

R.T.T Route et Tout-terrain



Toute l'information des réunions de votre club



À vélo tout est plus beau !

SOMMAIRE

Qui veut être président ?	1
Licences 2025 : - pourquoi elles augmentent - de combien elles augmentent - le prix des licences - les documents que vous allez recevoir - les préconisations - date de validité de la licence : important - le soutien proposé par le club - les documents à fournir - à propos du test à l'effort - centre « Sport Santé : plus de visite médicale	2-3
Que faire en cas d'accident ?	3
Fraude à l'assurance : attention danger !	3
L'Aubisque depuis Argelès Gazost	4-5
Ironman Hawaï : du rêve à la réalité pour Jeff Gaillard	6
Pas de téléthon à Canet cette année	6
Vœux ACC : ce sera vendredi 3 janvier	6
Repas dansant samedi 18 janvier	6-7
« Boulogne » éclairé	8
Séjours FFCT 2025	9
Les cyclomontagnardes 2025	9
Montage de kit VAE : prudence !	9
Du côté des magazines	9
Les vélos restent à l'extérieur du local	10
Couscous Daniel	10
Les événements du mois	10

RÉUNION MENSUELLE ET GALETTE
VENDREDI 3 JANVIER A 18H00



Qui veut être président ?

« ... Nous constatons une hausse des clubs inactifs, qui arrêtent faute de volontaires pour s'occuper du club et faute d'avoir anticipé une passation de pouvoir. ... Pour assurer l'avenir, il devient prégnant d'assurer la succession de nos encadrants, dont certains sont parfois âgés, ou marqués par la lassitude, ou ayant des soucis de santé »

Ces quelques lignes, tirés du « rapport d'activités » établi pour l'Assemblée Générale Ordinaire de la FFCT des 7 et 8 décembre 2024, pourraient, si l'on n'anticipe pas mon remplacement à la tête de l'amicale, s'appliquer malheureusement à notre association en 2028, date à laquelle je me retirerai vraisemblablement du conseil d'administration.

Je m'explique : lors de la prochaine assemblée générale, je fais partie des 5 membres sortants mais je candidaterai pour un nouveau mandat de 3 ans ; si je suis réélu, et si aucun autre membre du conseil d'administration ne postule à la présidence, je repartirai donc pour une 10^{ème} année à la tête de l'amicale ; j'aurai alors 74 ans et, comme je ne veux surtout pas imiter Michel Drucker, toujours à la télévision à 82 ans, je ne me représenterai pas comme président au-delà de 2027 : vous avez donc 3 ans pour me remplacer et pour éviter le scénario suivant, encore tiré du rapport d'activités FFCT cité plus haut : « Face à un club qui ne trouve pas de successeur, la Fédération recommande la mise en sommeil de l'association (celle-ci doit être prévue dans les statuts), pendant un ou deux ans, car un éventuel redémarrage est plus facile, surtout sur le plan administratif. Il s'agit d'éviter des dissolutions hâtives. Autre option, des regroupements d'associations peuvent être envisagés quand les clubs sont géographiquement proches. » Une vingtaine de licenciés sont nés en 1957 ou au-delà, c'est donc en priorité à eux que s'adresse ce message.

Quant à moi, si en 2028 je ne peux plus lire Tintin, « le journal des jeunes de 7 à 77 ans », je pourrais encore moins, à cette date, rester président de l'amicale cycliste canétoise : il sera temps de laisser la place !

Bruno

Licences 2025

Pourquoi elles augmentent :

- le nombre de sinistres déclarés reste élevé et il y a de plus en plus de sinistres graves qui peuvent dépasser une indemnisation d'un million d'euros
- le coût des réparations matérielles augmente sous l'effet conjugué de l'inflation et de la montée en gamme des vélos
- les sinistres décès et invalidité sont plus coûteux
- les prestations d'assistance-rapatriement sont plus souvent mises en œuvre
- la diminution du nombre de licenciés réduit le montant des cotisations encaissées

De combien elles augmentent :

- la cotisation fédérale augmente de 0,50€
- l'assurance augmente de 2,50€ pour le Petit braquet et de 4,00€ pour le Grand Braquet
- la part club reste stable pour le Petit Braquet et augmente de 0,50€ pour le Grand Braquet.

Le prix des licences :

- ☛ la licence Petit Braquet augmente au final de 3,00€ : elle passe de 62,00€ à 65,00€ pour le 1er adulte et de 47,00€ à 50,00€ pour le 2ème adulte
- ☛ la licence Grand Braquet augmente quant à elle de 5,00€ : elle passe de 113,00€ à 118,00€ pour le 1er adulte et de 98,00€ à 103,00€ pour le 2ème adulte

Les documents que vous allez recevoir par mail vers le 20 décembre

- le « formulaire d'adhésion club »
- la notice d'information Axa-Saison 2025
- le questionnaire de santé version complète
- la charte d'usage du pratiquant d'un vélo à assistance électrique (à ne remplir que par les cyclos concernés)

Les préconisations

- Opter pour l'assurance « Petit Braquet » ou « Grand Braquet » (pas « Mini Braquet »)
- Attention : la formule « Petit Braquet » ne couvre ni les équipements vestimentaires, ni le GPS, ni les dommages au vélo »*
- En cas de doute lors du remplissage du questionnaire de santé, l'avis de votre médecin traitant ou médecin spécialiste est indispensable

→ Renouveler votre licence si possible avant le 15 février 2025

Attention : les personnes dont le renouvellement de licence n'aurait pas été enregistré dans l'espace fédéral FFCT le 28 février 2025 au plus tard ne seraient plus assurées à partir du 1 mars et ne pourraient donc plus, de ce fait, rouler avec le club.

Date de validité de la licence : IMPORTANT

« L'assurance fédérale est valable du jour où la licence est prise l'année N jusqu'au 31 décembre de l'année N. Les garanties d'assurance sont prolongées à l'identique du 1^{er} janvier N+1 jusqu'au 28 ou 29 février inclus de l'année N+1 afin de permettre les formalités de ré-affiliation.

Cette prolongation n'a lieu que si la licence est effectivement reprise.

Ainsi, un licencié de l'année N n'est plus assuré à compter du 1er janvier N+1 s'il ne reprend pas sa licence en N+1 ».

En clair, si un licencié a une accident entre le 01/01/2025 et le 28/02/2025, il faut qu'il renouvelle sa licence pour être considéré comme assuré le jour de l'accident.

Le soutien proposé par le club

L'enregistrement de votre licence nécessite :

- ☛ que toutes les pièces demandées soient fournies dans les délais impartis
- ☛ que les différents documents soient complètement et correctement remplis
- ☛ qu'ils soient datés et signés

Si toutes ces conditions sont remplies, le travail de Jean-Louis et Jacqueline, nos spécialistes es-licences, en sera grandement facilité.

Conscient que certains d'entre vous souhaiteraient une aide pour le remplissage des différents formulaires, une permanence sera assurée en janvier et février. Les jours et heures de ces permanences seront communiqués en temps utile.

Les documents à fournir à l'appui de votre demande de licence

- ▶ le « formulaire d'adhésion club »
- ▶ la notice d'information Axa-Saison 2025 (page 3 de la « Déclaration du licencié-saison 2025 »)
- ▶ si concerné(e), la charte d'usage du pratiquant d'un vélo à assistance électrique
- ▶ un chèque du montant de la formule choisie, augmenté éventuellement du coût de l'abonnement à la revue "Cyclotourisme", établi à l'ordre de AC Canet
- ▶ le cas échéant, les informations relatives au test à l'effort

A propos du test à l'effort

Le test à l'effort n'est pas obligatoire, mais il permet de bénéficier de meilleures garanties en cas de décès par ACV/AVC. **Pour être valable**, il doit avoir été réalisé avant l'accident et au plus tard dans les 2 ans qui précèdent la délivrance de la licence de l'année en cours.

Important : « Vous avez bien entendu la possibilité de faire un test à l'effort après la prise de licence et s'il est effectué avant le décès par AVC/AVSC, la garantie sera acquise au montant plafond spécifié sur la notice d'information. » (mail Cabinet Gomis-Garrigues du 27/11/2017).

Le résultat du test à l'effort est à conserver par le licencié mais il est souhaitable que le club en ait connaissance.

Plus de visite médicale au centre « Sport Santé »

Le médecin qui consultait au centre « sport santé » situé à la maison des sports, rue Dugay Trouin, parti à la retraite, n'a pas été remplacé; il n'est donc plus possible de passer une visite médicale gratuite auprès de cet organisme.

Que faire en cas d'accident ?

1- avant de commencer toute procédure, consulter Francis Bousquet, membre du conseil d'administration qui se propose de gérer nos dossiers d'accident. Grâce à ses conseils, les remboursements sont optimisés. En retour, il serait opportun et normal de lui rendre compte des suites données à vos déclarations d'accident.

2- déclarer l'accident sur le site du club, rubrique « Sécurité » « Déclaration d'accident »

Fraude à l'assurance : attention danger !

« Amplitude Assurances, le courtier gestionnaire de la Fédération, a signalé une augmentation de cas de fraude à l'assurance ces derniers mois avec notamment présentation de fausses factures, ou encore des dommages au vélo déclarés deux fois;

Les assureurs ne sont pas des idiots ! Ils vérifient les déclarations de sinistres et savent repérer les fraudes.

Frauder, c'est escroquer l'ensemble de la communauté des cyclotouristes qui cotise à une assurance pour indemniser les victimes d'accidents. C'est aussi contraire à l'éthique cyclotouristique. Pour rappel aussi, frauder à l'assurance est passible des sanctions suivantes :

- non prise en charge d'un sinistre
- demande de remboursement par l'assureur des indemnités induit versées.

Mais c'est aussi risquer cinq ans de prison et 375 000 euros d'amende (article 313-1 du Code pénal) »

Source : Note aux structures du 13/09/2024 intitulée « Points divers assurance fédérale »

L'Aubisque depuis Argelès Gazost, le jour de Toussaint ...

L'Aubisque est un col que j'affectionne particulièrement pour l'avoir gravi par tous ses versants dans différents contextes, un point de chute familial proche de Lourdes m'offrant la possibilité de faire un pèlerinage cycliste dans ce secteur chaque année.

Lorsqu'en janvier dernier Patrice a proposé d'y faire étape sur la route de Dax, j'ai immédiatement coché toutes les dates de son programme « montagne » sur mon agenda, très enthousiaste à l'idée d'accompagner l'AC Canétoise dans cette aventure. Malheureusement, une plaque d'athérome nichée dans une de mes coronaires en décida autrement, hypothéquant par-là toute ma saison mais me contraignant surtout à rejoindre la cohorte des cyclos assistés. La frustration créant le désir, il ne m'a fallu que 7 jours, une fois le feu vert médical délivré, pour obtenir réparation. La Toussaint, quoi de mieux pour se retrouver à Lourdes ? Je ne l'ai pas regretté.

En cette période de l'année, la montée de l'Aubisque au départ d'Argelès Gazost est à privilégier, car beaucoup plus ensoleillée. Comme par Ferrières, la véritable difficulté réside dans le Soulor. Si la dénivellation est la même des deux côtés, 19 km au profil assez irrégulier sont nécessaires par ce versant pour atteindre le sommet de cette première marche. Ça démarre fort dès la sortie d'Argelès avec la côte d'Arras en Lavedan et ses 2,5 km à 7%. Cette entame est redoutable que ce soit à froid, ou si vous sortez d'une séance de grand braquet depuis le pied du Tourmalet. À cette première difficulté s'ajoute un peu plus loin 1 km à 8%, juste avant Aucun. Plusieurs faux plats s'enchaînent ensuite sur 3-4 km jusqu'à Arrens-Marsous. Sur ce plateau, les sommets se détachant sur un ciel bleu immaculé offrent une vue superbe qui m'invite à un arrêt « photos ». C'est à la sortie d'Arrens que la pente se durcit soudainement. Il faut mettre tout à gauche. J'enchaîne les lacets en sollicitant l'assistance car les 8 km qui me séparent du col avoisinent les 8% de moyenne avec même un

kilomètre à plus de 12%. C'est là que nous sommes dans le dur. Je me rappelle avoir beaucoup souffert dans ce secteur, à 14h en plein soleil, lors du BCMF 1996 Luchon-Pau. En dehors de quelques rares cyclistes à contre sens, il n'y a pas beaucoup de circulation. Je monte tranquille prenant le temps d'observer, de part et d'autre de la route, des vaches qui ont quitté leurs estives et rejoint leurs enclos d'hiver. Dans les prés autour des fermes, les troupeaux disposent d'une herbe verte et abondante. À l'évidence, ce secteur ne souffre pas de sécheresse. A l'approche du sommet, plusieurs groupes de marcheurs s'équipent en vue d'une randonnée mais ce n'est pas la foule des grands jours. L'un d'eux ne manque pas de m'encourager. Je salue 4 cyclistes au carrefour et, sans m'arrêter, bascule sur la route en corniche qui serpente dans le cirque du Litor. De ce belvédère, un panorama magnifique s'offre à moi. Constituée principalement de feuillus, la végétation décline tous les tons du jaune au marron en y mêlant des pointes de rouge et de rouille. En cette période, la vallée de l'Ouzoum est une merveille. Je m'arrête pour faire quelques photos aux abords des tunnels dont j'immortaliserai d'ailleurs la traversée dans une petite vidéo. En observant le précipice vertigineux à ma droite, je pense au Néerlandais Wim Van Est qui en 1951, suite à une crevaisson, fit une culbute de 70 m dans ce ravin. Ce miracle fut rendu célèbre par une photo le montrant en train d'être hissé sur la route au moyen d'une chaîne de boyaux tressés. À la sortie du deuxième tunnel (toujours humide !), la pente reprend doucement entre les arbres dont les feuilles jaunes commencent à joncher la route par paquets. À l'entame des 3 derniers km, on aperçoit enfin le col, la végétation s'éclaircit et l'on pénètre dans des pâturages aujourd'hui orphelins des clarines qui constituent le fond sonore permanent de l'été. La pente se maintient à 7-8% jusqu'au sommet que je suis heureux d'atteindre même si j'aurais préféré partager cet instant, en juin dernier, avec Patrice et l'amicale cycliste Canétoise. J'échange quelques mots avec 5 ou 6 cyclistes vacanciers et constate avec regret la fermeture hivernale du restaurant. Cette

année, il ne me sera pas possible de déguster la traditionnelle omelette au jambon, best-off de la carte. Je me rappelle l'avoir mangée le 30 juin 2023, juste à côté du poêle où les bûches crépitaient. Il faisait du brouillard et 6° à l'extérieur mais, en ce jour de Toussaint, c'est grand beau, le fond de l'air est frais mais il ne fait pas vraiment froid, 12 à 14° environ. J'ai bien de la chance car à partir du 1^{er} novembre, cette route est susceptible d'être fermée pour cause d'enneigement, ceci jusqu'au 15 mai.

J'entame tranquillement mon retour sur le Soulor et m'autorise à pousser l'assistance à fond sur les derniers 500 m, simplement pour me faire plaisir car je n'ai consommé que 38% de ma batterie. Le bar du Soulor est toujours accueillant pour les cyclistes. Nous nous retrouvons à plusieurs en terrasse à consommer un

sandwich et une bière tout en admirant le paysage. Un bâtiment à vocation touristique est en construction, a priori, un beau projet qui sera livré en 2025. Dans la discussion, j'apprends qu'il existe une "Confrérie des Barons du Soulor" dont le ticket d'entrée consiste à réaliser l'ascension par les 3 versants (dont l'Aubisque) dans une seule et même journée. (140 Km – 3900 m de dénivellation quand même !). Avis aux amateurs comme Didier !

En conclusion, après une année perturbée, cette ascension me redonne le moral, je peux envisager la poursuite du vélo avec optimisme. Le contrat est rempli pour 2024 même si l'assistance électrique s'invitera désormais dans ces grands rendez-vous. Un grand merci à Patrice sans lequel je ne serais pas allé gravir l'Aubisque ... un jour de Toussaint !

<https://www.baron-souloraubisque.com/presentation>
Guy BILLÈS



✓ Ironman Hawaï : du rêve à la réalité pour Jeff Gaillard

Malgré un défi colossal à Hawaï, Jeff Gaillard, triathlète de 76 ans, prouve qu'avec du courage et de la passion, aucun rêve n'est hors de portée.

Jean-François Gaillard, sociétaire de l'Amicale cycliste canétoise et soutenu par le Crédit agricole, âgé de 76 ans, rentre de son voyage dans le Pacifique où il a participé aux championnats du monde de triathlon à Hawaï, Mecque du triathlon. Une participation qui fait



Devant un autre Catalan, l'Amélien Sam Laidlow, champion du monde 2023.

suite à l'épreuve en 2021 à Cascais au Portugal le qualifiant pour Hawaï 2022.

Un champion à l'épreuve du destin

Malheureusement, lors de l'été 2022, le triathlète a été touché par le syndrome de Guillain Barré. Se retrouvant paralysé sur un lit d'hôpital, il avait déclaré forfait pour les mondiaux. Les organisateurs lui ont permis de garder sa qualification pour l'édition 2024.

Le rêve de Jean-François s'est donc réalisé, après plus de dix ans de sacrifices et d'efforts à l'entraînement pour se préparer dans les trois disciplines. Inconsciemment sans doute, ayant obtenu son Graal, soit la participation assurée, Jean-François n'a pas fait la préparation idéale : peu de sorties longues à vélo, alors que la distance est de 180 km. Jeff avait confiance dans sa course à pied, son point fort.



Oui, il est bien sur la liste des participants.

Une semaine avant l'épreuve, il s'est laissé entraîner par les plus jeunes qui ont souhaité reconnaître les parcours et additionner les km... Lui a accumulé de la fatigue. Voilà peut-être pourquoi le jour J, il a connu une défaillance au 120^e km à vélo qui l'a empêché de terminer son ironman. Dans sa catégorie 75/79 ans, sur 14 participants seuls 4 ont terminé les épreuves.

La déception n'a pas duré long-

temps. Concluant qu'il était peut-être temps de devenir raisonnable, Jean-François a décidé de s'orienter vers des formats plus courts et moins énergivores. Il tentera sa chance aux mondiaux du half ironman (la moitié d'un ironman) en novembre 2025 à Marbella en Espagne. Pour se préparer, il participera à des épreuves du même format ou plus courtes comme le triathlon d'Argelès-sur-Mer.

Didier Respaut

L'Indépendant du samedi 23 novembre

Pas de téléthon à Canet cette année

La personne qui en 2019 avait pris en charge l'organisation du téléthon à Canet ne souhaitant plus s'occuper de cette manifestation, l'amicale avait envisagé d'organiser tout de même « les 8 heures de Canet » au profit du téléthon le samedi 30 novembre; toutefois, quand la mairie, après quelques tergiversations, nous a donné le feu vert, le délai qui nous restait pour contacter l'antenne téléthon de Perpignan et mettre en place cet événement (assurance, dotation banderole et chasubles notamment) nous a paru trop juste et nous avons préféré renoncé pour 2024. Mais nous n'avons pas dit notre dernier mot pour 2025.

Vœux ACC : ce sera vendredi 3 janvier

Le premier vendredi de l'année 2025, à savoir le 3 janvier à 18h00, nous nous retrouverons pour

notre réunion mensuelle avec présentation des vœux et, en suivant, la galette des rois. Notez bien le jour et l'heure !

Repas dansant samedi 18 janvier

Comme les années précédentes, le repas dansant du club aura lieu à l'hôtel Aquarius à Canet plage : ce sera le samedi 18 janvier à partir de midi.

L'animation sera assurée, comme l'année dernière, par Dj's Revolution. Le prix, est fixé à 40€ pour les licenciés du club et les membres bienfaiteurs ou extérieurs à jour de la cotisation 2025 et 45€ pour les conjoints non membres bienfaiteurs ou extérieurs et les amis. Il comprend l'apéritif, un menu avec entrée, plat (viande ou poisson) et dessert, le vin, le café, le DJ, la Sacem et le pourboire. C'est donc un prix net sans surprise.

S'inscrire sur la fiche au club, mais attention, il n'y a que **80 places disponibles**.

Pour le paiement, 2 possibilités : par chèque à l'ordre de AC Canet ou par virement au plus tard le 5 janvier.

Hôtel
aquarius
CANET-PLAGE .fr

40, Avenue du Roussillon
Canet plage

SAMEDI 18 JANVIER 2025
REPAS DANSANT



PUNCH MAISON

SALADE PÉRIGOURDINE

GÉSIERS, CROÛTONS, LARDONS ET MAGRET FUMÉ

MAGRET DE CANARD, SAUCE BANYÛLS

GRATIN DAUPHINOIS

OU

THON EN CROÛTE DE SÉSAME

RIZ AUX LÉGUMES

FORÊT NOIRE MAISON

VIN DU ROUSSILLON

(UNE BOUTEILLE POUR 3)

UN CAFÉ

40€ pour les licenciés et les membres bienfaiteurs ou extérieurs
45€ pour les conjoints ou compagnons non membres bienfaiteurs ou extérieurs
et les amis

INSCRIPTIONS LE 5 JANVIER DERNIER DÉLAI
80 places maximum

« Boulogne » éclairé

Jean-Christophe Vilain, dit « Boulogne », m'a fait parvenir un article paru dans le plus important quotidien en langue française au monde.

Si, si, Jean Christophe me l'a assuré, « La voix du Nord », car c'est de lui qu'il s'agit, a une situation dominante sur la presse écrite toutes langues confondues. Pour une fois que nous avons un leader, ne gâchons pas notre plaisir.

Devant l'insistance de notre futur impétrant à la charge de « responsable Sécurité », j'ai parcouru cet article et pensé qu'il méritait de faire l'objet d'une publication dans le RTT.

Sinon, vous l'avez compris, je blague ! « Boulogne » n'a jamais postulé à la charge de « Responsable Sécurité ».

Christian Billery

Les éclairages sur les vélos, quand il fait nuit ou lorsque la visibilité est insuffisante, c'est obligatoire. Mais quelles lampes sont autorisées ou pas, à l'avant et à l'arrière ? On fait le point.

PAR BÉATRICE QUINTIN
bquintin@lavoixdunord.fr

DROITS ET DEVOIRS.

Il y a deux éclairages obligatoires à vélo : les catadioptrés (vous savez, ces plaques qui réfléchissent la lumière dans la direction de la source lumineuse) et les feux. Les premiers sont obligatoires de jour comme de nuit, les seconds ne doivent être allumés que de nuit, mais aussi par temps de brouillard ou lorsque la visibilité est insuffisante. Les catadioptrés doivent être « de couleur rouge à l'arrière, de couleur blanche ou jaune à l'avant, de couleur orange sur les côtés et sur les pédales ». Côté feux, les cyclistes ont pour obligation d'en installer deux, l'un à l'arrière, l'un à l'avant. Ici aussi, on ne rigole pas avec la couleur. À l'avant, la lumière doit être jaune ou blanche, à l'arrière, rouge.

ET LES FEUX CLIGNOTANTS ALORS ?

Ils étaient interdits jusqu'à 2016, mais ce n'est plus le cas. Depuis un décret de 2016, ils sont autorisés, mais pas n'im-



Les éclairages et lampes sur les vélos, c'est obligatoire et réglementé.

PHOTO ILLUSTRATION PASCAL BONNIÈRE

porte où, comme le précise l'article R313-25 du Code de la route : « Les feux et signaux ne peuvent être à intensité variable, sauf ceux des indicateurs de direction, des feux de position arrière, des feux stop, des feux de brouillard arrière et du signal de détresse. »

Autrement dit, les feux clignotants ou stroboscopiques, c'est

bien interdit à l'avant mais pas à l'arrière.

Attention, en cas d'absence de catadioptrés ou d'éclairage, ou de mauvais usage des lumières, les cyclistes s'exposent à une amende pouvant aller jusqu'à 38 €, détaille Service public (mais généralement, il s'agit plutôt d'une amende forfaitaire de 11 €). ■

Séjours FFCT 2025



Le catalogue de la FFCT recensant les séjours et voyages à vélo proposés en 2025, transmis par mail à chaque licencié, contient une liste d'une soixantaine de séjours à parcourir à vélo en France et à l'étranger; c'est dans ce cadre que 5 cyclos du club ont descendu en 2019 le Danube sur 1000 km en 10 jours, de Fribourg à Vienne, et que, l'année dernière 5 autres cyclos se sont rendus en Alsace début juin.

Cette année encore, Francis a pris le leadership sur ce dossier; à l'issue de la réunion qu'il a animée le 28 novembre, 2 séjours ont été retenus :

- ☛ « Vélo et péniche en Hollande du Nord » au départ d'Amsterdam du 12 au 19 septembre (8 cyclos)
- ☛ « Au cœur du pays chinonais », séjour en étoile au départ de Chinon du 6 au 12 octobre (4 cyclos)

Les cyclomontagnardes 2025

Une cyclomontagnarde est une randonnée adaptée aux amateurs de montagne et grands espaces, débutants comme sportifs. C'est un challenge à relever, non chronométré, sur la route des grands cols tout en profitant de paysages prestigieux, sur un parcours dont la distance se situe entre 180 et 220km pour un dénivelé compris entre 3600 et 4200 mètres.

La dernière participation de plusieurs cyclos du club à une cyclomontagnarde remonte à 2019, c'était celle du Vercors; depuis, seul Maurice Batut a participé en 2023 à la cyclomontagnarde des Hautes-Pyrénées, puis à celle des Pyrénées audoises. Qui serait prêt au sein du club à entraîner avec lui quelques copains pour participer à une des cyclomontagnardes proposées en 2025 ?

- ☛ Jura : Haut-Budget les 7 et 8 juin
- ☛ Alpes : Vercors les 21 et 22 juin
- ☛ Massif Central : Morvan les 28 et 29 juin
- ☛ Pyrénées audoises : Limoux les 5 et 6 juillet
- ☛ Vosges du Sud les 5 et 6 juillet
- ☛ Alpes : Brevet Randonneur des Alpes les 13 et 14 juillet

Montage de kit VAE : prudence !

La réglementation concernant les kit VAE a évolué : le texte paru en 2020 sur DILA (ex Journal Officiel) sur le montant des kits par un particulier a disparu des textes officiels en 2024.

« En conséquence, les kits VAE ne doivent plus être montés sans vérification ou ils doivent être montés uniquement par un professionnel sous peine de ne pas pouvoir être pris en compte par l'assureur en cas de sinistre. » (Source : « Cyclotourisme » n° 750 novembre 2024)

Du côté des magazines

« Cyclotourisme octobre » :

Cinq jours dans le Cotentin

Balade sur la voie verte de Mayenne à Angers

Arpenter les Charentes en 3 circuits

L'éclairage de nos vélos...*qui s'en préoccupe à l'ACC ?*

Bien se comporter sur un giratoire

Les vélos restent à l'extérieur du local

Certains cyclos ont pris la mauvaise habitude de rentrer leur vélo à l'intérieur du local du club au motif que cela leur permettait de « ne pas le perdre de vue ». Le conseil d'administration, lors de la séance du 29 novembre, a abordé la question et a à l'unanimité décidé d'interdire le remisage même ponctuel des vélos à l'intérieur du club lors des briefings.



**INTERDICTION
DE DEPOSER
LES VELOS**

Couscous Daniel

Ça faisait longtemps que Daniel ne nous avait pas régales. Alors quand il a proposé son couscous, la fiche d'inscription s'est rapidement remplie, car on connaissait les talents culinaires de notre maître queux. Les 47 convives n'ont pas été déçus et ont été unanimes pour dire qu'on ne fait pas mieux à Canet. Et pour 10€ seulement ! Un grand merci à lui et Boulogne, mais aussi aux serveurs du jour, Marie-thé, Nicole, Claudine, Rosa et Edouard. Comme d'habitude, tout le monde a mis la main à la pâte ou plutôt aux tables et aux chaises pour tout ranger en un clin d'œil. Rendez-vous le vendredi 3 janvier pour les galettes.

LES ÉVÈNEMENTS DU MOIS

Date	Heure	Randonnée/Destination
DIM 1	09h00	Port-Vendres
Mar 3	09h30	Sortie journée VTT Las Canals
Ven 6	18h00	Réunion mensuelle
DIM 8	09h00	Thuir, Sainte-Colombe
DIM 15	09h00	Le Tour de Perpignan
DIM 22	09h00	Montesquieu, Sorède
DIM 29	09h00	Estagel
VEN 3	18h00	Réunion mensuelle et galette des rois

Bonne route à tous!