présentation et avancement des projets 2016

## Juin 2016 :

- semaine vélo route en Belgique, près de Liège, du 11 au 18 juin 2016,



- Fête du vélo.

## Septembre 2016 :

- Forum des associations.

## Décembre 2016 :

- Téléthon 2016.

## Janvier à Décembre :

- sorties sur route les jeudis et VTT les dimanches.

## Projets :

- le club renouvelle sa proposition de participation aux activités périscolaires,
- les sorties féminines les samedis après-midi et « VAE » (Véhicule à Assistance Electrique) en semaine, expérimentées cette année, seront reconduites. Les premières ont pour objectif de renouveler la population des pelotons en offrant à de nouvelles venues, dont les conjointes des adhérents, des sorties découvertes ludiques. Quant au VAE, il permet de maintenir dans le club ceux qui souhaitent appuyer un peu moins fort sur les pédales mais aussi d'accueillir de nouveaux cyclistes

# Questions diverses

- **Section féminine** (sorties envisageables avec les sorties « Découverte » qui seront mises en place par les clubs de l'agglomération, dans l'esprit de celles organisées par l'ASPTT et la Maison du Vélo les samedis après-midi, de mars à juin. Laxou ça roule proposera pour sa part deux sorties à thèmes avec départ du village ou de la passerelle du Champ le Boeuf)
- **Section VAE** (forte de 3 éléments à ce jour, elle ne demande qu'à grossir)
- **Réservation de matériel (site internet)**

# Questions diverses

**LAXOUCAROLE met à disposition de ses membres:**

**SÉCURITE et MÉCANIQUE - édités par la FFCT:**

- 1 CD: Prévention des accidents / 1 CD: Les gestes qui sauvent / 2 DVD: Cyclo mécanique

**MATERIEL:**

- 3 vélums / 3 tables / 6 bancs/ 1 plancha
- 1 vidéoprojecteur (pour visionner film ou photos sur un écran)
- 1 tandem (cliquer sur l'image)

Pour les réserver : [LAXOUCAROLE@WANADOO.FR](mailto:LAXOUCAROLE@WANADOO.FR)



# CHARTRE D'USAGE DU PRATIQUANT VAE (Vélo à Assistance Electrique)



Rappel des statuts de la Fédération française de cyclotourisme: titre I, article 1<sup>er</sup>, alinéa 2.

Le cyclotourisme est une activité sportive de loisir et de plein air, touristique et culturelle, excluant la compétition, et pratiquée sans but lucratif. Il utilise le cycle, mû exclusivement par la force musculaire. Le 05/06/2009 puis le 20/09/2013, le comité directeur de la Fédération française de cyclotourisme a adopté la décision d'autoriser sous certaines conditions l'usage du VAE.

## Démarche obligatoire

Fournir un engagement sur l'honneur attestant une difficulté à la pratique du cyclotourisme sur une machine classique mue par la seule force musculaire, du fait de l'état de santé ou de l'âge nécessitant l'usage d'une machine à assistance électrique. L'assureur fédéral prend en compte le vélo à assistance électrique utilisé selon les modalités définies par la FFCT. Pour les licenciés qui ne seraient pas assurés par l'assureur fédéral, il leur faudra vérifier que leur assureur garantit l'utilisation du VAE. Dans ce cas, une attestation de son assureur sera à fournir avec l'engagement sur l'honneur.

Le licencié transmet l'engagement sur l'honneur au siège fédéral de la FFCT, 12 rue Louis Bertrand, CS 80045 94207 Ivry sur Seine, signé par son titulaire et par le Président de son club, ou par le représentant départemental ou le Président du Codep concerné pour un membre individuel.

NB : le double de la charte est à conserver par son titulaire et à présenter lors de l'inscription à une manifestation de cyclotourisme organisée sous l'égide de la FFCT. La charte est téléchargeable sur GILDA, « gestion documentaire », « espace fédéral ». L'usage du VAE sera autorisé uniquement pendant les sorties individuelles, les cyclo-découvertes®, les sorties du club et les manifestations de cyclotourisme organisées par le FFCT, ses clubs et ses structures.

NB : son usage sera exclu dans tout encadrement et/ou stages de formation des cadres fédéraux.

Attestation sur l'honneur :

Le signataire atteste avoir des difficultés physiques ne lui permettant pas d'utiliser un vélo mu par la seule force musculaire et s'engage sur l'honneur:

- à signer la charte d'usage et à respecter les principes fondamentaux du cyclotourisme. Les présidents de clubs ou de codeps sont habilités à prononcer l'exclusion en cas de non respect,
- à ne pas modifier son vélo à assistance électrique afin que celui-ci conserve son fonctionnement d'assistance et sa vitesse limitée à 25km/h.
- à respecter la vitesse des groupes fréquentés, à ne pas se tenir en tête du groupe et ne pas lui servir d'entraîneur.
- à présenter la charte signée pour l'inscription aux manifestations autorisées.

Date (jj/mm/aaaa) : .....

Nom : .....Prénom : .....

âge .....

Adresse : .....

..... Adresse

mail : .....

..... N° de

téléphone:.....

..... N° Licence (si déjà

licencié) : .....

Signature : .....

Signature obligatoire du Président de club (ou représentant départemental ou président de CODEP pour un membre individuel) :

Nom du club ; .....

Nom signataire : .....

Département : ..... signature : .....



# 4 ème Festival du voyage à vélo

Villers-lès-Nancy 29/30/31 janvier 2016



Bonne année 2016  
à tous





PETITE VIDEO ET POT D'ÎNATOIRE DE FIN D'AG