



le tourisme à vélo

n°62

DE SELLE ...
... EN SELLE



CYCLOTOURISME-VTT





Le BUREAU DE LA SECTION CYCLO - VTT

Président & Trésorier Adjoint

Robert DONNIOU
53, rue Jean BART
95240 Cormeilles en Parisis
Tél : 01 39 78 56 37

Vice Président

Ghislain BAUDET
99, rue des champs Guillaume
95240 Cormeilles en Parisis
Tél : 01 39 31 17 54

Secrétaire et Animation Cyclo

Gérard GATIGNOL
53, rue de saint Germain
95240 Cormeilles en Parisis
Tél : 01 34 50 10 91

Sécrétaire adjoint et Animation Cyclo

Ghislain BAUDET
99, rue des champs Guillaume
95240 Cormeilles en Parisis
Tél : 01 39 31 17 54

Trésorier

Noël STIMOLO
31, rue Pierre BROSOLETTTE
95240 Cormeilles en Parisis
Tél : 01 39 97 44 42

Animation Cyclo Jacques DAGUERRE

Guy VOURCH
49, rue Jules FERRY
95240 Cormeilles en Parisis
Tél : 01 39 97 70 51

Animation VTT Sorties locales et en provinces

Benoit FER
2, rue du travers des Champs Guillaume
95240 Cormeilles en Parisis
Tél : 09 51 86 47 08

Animation - Médias

Michel PORCON
81, rue de Beauchamp
95150 Taverny
Tél : 09 51 86 47 08

Communication

Mickaël GRANDSIRE
5, rue Eugène GODARD
95100 Argenteuil
Tél : 06 88 54 11 54

Délégué sécurité

Alain STREVELLER
4, square Marie LAURENCIN
95240 Cormeilles en Parisis
Tél : 01 39 78 28 46

SOMMAIRE

Page 3	Edito
Page 4 à 17	La vie de la section
Page 18 à 19	Le calendrier semestriel des VTTistes
Page 20 à 22	Le calendrier semestriel des Cyclottes et Cyclos
Page 23 à 24	Photos, nouveau site internet, notre 1er partenaire

DATES A RETENIR



Vendredi 10 avril 2015 :
Assemblée Générale ACSC
au foyer Emy-les-Prés à 20h30



Lundi 22 juin 2015 :
Réunion trimestrielle de la section
Au local à 20h30



Local de la section
13 rue des Plâtrières
95240 Cormeilles en Parisis





Edito



Une nouvelle année

Les calendriers Cyclo et VTT 2015 sont maintenant disponibles. Comme vous pourrez le constater, ils sont riches et variés et nous espérons qu'ils correspondront à vos souhaits et à vos capacités. Côté Cyclos : un séjour dans le Gard (complet), une randonnée Itinérante (complète), une boucle dans les Yvelines qui passe par les Andelys, une randonnée sur la journée, de Cormeilles à St Valéry en Caux avec deux départs, l'un de Cormeilles pour 170 km et l'autre de Lyons la Forêt pour 100 km, des randonnées locales organisées par les clubs voisins et enfin, pour les plus sportifs, la randonnée Challenge Richon à Boulogne-Billancourt et une cyclosportive, La Ronde Picarde. Côté Vététistes : 14 randonnées locales et une randonnée en province, en Normandie près de Caen. Vous avez apprécié les choix et la qualité des sorties proposées en 2014 et vous étiez nombreux à y participer. Nous espérons que vous serez encore plus nombreux pour cette programmation et qu'elle pourra satisfaire un maximum d'entre vous.

Notre effectif a atteint un bon niveau en ce début d'année : 85 adhérents avec un léger rajeunissement. Espérons que cette tendance se confirmera et que nous verrons notre section grandir encore en 2015. Si la section se développe, c'est en grande partie grâce à notre présence au salon des associations et à l'image que notre club s'est forgée au fil des années : convivialité, dynamisme, ouverture vers les autres et toutes les pratiques (du randonneur au plus sportif).

Notre Communication et notre image évoluent avec la création, au sein du bureau, d'un poste important confié à Mickaël (la Communication). Sa première action a été de créer le nouveau site internet aux couleurs du club qui est accessible à tous. Il remplace, depuis l'Assemblée Générale, le blog qui était tenu par Jean-Luc depuis 7 ans (merci Jean-Luc). Le journal De Selle en Selle continue à vivre grâce à vos articles et la mise en page réalisée par votre président. Petite évolution cette année : il ne sera diffusé que 3 fois, au lieu de 4 précédemment. Une édition en février, une en juin et une en octobre. D'autres supports, type prospectus, seront adaptés aux couleurs du club.

Notre manifestation La Jacques Daguerre qui a lieu tous les deux ans, pourrait avoir une petite sœur. Nous allons proposer en alternance une autre randonnée de type boucle comme Zig-Zag en Yvelines. Cette randonnée sera programmée à la même date. Nous sommes tous concernés par la réussite de cette manifestation et comptons sur votre contribution.

2015 sera sûrement une bonne année riche et pleine d'enthousiasme !!

Robert



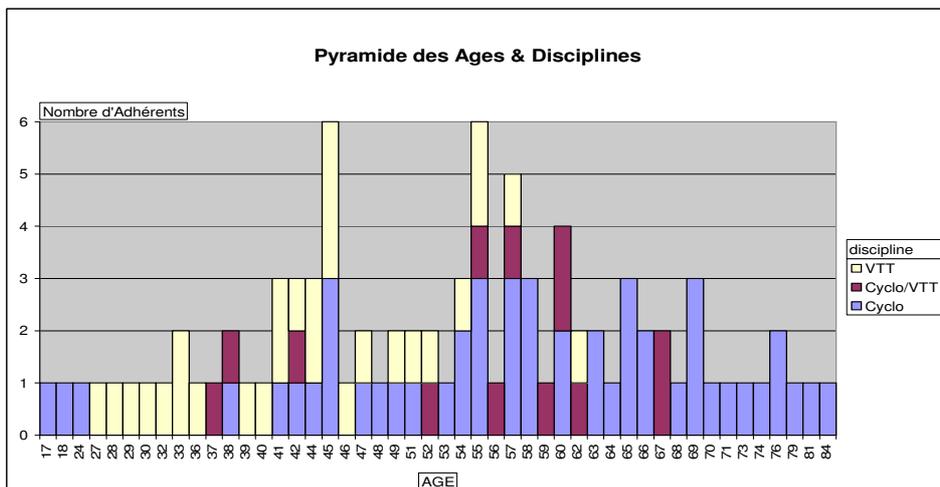


La Vie de la Section

Nouvelles de nos adhérents

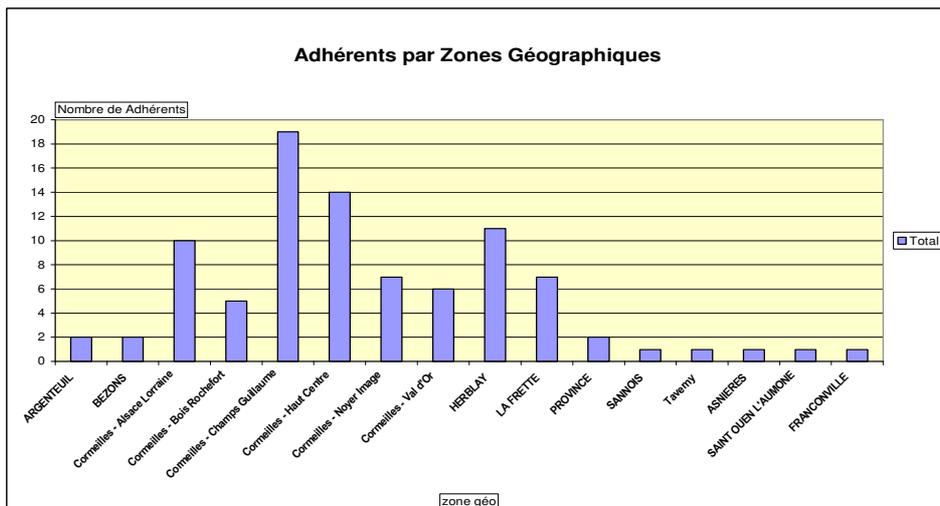
Où en est notre effectif

La section rajeunit, l'âge moyen de la section est de 52,8 ans au 31 décembre 2014 pour 54,5 ans fin 2013



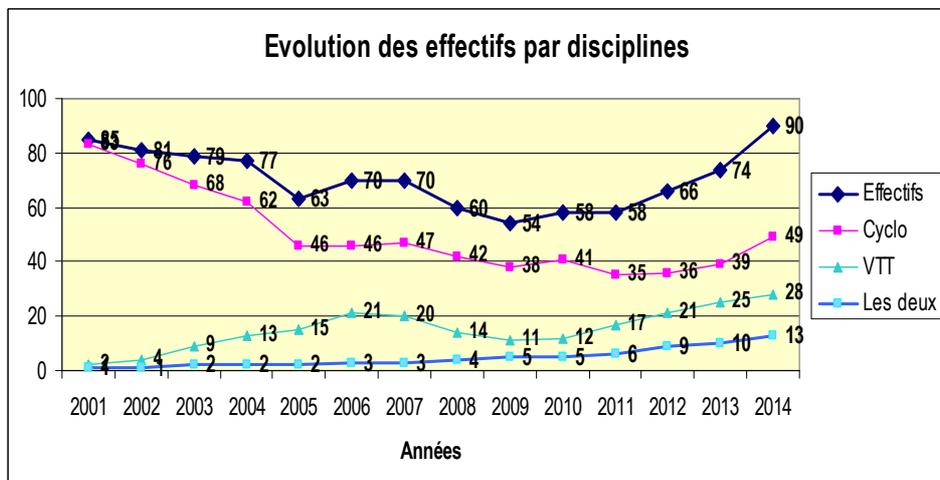
Age moyen par disciplines

Vététistes = 42,9 ans
 Cyclos = 56,4 ans
 Bi's = 54,8 ans (ceux qui pratiquent les deux)



Répartition

	2013	2014
Cormeillais	50	61
Hors Agglomération	7	8
De l'Agglomération	67	82





La Vie de la Section



A inscrire sur votre agenda

L'Assemblée Générale de l'ACSC

Le vendredi 10 avril 2015

A Emy les prés à 20h30

Les sections recevront la convocation pour diffusion auprès des adhérents.

Réunion Trimestrielle de la Section

Aura lieu le lundi 22 juin 2015

Au local à 20h30



77ÈME SEMAINE FÉDÉRALE INTERNATIONALE
DE CYCLOTOURISME DU 2 AU 9 AOÛT 2015

Bienvenue au Sud

Pour sa 77ème édition, la Semaine Fédérale de Cyclotourisme revient à ALBI dans le sud de la France. Petits ou grands, amateurs ou cyclistes expérimentés, venez visiter et découvrir des lieux exceptionnels. De l'incontournable cathédrale Ste Cécile à la route du Pastel, du vignoble Gaillacois au bassin minier de Carmaux, du pays de Cocagne à la vallée du Tarn, on vous attend sur les routes de notre département.





La Vie de la Section

Compte Rendu de l'Assemblée Générale de la section du vendredi 23 janvier 2015 au local

Rapport Moral

L'assemblée Générale est notre premier rendez-vous de l'année et le moment de faire le bilan de l'année passée. Pour cette édition, nous avons eu la surprise d'accueillir près de 40 membres (5 membres se sont excusés). C'est un bon cru, pour la troisième année consécutive. Je ne vous cache pas ma satisfaction. Cette année, 8 membres du bureau étaient présents (Guy étant absent).

Mme Eliane TAVAREZ, maire adjointe chargée des sports, s'excuse de ne pas être présente ce soir car elle est retenue par des obligations. La mairie est représentée par M. Christophe BRIAULT, conseiller municipal. M. Dominique MEANCE président de l'A.C.S.C. ne peut pas se joindre à nous et s'en excuse car il est à l'Assemblée Générale du Comité de Jumelage.

Nous commençons notre AG vers 21h.

Une pensée pour ceux qui nous ont quittés cette année : deux bons copains avec qui nous avons passé de bons moments et qui étaient connus pour leur bonne humeur et leur gentillesse, Robert GROBOIS le 7 Mai dans sa 71ème année, Jean-Marc JACQUOT le 30 juin dans sa 63ème année. Nous étions nombreux à les accompagner pour un dernier hommage. Deux autres anciens adhérents nous ont quittés en cette fin d'année, Henri BRASSEUR 81 ans qui était le fondateur de l'école cyclo et Joseph BANIEL 84 ans.

En leur hommage ainsi qu'aux victimes des attentas, nous avons observé une minute de silence.

Nous avons terminé 2014 avec un effectif de 90 membres soit 16 de plus qu'au début de l'année : 49 cyclos (+10), 28 Vététistes (+3) et 13 Bi (+3). A cette occasion, je vous les présente dans l'ordre d'arrivée : Christophe CORNILLOT, Richard NGUESSAN, Jean-Louis PEGUES, Maxime TRIQUENAU, Jocelyne BOULANGER, Elisabeth JOUBERT, Marc PAPEGHIN, Christian CACCIUTTOLO, Stéphane VERRIER, Pierre LE PENNEC, Frédéric CORDIER, Fabrice BUHLER, Vitor MATOS, Nathalie CORNILLOT, Guy MILLERIOUX et Ludovic LAVIEC. Six d'entre eux sont venus nous voir au Salon des Associations au mois de septembre et ont concrétisé. Nous espérons les voir souvent pour les sorties à venir.

Nous pouvons nous féliciter de la croissance de la section qui depuis 4 ans a presque doublé son nombre d'adhérents. Cette augmentation est le fruit de notre capacité à faire découvrir nos pratiques (cyclo et Vtt) et ses bienfaits sur notre santé. C'est aussi notre capacité à communiquer sur notre passion et tout simplement donner l'envie de découvrir notre région et même au-delà. Etre nombreux, c'est bien car cela garantit l'avenir de notre section.

Nous partageons tous la même passion avec des pratiques très variées et il faut que chacun y prenne du plaisir. C'est pour cela que les membres du bureau, et même parfois au-delà, se mobilisent pour vous préparer des séjours « clefs en mains » et des randonnées qui doivent satisfaire autant que possible le plus grand nombre.

Petit retour sur 2014

La section continue de grandir et se porte bien. Un effectif en hausse depuis 4 ans. 2011= 58, 2012=66 (+8), 2013= 74 (+8) et 2014= 90 (+16) un record. Bien sûr, il y a aussi des départs mais le solde est largement positif.

Démographie : 6 adhérents ont moins de 30 ans, 37 moins de 50 ans, 61 ont moins de 60 ans, 20 ont entre 60 et 70 ans et 9 plus de 70 ans dont Paul notre doyen qui a eu 84 ans.

Nos adhérents par zone géographique : 61 Corneillais, 82 dans la communauté d'agglomération et 8 hors Communauté d'agglomération.

Ils ont été victimes de chute sur route ou à VTT : Marie-Agnès DRAON, Georges TEIXEIRA, Vincent MAUVILLAIN, Marc ELOY, Noël STIMOLO et Jean-Paul GAILLANDRE ; des chutes sans gravité dont ils se sont bien remis.





La Vie de la Section

Comme chaque année, nous avons organisé le samedi 15 février au restaurant-club «les Lions du Val» à Herblay, la soirée familiale en collaboration avec la section des randonneurs pédestres. Le thème de la soirée était « La Country ». 28 membres de la section y ont participé ainsi que 8 extérieurs, le code vestimentaire a été bien suivi et la fréquentation stable.

Au printemps, la remorque a fait l'objet d'une ultime mise à niveau suite à l'examen approfondi de notre ami Alain (vérification de l'essieu et de la boulonnerie). Il a découvert une usure anormale de l'essieu suite au cheminement des fixations. Elle a été renforcée, l'opération a été réalisée par Alain, Jean-Paul et Noël.

L'organisation phare de l'année :

La rando itinérante Cormeilles-Ware avec la participation de 14 cyclos et de 5 accompagnants. Un séjour de 5 jours et un périple de 340 km à travers le Vexin, la Picardie, Le Sussex (Newhaven, Brighton, Redhill) Londres et enfin Ware. Cette belle aventure, c'est plus d'un an de préparation avec le soutien de la présidente du comité de jumelage (Laurence Méot) et du Président de l'ACSC (Dominique Méance). Merci à nos traducteurs (Colin et Dominique), à notre chauffeur du minibus (Marc du Swing Paris Orchestra) et à nos accompagnatrices, Jocelyne, Elisabeth et Thérèse. Merci à l'adjointe aux sports (Eliane TAVAREZ) et au Conseiller municipal (Carlos SOARES) pour leur soutien et leur présence.

Le samedi 29 novembre :

La section a fêté son 30ème anniversaire au restaurant Les Archanges en présence d'Eliane Tavarez maire adjointe aux sports, Anita Bernier conseillère générale du Val d'Oise et Dominique Méance président de l'ACSC. Retrouvailles pour les anciens et découverte pour les nouveaux. Un grand moment festif, avec une superbe ambiance, beaucoup de partage et de la bonne humeur. Les anciens dirigeants, à l'origine de la création de la section Pierrette Thieffry, Alain Bailles et Daniel Lecomte étaient heureux de participer à la soirée et de retrouver leurs amis cyclos. Le repas a été bien apprécié et les sept musiciens de Irish Korm ont ponctué la soirée avec de la musique irlandaise, pour notre plus grand plaisir. Tous les participants ont tenté de répondre aux quinze questions du quiz dont le thème était le cyclisme et même avec l'aide des smartphones, ils n'ont pas trouvé toutes les réponses. Comme à son habitude, Jacky a fait le tour des tables avec quelques histoires croustillantes. La soirée s'est achevée vers minuit.

Le dimanche 14 décembre :

Le pot de fin d'année. Un moment particulièrement apprécié où cyclos et vététistes ont pu se rencontrer et échanger. Merci à toutes et à tous pour cet excellent moment de convivialité. Le samedi 20 décembre Rémy VALLANA a proposé un baptême de piste au vélodrome de St Quentin en Yvelines. Cette organisation a été bien appréciée. Une vingtaine de Cyclos et de Vététistes y ont participé.

Communication

Le Blog et la page Facebook

Le blog qui est suivi par Jean-Luc a vu sa fréquentation (nombre de visiteurs) encore augmenter en 2014. Le nombre de visiteurs qui était de 19 398 en 2013 est en 2014 de 29 168 soit une moyenne de 2 431 par mois. Cet intérêt pour le blog est dû à la mise à jour quasi quotidienne et à la diversité d'informations (articles, photos, comptes rendus, calendrier...) que nous diffusons tout au long de l'année.

La page Facebook qu'anime Michel tout au long de l'année permet de diffuser des informations sportives et fait de la promotion pour la section ou pour les clubs amis. Ces deux supports de communication donnent une image moderne de la section, de la visibilité sur les organisations passées et à venir et contribue à faire venir de nouveaux adhérents.

Notre présence

Déjà trois ans que j'assume la présidence de la section, et que je suis de près ces activités.

A commencer par les réunions de bureau et les réunions trimestrielles que je partage maintenant avec Ghislain. Nous sommes présents aussi aux réunions trimestrielles du codep95 et aux réunions du Comité Directeur de l'ACSC. Et j'en profite pour remercier les 7 ou 8 membres présents à l'assemblée générale de l'ACSC ainsi que les adhérents et les membres du Bureau présents au Salon des Associations en septembre.





La Vie de la Section

Bilan des « routiers » :

En 2014 nous avons participé à 22 randonnées :

18 randos dans les clubs voisins, essentiellement des sorties dominicales mais aussi sur la journée comme :

- La ronde des châteaux : toujours bien organisée
- Levallois Honfleur : 11 sur 2700 participants
- De selle en selle

3 randos sur la journée organisée par le club

- Zig-Zag en Yvelines
- Cormeilles – Les andelys

Ces 2 sorties sous forme de boucle ne nécessitent aucune logistique, si ce n'est la réservation d'un resto pour le midi.

La troisième c'est Cormeilles – Le Tréport avec un beau parcours de Guy, douche et moules frites à l'arrivée. J'en profite pour remercier Alain, Robert et Nathalie nos 3 chauffeurs qui se sont portés volontaires.

Enfin Cormeilles Ware, séjour de 5 jours organisé par notre président Robert.

Si l'on fait le cumul des participants sur ces 22 sorties, nous étions 306 soit une moyenne de 13.9 par rando contre 12.3 en 2013.

Bravo à tous

Bilan des « Vététistes » :

En 2014, la section VTT a participé à 14 randonnées dont 5 dans le Val d'Oise, 7 dans les Yvelines, 1 en Seine et Marne et 1 en Bretagne. Cette randonnée en Bretagne, c'était pour la troisième année consécutive Les Roc'h des monts d'Arrée avec 15 Cormeillais qui se sont éclatés sur des parcours de 80 et 100 km dans les landes et les forêts du parc naturel Régional d'Armorique.

Cette année, il y a eu 112 participants soit 10 de moins qu'en 2013.

Comme vous pouvez le constater, le nombre de participants est en légère baisse, J'espère que nous serons plus nombreux en 2015 compte tenu de l'effectif et de la richesse du calendrier.

Bilan Financier

Le bilan financier présente un solde négatif de – 213,92 €. Ce résultat, pratiquement à l'équilibre, est dû pour l'essentiel à la subvention exceptionnelle de 1694 € pour notre participation à Cormeilles – Ware et pour la soirée anniversaire des 30 ans de la section au restaurant Les Archanges.

Les charges de fonctionnement sont maîtrisées suite à la mise en place de la numérisation du journal. L'essentiel de la dépense est liée aux dépenses d'assurance (local et remorque) La majeure partie du budget a été consacrée aux dépenses dédiées aux sorties organisées locales et en province (2115 €). Pour assurer un meilleur confort sur le deuxième point de départ à Méry sur Oise, nous avons acheté un barnum de 9m de long par 3m de profondeur d'une valeur de 150 €.

En 2015

Effectif :

A ce jour 85 adhérents ont renouvelé leur cotisation.

7 adhérents n'ont pas renouvelé : Marc PAPEGHIN, Pascal RIVOL, Elisabeth JOUBERT, Jean-Pierre VITORINO qui a créé un club Vtt à Herblay, Raphaël EYRIGNIOUX, Maxime TRIQUENAU et Hicham BOUSRAOU.

2 nouveaux au mois de janvier : Benjamin TRIQUENAU et Michel DEFRANCE (de retour)

La Soirée Familiale :

En 2015, il n'y aura pas de soirée. La prochaine est prévue en février 2016.

La Communication :

Dans la continuité de 2014, la communication sera bien présente avec un nouveau prospectus. Il sera mis à disposition dans les présentoirs de la mairie de Cormeilles et de la Frette, les affiches et les prospectus pour le salon des associations et enfin le journal qui est maintenant diffusé en version numérique et disponible en passant par le blog. Cette année, nous serons encore plus actif pour faire connaître notre section et ses atouts pour qu'elle continue de grandir.





La Vie de la Section

La subvention municipale

La subvention versée aux sections fin 2014 est de 123 074 € pour 123 175 € fin 2013.

Compte tenu de l'augmentation du nombre d'adhérents, et de la mise en place de nouvelles règles de répartition, la subvention a légèrement augmenté : 1 256 € en 2014 pour 1 049 € en 2013. D'autre part, nous avons eu une subvention exceptionnelle de 1 694 € pour notre randonnée itinérante Cormeilles - Ware et pour la soirée anniversaire des 30 ans de la section.

Prix de la licence

Nous avons augmenté le prix de la licence pour 2015 de 5 € dont 4,5 € pour la section et 0.5 € pour la fédération. Cette augmentation est destinée à compenser la diminution de notre subvention prévue en 2015 et estimée à environ 7 € par adhérent. Cette baisse est la conséquence de la mise en place d'une nouvelle répartition de la subvention municipale en faveur des sections qui accueillent des jeunes.

Les projets de randonnées extérieures

Les sorties dominicales :

La saison commence le 15 mars par la randonnée d'Andrésey.

Les sorties le samedi et les séjours :

Le samedi 28 mars :

Une nouveauté avec la rando de Boulogne Billancourt (110 et 200 Km). Nous ferons le 110 avec la vallée de Chevreuse et le ravitaillement aux étangs de Hollande.

Le samedi 2 mai

Frépillon - Gerberoy (150 et 200 Km) départs de Marine ou de Frépillon.

Le samedi 16 mai

Cormeilles – Les Andelys (167 Km)

Guy a modifié le parcours avec la route des crêtes et un retour un peu différent. Le repas se fera toujours à Ecos.

Du 23 au 30 mai séjour dans le Gard

Le samedi 13 juin

La Franck Pineau à Auxerre (130 ou 160 Km). Départ le matin avec la remorque.

Le samedi 27 juin

Cormeilles – St Valéry en Caux. Départ de Cormeilles 180 Km. Départ de Lyons La Forêt 100 Km

Cette randonnée ne se fera que si il y a des chauffeurs pour le minibus et les véhicules

Randonnée Itinérante

Du mercredi 1er au dimanche 5 juillet - Cormeilles – Bruges

Rallier Bruges en Belgique, c'est environ 340 km en trois jours de vélo avec deux escales l'une à Amiens et l'autre à Lille.

Après nos trois jours de randonnée, nous profiterons pleinement d'une journée et demi pour visiter Bruges.

Randonnée plus sportive

Le 12 septembre La ronde Picarde à Abbeville

C'est une cyclo sportive de 128 ou 180 Km. Parcours roulant mais venté avec une bosse de 400m à 15%.

Le samedi 26 septembre De Selle en Selle (150 Km)

Randonnées VTT

L'XTREM VTT de Normandie à Amayé-Sur-Orne, près de Caen les 5 et 6 septembre





La Vie de la Section

La Jacques DAGUERRE

En 2015, ce sera la 8ème édition ; Elle aura lieu le dimanche 30 août

Il y aura 2 départs, comme en 2013, mais cette fois le deuxième sera à Méry sur Oise. 8 parcours proposés : 4 au départ de Cormeilles et 4 au départ de Méry sur Oise. Il y aura aussi un nouveau fléchage. Cette nouvelle formule avait amené des cyclos de l'ouest du département qui ne venaient pas habituellement. Nous comptons sur vous pour que ce soit à nouveau une réussite. Nous vous espérons aussi nombreux que vous l'étiez lors de sa 7ème édition le 1er septembre 2013 car elle ne peut se faire qu'avec votre mobilisation.

Budget

Il a été élaboré de façon à satisfaire encore le plus grand nombre. Cette année, nous subventionnerons 10 sorties locales (5 pour les cyclos et 5 pour les vététistes), une semaine dans le Gard et un séjour itinérant de 5 jours de Cormeilles à Bruges en Belgique et d'autres projets que Ghislain, Noël et Benoit vont vous commenter.

Montant de la Participation du club aux sorties

Pour 2015, nous reconduisons le montant des participations pour les sorties en province. Le montant varie en fonction des dépenses de transport de 13 € mini à 20 € maxi par personne. Nous avons mis en place cette grille en 2013 pour favoriser la participation aux sorties locales et pour en augmenter le nombre. Le nombre de bénéficiaires a légèrement augmenté : 222 en 2014 dont 84 Vététistes et 138 Cyclos ald 212 en 2013. Pour 2015, nous espérons vous voir au moins aussi nombreux. Les dépenses consacrées aux sorties en 2014 sont de 2 115 € et le budget prévu pour les sorties en 2015 est de 2 000 €.

La sécurité

La section, c'est aussi la sécurité de chaque membre sur la route et c'est l'affaire de tous.

Alain a la lourde tâche de vous rappeler avec diplomatie, les règles élémentaires du Code de la route et il essaye de les faire respecter en toutes circonstances.

Les accidents, cela arrive, et pas seulement aux autres

Autre formalité obligatoire, le renouvellement du conseil

En sont membres actuellement les 9 personnes suivantes :

Robert DONNIOU, Gilbert AUGER, Ghislain BAUDET, Benoit FER, Gérard GATIGNOL, Michel PORCON, Noël STIMOLO, Alain STREVELER et Guy VOURCH.

Cette année, Gilbert AUGER quitte le conseil après 17 ans de bons et loyaux services. Après de longues années de bénévolat en tant que membre, rédacteur du journal, vice président, président et enfin conseiller du nouveau président, il redevient un simple adhérent. Au nom du bureau et de tous les adhérents, je te remercie pour ton dévouement et ton aide précieuse et à cette occasion, j'ai le plaisir de te remettre ce modeste cadeau.

1 nouveau poste : La communication

J'ai sollicité Mickaël GRANDSIRE pour qu'il prenne en charge ce poste. Il m'a répondu favorablement et je le remercie. Comme vous avez pu le constater, Il n'a pas perdu de temps car il a déjà réalisé l'affiche de La Jacques DAGUERRE 2015. Il a travaillé aussi depuis plusieurs semaines sur un nouveau site internet qui est maintenant disponible. Vous l'avez peut-être découvert. A terme il remplacera le blog créé il y a 7 ans et suivi par Jean-Luc que je remercie pour sa disponibilité et ses compétences (7 ans de suivi ce n'est pas rien).

Nous allons donc commencer 2015 avec un conseil composé de 9 membres.

Président : Robert DONNIOU

Vice président : Ghislain BAUDET

Trésorier : Noël STIMOLO

Trésorier adjoint : Robert DONNIOU

Secrétaire : Gérard GATIGNOL

Secrétaire adjoint : Ghislain BAUDET

Animateurs « Route » : Ghislain BAUDET et Guy VOURCH





La Vie de la Section

Animateurs « VTT » : Benoit FER
Animation médias : Michel PORCON
Délégué Sécurité Club : Alain STREVELER
Communication : Mickaël GRANDSIRE

Quelques infos diverses :

- Nous ne ferons pas de réunion de club au mois d'avril, elle sera remplacée par un départ commun du local avec un petit déjeuner.
- nous envisageons de faire en alternance avec La Jacques Daguerre, une autre randonnée de type boucle comme Zig-Zag en Yvelines à la même date.
- Nous devrions passer une nouvelle commande de maillot à l'automne. Nous recueillerons vos demandes avant l'été.
- le club est sur le réseau social FACEBOOK, vous pouvez le consulter si vous vous inscrivez. Adresse : accscyclovttcormeilles@gmail.com et sur le site de la Ville Entre Corneillais.

Clinique Osthéopathique Européen de Cergy : Le partenariat a été renouvelé pour l'année 2014 – 2015
Une consultation peut être faite (un bilan est effectué gratuitement puis un traitement adapté peut être fait à condition d'adhérer à leur association 55 euros pour l'année)

Certains d'entre vous ont peut être un Comité d'Entreprise qui peut leur prendre en charge une partie de la cotisation annuelle. Nous pouvons leur fournir un justificatif.

Appel aux questions diverses.

Intervention de M. Christophe BRIAULT

Il note qu'il y a une très bonne ambiance dans la section et nous suggère de faire appel au sponsoring pour améliorer les finances de la section.

La soirée se termine vers 22 h par le pot de l'amitié

Maillots en stock

Vous n'êtes pas encore équipé ou bien vous voulez compléter votre panoplie, il reste encore quelques maillots, alors profitez du stock.



**Maillot été
manches courtes = 26 €**

Taille 2 = 1

Taille 4 = 1

Taille 5 = 2

Taille 6 = 2

**Maillot
manches longues = 28 €**

Taille 2 = 1

Taille 5 = 1

Taille 6 = 2

Taille 7 = 1

Maillot coupe vent = 26 €

Taille 5 = 1

Taille 6 = 1

Blouson mi-saison = 40 €

Taille 8 = 1

Cuissard = 30 €

Taille 7 = 2

Appeler le président au 0675306793





La Vie de la Section

Alors Raconte !!



Ça s'est passé chez les VTTistes



GRAND RAID Réunion • 23 au 26 Octobre 2014 •

LA DIAGONALE DES FOUS 173 KM - 9996M D+

Le Grand Raid est le principal ultra-trail organisé sur l'île de La Réunion, département d'outre-mer français dans l'océan Indien. Organisée au mois d'octobre, probablement l'une des plus difficiles du monde dans son genre, l'épreuve consiste en la traversée de l'île.

Son départ est donné dans le sud-est de l'île, à Saint-Joseph, Saint-Philippe ou Saint-Pierre. Les 2 200 concurrents entament ainsi la course par l'ascension du massif du Piton de la Fournaise. Ils poursuivent ensuite leurs efforts dans les cirques naturels de l'île, parmi lesquels Cilaos et Mafate. L'arrivée est jugée après environ 22 heures de course pour les meilleurs, au stade de La Redoute, à Saint-Denis. De fait, les participants traversent donc l'île du sud-est au nord-ouest en passant par les Hauts. Vu la distance et le dénivelé positif, cette course a le surnom de **Diagonale des Fous**.

Claude MOUGIN l'a tenté mais...

Bonjour à tous, de retour sur terre après cette aventure qui n'a pas abouti comme je le souhaitais. En tous les cas je ne suis pas blessé et aucune douleur aux jambes ou à la carcasse de la bête ... Le départ déjà compliqué car il fallait d'abord patienter debout en file d'attente pendant plus d'une heure pour déposer des sacs d'allègements que l'organisation dépose sur le parcours. Ensuite 22h30, le départ très rapide en ville avec la traversée de la ville de St Pierre bordée de chaque côté par une immense foule digne du tour de France. Une heure plus tard, le dénivelé avec beaucoup d'embouteillage en file indienne et un pointage qui ralentit les coureurs pendant près d'une heure. Vient ensuite dès le début de la matinée la pluie avec un immense borborygme sur le tracé. Jusque là tout va bien. Je sais que je suis dans le dernier tiers mais la route est longue. Toujours la pluie, dans la matinée nous sommes entassés sous un barnum minuscule pour un ravito, impossible de bouger un bras pour s'alimenter. Je continue la montée de Kerveguen et pas de douleurs aux jambes. De nombreuses heures plus tard arrivée à Cilaos avec du soleil. Gros ravitaillement mais impossible de m'alimenter ça ne passe pas, une seule orange dans l'estomac pour affronter le piton des neiges à 2700 m pendant 5h. Plus beaucoup d'énergie dans les jambes, je croise de nombreux raideurs qui font demi-tour et là je pense aux copains pour ne pas abandonner. Arrivé au bloc avec plus d'une heure d'avance avant la fermeture du poste et seulement eau et coca pour ravito, tempête de vent et pluie à volonté pour la descente pendant 3h15 dans les rochers et la boue. Le dernier km est roulant et avec un petit groupe nous forçons l'allure à 10km /heure pour être dans les temps. Désolation et tristesse pour tous : le chronométrage est fermé et le chef de poste ne veut pas scanner nos dossards pour pouvoir continuer la course pour seulement 13 minutes de retard. C'est fini après 83 km, 26h27mn et 4000 m dénivelé. Nous sommes trempés et grelottants, chacun sort sa couverture de survie pour dormir à l'abri de la pluie. (la mienne a des années et se déchire en lambeaux). Plus tard, 2 bus nous acheminent vers Saint Denis ; ce qui n'est pas toujours prévu par l'organisation et sur le stade, le patron du grand raid Robert Chicaud nous explique que le chef de poste devait nous laisser continuer la course, vu les conditions météo et que la barrière horaire de la descente n'était pas adaptée. Il nous demande même de faire un courrier de réclamation au directeur de course ! Voilà en gros ce qui est arrivé, petite consolation, il y a eu 48% d'abandons, la diagonale la plus dure de son histoire. L'année prochaine est annoncée comme plus facile ... A suivre.

Claude.





La Vie de la Section

Dimanche 2 novembre 2014 La randonnée Verte à Andrésy

Comme vous avez pu le suivre dans nos différents échanges, Bruno, Fabien et moi avons opté pour l'option Cormeilles - Andrésy à Vélo. Nous avons donc programmé 6h50 départ d'Argenteuil, 7h00 à la gare avec Fabien et 7h10 chez Bruno.

Il est 6h45 et en me préparant, je vois mon téléphone qui clignote. Je regarde le SMS reçu à 1h30 du matin, Bruno m'annonce qu'il a un empêchement et qu'il ne pourra pas venir (Malgré le motif sérieux, on se doute tous qu'il a trop fait la fête la veille ou que la distance de 45km + 2*13km lui ont fait peur ;-)

Vite, allons sur Internet pour voir où est le départ (Et oui, je comptais sur Bruno...) et je rejoins donc la gare à 7h00 dans la nuit avec les éclairages de mon fils. Fabien me rejoint 1mn après et c'est parti pour la route d'Andrésy. Il n'y a pas un chat et sans se rendre compte, on est déjà arrivés, il est 7h45.

Vu qu'on a la liste, on attend en se ravitaillant et à 8h00, on appelle Anthony et Olivier M pour savoir où ils sont. Ils annoncent une arrivée GPS à 8h10 et nous demandent de prendre leurs entrées. Il est 8h20, toujours personne et là, comme moi, vous vous doutez qu'Olivier M a sûrement dormi plus longtemps que prévu :) . Donc on rappelle et on dépose les plaques au Gymnase et me voila parti à 8h30 avec Fabien pour 45km. Comme moi, Fabien n'a pas roulé depuis 3 semaines, on est donc sur un pied d'égalité.

Les 17km jusqu'au 1er Ravito sont super agréables. Soleil, forêt d'Automne, roulant, bref, magnifique. On repart après le 1er Ravito et on arrive à la bifurcation 35-45km. On se pose un peu la question sur le chemin à prendre vu qu'on a le retour à Cormeilles mais on continue quand même sur le 45km et les choses sérieuses commencent. De bonne montées et on pense beaucoup au Ravito 2 car mine de rien, il est au Km 50 et 3 semaines sans rouler, ça se ressent. La dernière montée avant celui-ci, je mets pied à terre 10m avant la fin mais Fabien s'accroche et réussit à monter, par contre, arrêt obligé pour souffler en haut et en repartant, personne dans le rétro. La côte l'a achevé mais le ravito est là.

Voici Anthony et Olivier M sur le 35km qui nous rejoignent au ravito. Olivier M a les yeux qui brillent en voyant son futur BMC, oh oh, réveille toi, ce n'est pas encore le tien :)

Nous repartons pour les derniers 13km (Encore 26 pour Cormeilles) et on se fait larguer par nos 2 compères qui ont à peine 23 km dans les jambes. Mais après 5km, 2 roses dans le viseur, je les rejoins dans une côte et j'entends l'excuse des tendinites (Hein Anthony ;-)) mais arrivé en haut, j'attends Fabien qui a été ralenti. On croise un Vincent 2 (Clavicule cassée) et là, c'est l'arrivée, il est 11h40, 62 Km au compteur. On discute à 4 devant une boisson et un sandwich et on repart à 12h00 pour les 13 derniers Km (16 pour moi). Fabien m'annonce qu'il est mort et compte sur moi pour nous emmener. Nous voila donc à 30 de moyenne et le club de Mesnil le Roi, nous double. Aspiré à 35km, ça file et le rythme est rapide (trop) mais malheureusement ou heureusement, il tourne à la N184 (forêt de saint Germain). J'attends Fabien qui n'a pas choisi le bon cheval, et nous revoilà partis avec un vent de face. Je maintiens les 28km/h mais à peine 22km/h dans les rafales mais bon, faut rentrer.

Arrivé à Herblay, plus personne dans ma roue. Fabien a décroché, il est mort. C'est bien la première fois que je le vois dans cet état. Du coup, je le chambre en disant qu'il peut appeler sa copine pour se faire récupérer avant la montée de Cormeilles, il faut en profiter, pour une fois que ça arrive... :)

On se sépare à La Frette et me voici rentré à 12h40, 77km, 850m de D+ et 17,7 km/h de moyenne!

En conclusion, super rando ensoleillée et je ne regrette pas du tout d'y avoir été en vélo. A refaire l'année prochaine.

Mickaël

Sortie club Montmorency du dimanche 23 novembre 2014

Ce matin après une petite nuit, je n'envisageais pas une seconde une escapade dans la forêt de Montmorency, mais voilà ils en avaient envie alors ! Elle est belle cette forêt, et c'est dommage de ne pas en profiter en toutes saisons. Allez, on y va. Tout commence par la rue Gabriel Péri que j'ai toujours un peu de peine à monter à froid. Ludovic (le petit dernier) est dans ma roue. Il a fait l'acquisition d'un VTT (un vrai) et a revendu son VTC (un vrai) : une bonne opération, il me semble.

Il va pouvoir étrener cette nouvelle monture. Tout n'est pas encore au point, la selle est un peu basse, des petits problèmes de pédales et de chaussures (un cumulard ce Ludovic). Passé Taverny, les premières montées se passent bien et nous ne sommes avec Ludovic qu'à quelques encablures du peloton de tête. Christophe P, comme à son habitude, n'est pas très loin et veille sur nous (merci Christophe).





La Vie de la Section

Sortie club Montmorency du dimanche 23 novembre 2014 - suite

T'inquiète, on assure ! Le grand projet de cette matinée est d'aller vers le château de la chasse. Jean-Luc programme son GPS et nous voilà repartis. Après une longue descente, un regroupement (et pour certains un petit pipi) nous repartons. Nous n'irons pas bien loin, Didier qui est juste devant moi vient d'exploser, non pas lui, son pneu arrière. Une entaille de 1.5 cm dans le pneu, bizarre le truc, on n'a pas retrouvé l'intrus. Belle réparation en perspective. Il faut découper un bout de chambre à air, afin de boucher le trou dans le pneu pour éviter que la chambre neuve ne passe à travers. Christophe est à la manœuvre avec Didier et un petit quart d'heure plus tard, nous repartons. Deux nouveaux Vététistes nous accompagnent. Dommage, nous ne sommes pas nombreux et peu représentatifs du niveau de la section (surtout moi). Les montées et descentes s'enchaînent et Ludovic tient le coup. A quelques encablures du château, je trouve que mon pneu avant est un peu mou, effectivement c'est une crevaison lente. J'arrive au pas, au château où nous avons décidé de faire une pause et je m'empresse de réparer. Je ne sais pas si c'est le fait d'être président mais ils m'on chouchouté et j'ai même pu manger ma barre de céréale alors que les copains finissaient la réparation. Merci les copains ! Le soleil est bien présent, il fait doux et il y a une lumière sur l'étang et sur le château ; c'est super. Nous repartons tranquillement vers Taverny. Ludovic s'accroche mais la fatigue est là. Nous sortons de la forêt à Taverny, comme d'habitude, pour rejoindre Cormeilles et échangeons un instant avec Eric sur la vie et le fonctionnement du club. Nous espérons les revoir bientôt pour une nouvelle randonnée.

Robert

Avec Les Choucas Cellois le dimanche 23 novembre

Un bon temps pour aller chasser dans les montagnes des choucas. Au menu, 36 km avec les choucas rouges, ou 28 km avec les choucas noirs. Involontairement, je me suis retrouvé dans l'un des 2 groupes de choucas noirs "croaaaaa" car je n'avais pas entendu l'appel de Jean François pour le départ des rouges. Bon me voilà avec les noirs, faudra que j'assume. En effet, suite à une chute à VTT à vitesse zéro, j'ai des douleurs persistantes aux trapèzes qui m'empêchent de bien respirer. Ceci dit, nous partons à 19 (9 Cormeillais et 10 choucas)



Cyrille mène la grande troupe à travers bois, en passant Rocquencourt pour rejoindre Vélizy via des single tracks parfois trialisant. Quelques chutes comme Pascal Troles, Hamid Chouabi et l'inévitable Richard ! Dans ces merveilleuses couleurs automnales, Cyrille nous emmène dans les coups de cul dont il a le secret ! La côté de cheville où Fabien le Cormeillais excelle, le seul à avoir grimpé la côte sans mettre pieds à terre ! Champion ! De mon côté, j'avais comme compagnons souvent les derniers choucas noirs, Hamid et Richard. Aucune prise de risque pour moi aujourd'hui, mais en définitive super content de randonner avec les choucas noirs, on sent qu'ils ont l'habitude de se confronter aux dénivelés Comme à mon habitude, je me sens mieux à la fin qu'au début ! Richard, au bout du 15e km me souffle : j'ai l'impression d'avoir fait déjà plus de 30 bornes ! Chapeau aussi à lui, il a tenu jusqu'au bout. A ceux qui me charrient sur mon matériel, je n'ai pas crevé et mes pneus ont bien tenu dans la boue. Le VTT était en état nickel, malgré les commentaires d'un certain écureuil et d'un breton de Guingamp nommé Benoit ! Non, non, je suis resté tranquille pour ne pas tenter le diable ... Au moins 3 crevaisons sinon 4, et petit kilométrage à cause de celles-ci et de ceux qui s'égarer (dont je faisais souvent partie, car en queue de peloton des 19 choucas noirs), retour à 12h30 : au menu des amuse-gueules de choucas, et une clairette de Die choucassienne ! Bilan : j'étais parti pour une rando cool, elle l'a été, même avec les choucas noirs et le dénivelé proposé ! En espérant revoir les choucas la semaine prochaine avec Régine à la rando de Frépillon. ! Croooooooooooooooooooooo !

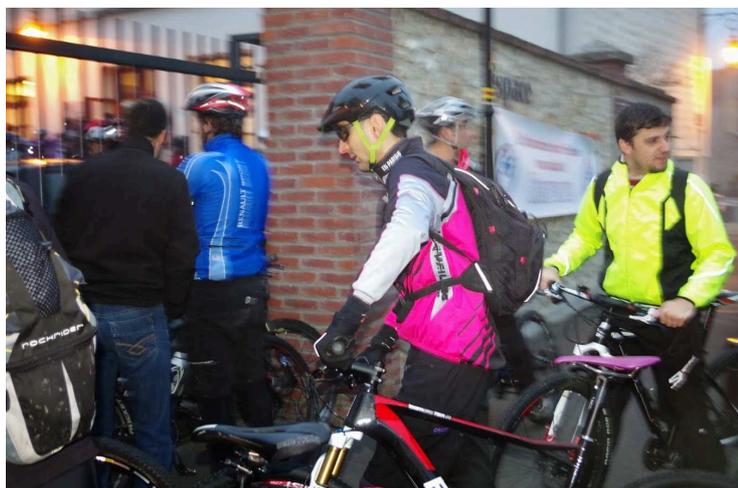
Olivier A





La Vie de la Section

La Frépillonaise le dimanche 30 novembre



LA FRÉPILLONNAISE VTT DIMANCHE 30 NOVEMBRE 2014	
NOMBRE DE PARTICIPANTS	
1330	
1202	HOMMES
45	FEMMES
83	JEUNES - 18 ANS

Des témoignages

« La forêt de Montmorency - L'Isle Adam vous connaissez bien c'est votre terrain de jeu. Très beau parcours sur la deuxième partie, physique mais c'est "LA FRÉPILLONNAISE". Tout les membres présents étaient super content. Chapeau aux 70 bénévoles. Vivement le 25 janvier pour l'inter club. C'est un plaisir de vous avoir comme voisin. Sportivement. »

ASHerblay VTT Les Hérissons

« Bravo pour l'organisation. Toujours impeccable. Une référence. Par contre, beaucoup de monde, ça coinçait dans les single ou dans les montées. Un tracé avec moins de boue collante aurait été parfait. J'ai préféré le parcours de 2013. Pour vous, l'affluence est une belle récompense, mais pour nous, c'est un peu galère avec souvent des VTTistes qui ne se signalent pas pour doubler ou doublent à des endroits dangereux. Rappelez aussi que le port du casque est obligatoire, j'ai encore vu des VTTistes inconscients qui randonnaient sans casque. Au plaisir de revenir. »

Olive





La Vie de la Section

Les 30 ans de la section au restaurant Les Archanges



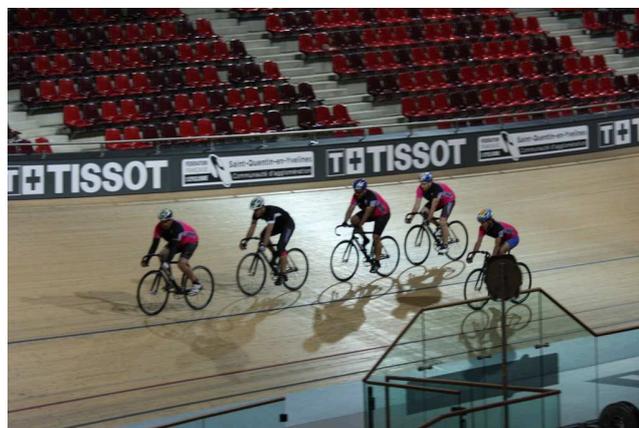
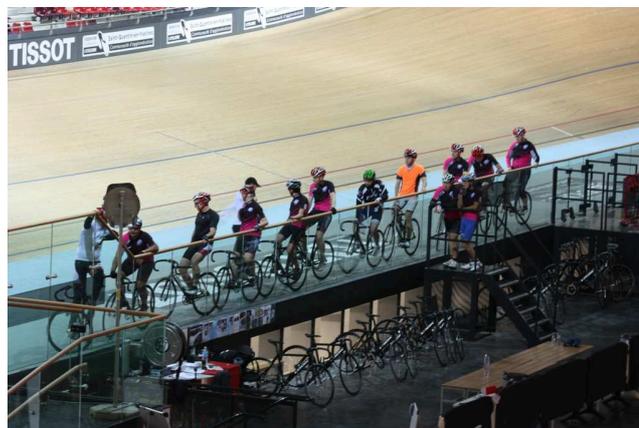
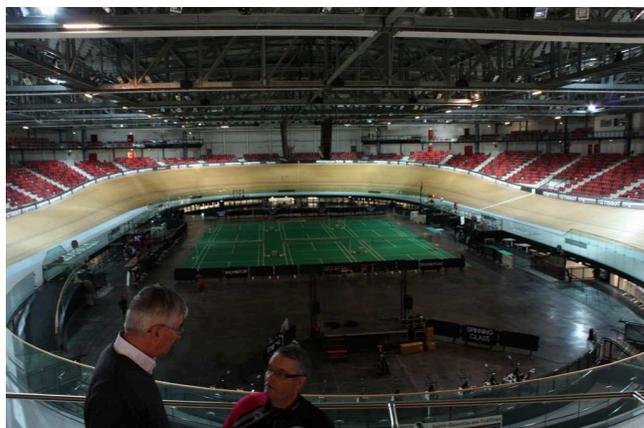


La Vie de la Section

Le samedi 20 décembre Baptême de piste au Vélodrome de St Quentin en Yvelines

Notre ami Rémy Vallana travaille à côté du vélodrome national de Saint-Quentin-en-Yvelines. Il l'a vu se construire et il s'est dit qu'il pourrait y rouler. Depuis quelques mois, il y roule le midi et trouve que c'est très formateur. En octobre, il se dit qu'il pourrait en faire profiter les copains. Il propose à tous les Cyclos et Vététistes de faire un baptême de piste d'une heure et cette idée rencontre un vif succès car une vingtaine de cyclos et de vététistes se sont inscrits pour cette organisation.

Ce sera pour le matin du samedi 20 décembre. La matinée est fraîche mais qu'importe puisque ...





DATE	PARCOURS	DEPART	RDV	OBSERVATIONS DIVERSES
JANVIER				
JEUDI 1	BONNE ANNEE A TOUTES ET A TOUS			
Dimanche 4	Sortie club	9h00	GARE	
Dimanche 11	Sortie club	9h00	GARE	
Dimanche 18	Sortie club	9h00	GARE	
Vendredi 23	ASSEMBLEE GENERALE DE LA SECTION	20h30	Au local 13 rue des plâtrières	
Dimanche 25	Sortie club	9h00	GARE	
	Sortie Inter-club à FREPILLON 95	7h30	LOCAL	Maisons des associations départ de 8h à 9h
FEVRIER				
Dimanche 1	Sortie club	9h00	GARE	
Dimanche 8	LA SARTROUVILLOISE SARTROUVILLE 78 25 / 50 Km	8h00	GARE	22 quai de Seine 8h30 à 9h30 - Cloture 13h30
Dimanche 15	Sortie club	9h00	GARE	
Dimanche 22	Sortie club	9h00	GARE	
MARS				
Dimanche 1	Sortie club	8h30	GARE	
Dimanche 8	Sortie club	8h30	GARE	
Dimanche 15	Sortie club	8h30	GARE	
Dimanche 22	LA FONTAINEBELLEAU FONTAINEBLEAU - 77 20 / 35 / 50 / 60 km	7h00	LOCAL	Maison des sports 7h00 à 10h00 - Cloture 15h00
Dimanche 29	LA TABERNACIENNE TAVERNY 95 25 / 35 / 45 / 55 Km	GARE 7h30 avec Cyclos		Ecole Verdun, rue d'Herblay 8h00 à 9h00 - Cloture 13h00
AVRIL				
Dimanche 5	Sortie club	8h30	GARE	
VENDREDI 10	ASSEMBLEE GENERALE DE L'ACSC	20h30	Foyer Emy les Prés	
Dimanche 12	Sortie club	8h30	GARE	
Dimanche 19	LA DOMONTOISE DOMONT - 95 28 / 37 / 48 km	7h30	LOCAL	Parc de La Mairie 8h00 à 9h30 - Cloture 13h30
Dimanche 26	Sortie club	8h30	GARE	





MAI

Dimanche 3	Sortie club	8h30	GARE	
Dimanche 10	Sortie club	8h30	GARE	
Dimanche 17	LA GARENNOISE ST MARTIN LA GARENNE - 78 20 / 30 / 40 / 50 / 60 / 80 Km	7h00	LOCAL	<i>Stade municipal de 7h30 à 14h00</i>
Dimanche 24	Sortie club	8h30	GARE	
Dimanche 31	Sortie club	8h30	GARE	

JUIN

Dimanche 7	LE RAID DES 4 FORETS FRÉPILLON - 95 25 / 35 / 50 / 75 Km	7h30	LOCAL	<i>Espace Eugène Delacroix 7h00 à 9h30 Cloture 15h00</i>
Dimanche 14	Sortie club	8h30	GARE	
Dimanche 21	LA JULES CÉSAR CERGY - 95 20 / 40 / 60 Km	7h30	LOCAL	<i>Mjc Cergy Village Place de Verdun 7h00 à 10h00 - Cloture 14h00</i>
Lundi 22	REUNION TRIMESTRIELLE DE LA SECTION	20h30	LOCAL	
Dimanche 28	Sortie club	8h30	GARE	



Les Roch's des Monts d'Arrée





DATE	PARCOURS	DEPART	RDV	OBSERVATIONS DIVERSES
JANVIER				
Jeudi 1	BONNE ANNEE A TOUTES ET A TOUS			
Dimanche 4	108-2 à 108-4 80 / 65 / 51 km	9h00	GARE	vers Conflans, Menucourt
Dimanche 11	102-4 à 102-6 77 / 65 / 47 km	9h00	GARE	vers Poissy, les Alluets
Dimanche 18	116-5 à 116-6 70 / 53 km	9h00	GARE	vers Pontoise, Herouville
Vendredi 23	ASSEMBLEE GENERALE DE LA SECTION	20h30	Au local 13 rue des plâtrières	
Dimanche 25	114-3 à 114-4 74 / 55 km	9h00	GARE	vers Frépillon, Nesles
FEVRIER				
Dimanche 1	109-6 à 109-7 68 / 54 km	9h00	GARE	vers Pontoise, Marines
Dimanche 8	104-5 à 104-7 78 / 61 / 50 km	9h00	GARE	vers Conflans, les Alluets
Dimanche 15	112-4 à 112-6 78 / 67 / 55 km	9h00	GARE	vers Auvers, Vallangoujard
Dimanche 22	111-3 à 111-7 88 / 76 / 66 / 55 / 44 km	8h30	GARE	vers Pontoise, Grisy
MARS				
Dimanche 1	118-4 à 118-6 86 / 71 / 56 km	8h30	GARE	vers Auvers, Amblainville
Dimanche 8	103-3 à 103-6 85 / 74 / 65 / 55 km	8h30	GARE	vers Poissy, Crespières
Dimanche 15	RANDONNEES ANDRESIENNES ANDRESY - 78 100 / 75 / 50 (+ 15 A/R)	7h30 8h00	GARE	Complexe sportif Stéphane Diagana- sentier des Garennes 7h00 à 9h30 - Cloture 13h30
	112-3 à 112-6 91 / 78 / 67 / 55 km	8h00 8h30	GARE	vers Auvers, Génicourt
Dimanche 22	Randonnée de la MADELON BEAUCHAMP - 95 95 / 75 / 50 / 25 km (+ 15 A/R)	7h30 8h00	GARE	Centre Omnisports 25 rue Curnosky 7h00 à 9h00 - Cloture 13h30
	109-5 à 109-7 86 / 68 / 54 km	8h00 8h30	GARE	vers Pontoise, Us
Samedi 28	RANDONNEE CHALLENGE RICHON BOULOGNE - BILLANCOURT - 92 110-220 Km	Voir site ou Ghislain		11 rue de Clamart
Dimanche 29	LA TABERNACIENNE TAVERNY - 95 110 / 90 / 70 / 40 km (+16 A/R)	GARE 7H30 avec VTTistes		Ecole Verdun, rue d'Herblay 7h30 à 9h00 - Cloture 13h00
	108-1 à 108-4 94 / 80 / 65 / 51 km	8h00 8h30	GARE	vers Conflans, Meulan





AVRIL

Dimanche 5	LA MENUCOURTOISE MENUCOURT - 95 100 / 70 / 40 / 25 km (+32 A/R)	7h30	GARE	Salle Georges Brassens 7h00 à 9h00 - Cloture 14h00
Dimanche 5	116-4 à 116-6 87 / 70 / 53 km	8h00 8h30	GARE	vers Pontoise, Grisy
Lundi 6	101-4 à 101-7 95 / 85 / 68 / 61 km	8h00 8h30	GARE	vers St Nom, Neauphle
VENDREDI 10	ASSEMBLEE GENERALE DE L'ACSC	20h30	Foyer Emy les Prés	
Dimanche 12	117-3 à 117-6 102 / 84 / 73 / 52 km	7h30 8h00	GARE	vers Auvers, Nesles
Dimanche 19	LA RANDONNEE DES LACS ENGHEIN - 95 105 / 85 / 60 / 45 km (+21 A/R)	7h30 8h00	GARE	Salle des fêtes 7h00 à 9h00 - Cloture 14h00
	113-3 à 113-7 105 / 89 / 77 / 65 / 53 km	7h30 8h00	GARE	vers Pontoise, Us
Dimanche 26	RANDONNEE DES ASPERGES ARGENTEUIL - 95 120 / 100 / 80 / 50 km (+12 A/R)	7h30 8h00	GARE	Salle Rino Della Negra 9 rue de Gode 7h00 à 9h00 - Cloture 15h30
	104-4 à 104-7 90 / 78 / 61 / 50 km	7h30 8h00	GARE	vers Andresy, Crespières

MAI

Vendredi 1	110-2 à 110-5 106 / 87 / 70 / 51 km	7h30 8h00	GARE	vers Pontoise, Marines
Samedi 2	FREPILLON-GERBEROY-FREPILLON départs 150 Marines et 200 Frépillon	6H45	GARE (+ voiture)	Inscriptions Ghislain avant le 11 avril
Dimanche 3	LES FREPILLONNAISES FREPILLON - 95 100 / 75 / 50 km (+28A/R)	7h30 8h00	GARE	Espace Eugène Delacroix 7h00 à 9h00 - Cloture 14h00
	115-2 à 115-6 95 / 85 / 74 / 65 / 56 km	7h30 8h00	GARE	vers Pontoise, Arronville
Vendredi 8	111-2 à 111-7 103 / 88 / 76 / 66 / 55 / 44 km	7h30 8h00	GARE	vers Pontoise, Grisy
Dimanche 10	LA COUDRAISIENNE POISSY - 78 90 / 60 / 30 / km (+30 A/R)	7h30 8h00	GARE	Centre Maurice Clerc 20 Rue des Migneaux 7h00 à 9h30 cloture 13h00
	112-3 à 112-6 91 / 78 / 67 / 55 km	7h30 8h00	GARE	vers Auvers, Géricourt
Jeudi 14	117-3 à 117-6 102 / 84 / 73 / 52 km	7H30 8H00	GARE	vers Auvers, Nesles
Samedi 16	CORMEILLES - LES ANDELYS 167 km	A voir	GARE	inscriptions Noël avant le 8 mai
Dimanche 17	LA FRANCONVILLOISE FRANCONVILLE - 95 100 / 75 / 50 km (+16 A/R)	7h30 8h00	GARE	185 Chaussée J César 7h00 à 9h00 - Cloture 13h30
	118-3 à 118-6 106 / 86 / 71 / 56 km	7H30 8H00	GARE	vers Nesles, Amblainville



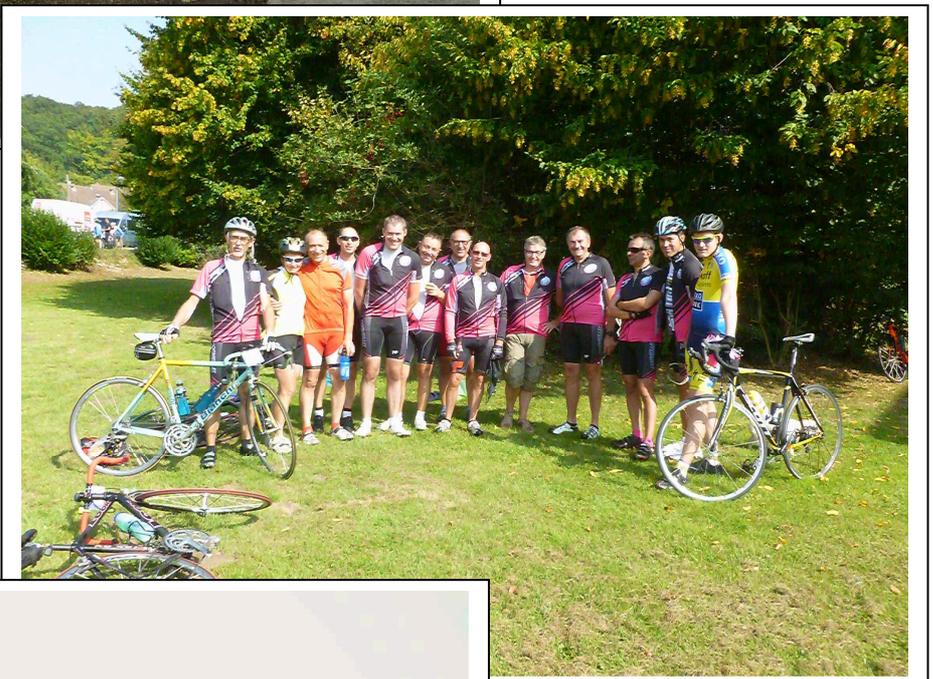


Samedi 23 au Samedi 30	SEJOUR DANS LE GARD St JEAN DE VALERISCLE - 30			<i>Les inscriptions pour cette randonnée sont closes</i>
Dimanche 24	112-3 à 112-6 91 / 78 / 67 / 55 km	7h30 8h00	GARE	<i>vers Auvers, Génicourt</i>
Lundi 25	101-3 à 101-7 112 / 95 / 85 / 68 / 51 km	7H30 8H00	GARE	<i>vers St Nom, Crespière</i>
Dimanche 31	RANDONNEE MERIELLOISE 105 / 80 / 50 km (+32 A/R)	7h30 8h00	GARE	<i>Rue des Petits Prés 7h00 à 9h00 - Cloture 14h30</i>
	102-2 à 102-6 108 / 96 / 77 / 64 / 47 km	7h30 8h00	GARE	<i>vers Feucherolles et Orgeval</i>
JUIN				
Dimanche 7	TOUS EN SELLE MAISONS LAFFITTE - 78 100 / 80 / 60 km (+10 A/R)	7h30 8h00	GARE	<i>Csc (Piscine) 7h30 à 9h00 - Cloture 13h00</i>
Dimanche 7	RANDO DES VERGERS BUTRY SUR OISE - 95 100 / 78 / 66 / 49 100 km (+34 A/R)	7h30 8h00	GARE	<i>Salle des Fêtes 6h45 à 9h30 - Cloture 14h00</i>
	106-3 à 106-7 112 / 94 / 74 / 64 / 44 km	7H30 8H00	GARE	<i>vers Courdimanche, Longuesse</i>
Samedi 13	LA FRANCK PINEAU AUXERRE - 89			<i>Inscriptions auprès de Ghislain BAUDET avant le 23 mai</i>
Dimanche 14	ZIG ZAG EN VEXIN SAINT-OUEN L'AUMONE - 95 145 / 100 / 70 / 35 km (+28 A/R)	7h30 8h00	GARE	<i>Parc des sports Bd Ducher 6h30 à 10h00 Cloture 15h30</i>
	116-3 à 116-6 110 / 87 / 70 / 53 km	7h30 8h00	GARE	<i>vers Pontoise, Grisy</i>
Dimanche 21	DECOUVERTE DU VEXIN CERGY - 95 105 / 80 / 60 / 30 km (+28 A/R)	7h30 8h00	GARE	<i>Mjc Cergy Village Place de Verdun 7h00 à 10h00 - Cloture 14h00</i>
	103-2 à 103_6 103 / 85 / 74 / 65 / 55 km	7h30 8h00	GARE	<i>vers les Alluets, Triel</i>
Lundi 22	REUNION TRIMESTRIELLE DE LA SECTION	20h30		LOCAL
Samedi 27	CORMELLES - St VALERIE EN CAUX 180 KM LYONS-LA-FORET - St VALERIE EN CAUX 100 Km	6h00 6h45	GARE LOCAL	<i>Inscriptions auprès de Guy VOURCH avant le 4 juin</i>
Dimanche 28	RALLYE DU CCO HOUILLES - 78 100 / 80 / 50 / 30 km (+10 A/R)	7h30 8h00	GARE	<i>15 rue de Crimée 7h00 à 9h00 - Cloture 13h00</i>
	109-4 à 109-7 107 / 86 / 68 / 54 km	7h30 8h00	GARE	<i>vers Théméricourt</i>





Zig-Zag en Yvelines



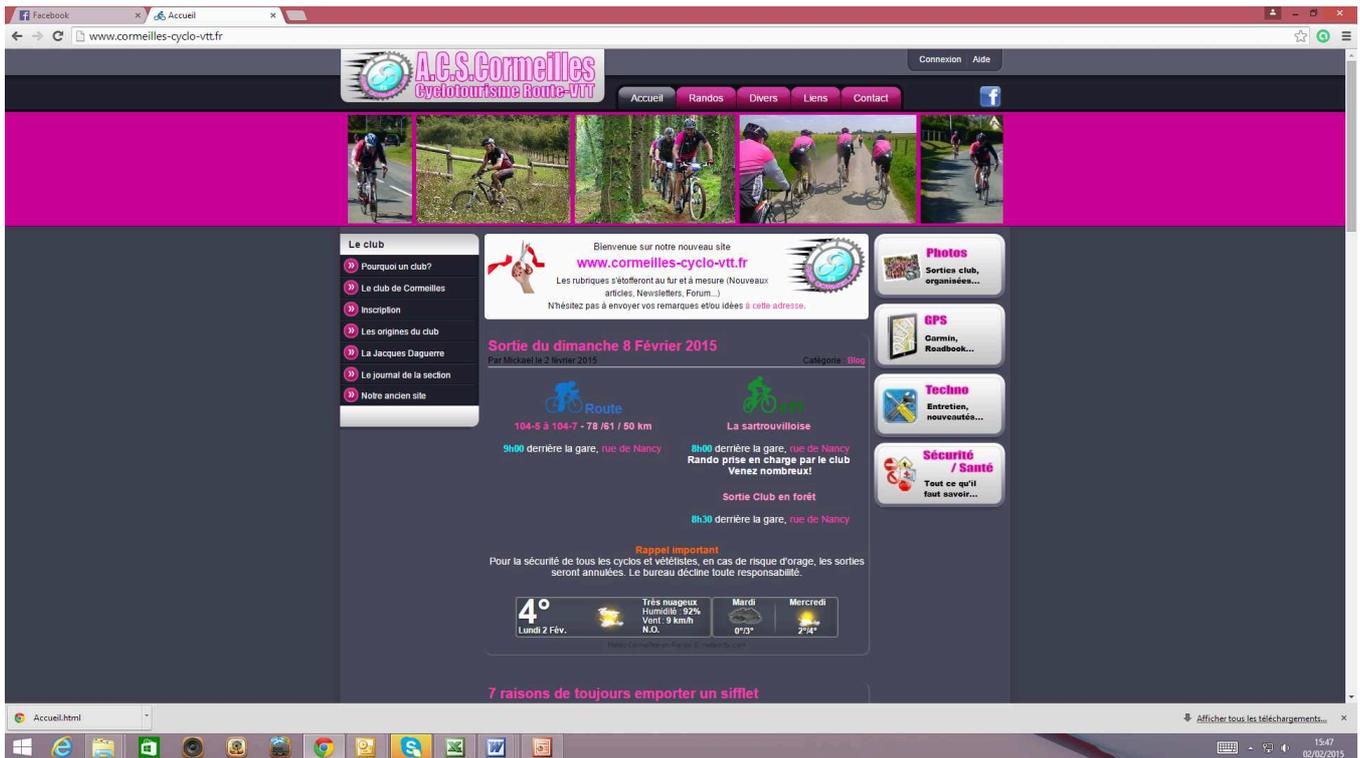
Levallois - Honfleur



Les Roc'h des Monts d'Arrée



Pour en savoir plus sur la vie de la section, connectez-vous à notre nouveau site
<http://cormeilles-cyclo-vtt.fr>



Notre premier Partenaire



Boucherie de la Gare
6 avenue Foch 95240 Cormeilles en Paris

