La lettre mensuelle de Véloxygène

N° 189 février 2015

Saint Rémy Athlétique Club
Section cvclotourisme et VTT

http://veloxygene.fr

Le P' tit Plateau

Mise en page, diffusion e mail
Jean Claude PIC
5, rue Saint Vincent
91580 Etréchy
tél. : 01.60.80.50.03
e mail: jcpic2@wanadoo.fr

Diffusion papier
Roger POIRIER
78 avenue Guy de Coubertin
78470 Saint Rémy-Lés-Chevreuse
tél.: 01.30.52.33.03
e mail: nicole.labrit@wanadoo.fr

LE MESSAGE DU MOIS : Avez-vous renouvelé votre licence ???

LE PROGRAMME DU MOIS

- la route : **départs 9h 00** Sorties du dimanche et jours fériés

Départ	DATE	Gr 15 km/h(2)		Gr 18 km/h		Gr 20 km/h		Gr 22,5 km/h		Gr 25 km/h	
		Départ	Dth (1)	Départ	Dth (1)	Départ	Dth (1)	Départ	Dth (1)	Départ	Dth (1)
		8h00	56,25 km	8h00	67,5 km	8h00	75 km	8h00	84,4 km	8h00	93,75 km
		8h30	48,75 km	8h30	58,5 km	8h30	65 km	8h30	73,1 km	8h30	81,25 km
		9h00	41,25 km	9h00	49,5 km	9h00	55 km	9h00	61,9 km	9h00	68,75 km
9h00	01/02	491 St Maurice Montcouronne 0,74%				505 Greffiers 0,72%		632 Montjoye 0,62%		723 Poigny 0,60%	
	08/02	508 La Clairière 0,68%				604 Val St Germain 0,63%		651 Rond Point Comte de Toulouse 0,61%		722 Gambaiseuil 0,70%	
	15/02	475 Vieille Église 0,61%				602 Clairefontaine 0,73%		662 Sonchamp 0,73%		702 Sainte Mesme 0,77%	
	22/02	504 Val St Germain 0,78%				594 La Celle les Bordes 0,77%		611 Bouc Étourdi 0,85%		704 Marchais 0,93%	

(1) *La distance théorique (Dth) est le produit de la vitesse moyenne des groupes (Gr) par le temps de parcours effectif entre l'heure de départ et le retour à 12h00 moins 0h15 de pause (soit 3h45 pour un départ à 8h, 3h15 pour un départ à 8h30 et 2h45 pour un départ à 9h).*
(2) *Les circuits sont communs pour les groupes 15 et 18km/h. Le groupe 15km/h adapte sa distance en fonction de sa vitesse.*

Sorties du mercredi, **départs 9h 00** 2 ou 3 groupes selon les participants.

- le VTT **départ 8 h30** sorties gérées par les vététistes

VELOXYJEUNE

Date	Ecole Cyclo
07/02	Information transmise par Daniel CLEMENT
14/02	Vacances scolaires « « « « ‘
21/02	
28/02	

N' oubliez pas de vous faire remplacer par un collègue si vous ne pouvez pas assurer l 'encadrement.

La galette Véloxygène

Celle des jeunes a eu lieu le samedi 10 janvier, en présence de Madame le maire Agathe BECKER qui a remis les différentes récompenses de chaque groupe.

La galette des adhérents adultes a pris le relais pour poursuivre cette réunion conviviale.

Véloxyjeune : remise de la coupe « assiduité »

INFORMATIONS DIVERSES

- **La réunion Route :** Elle aura lieu le vendredi 20 février à 20h 30 salle du rez de chaussée de l'ancienne mairie.

- **La Jean Racine 2015 :** Elle aura lieu cette année les 11 et 12 avril avec des circuits le samedi et le dimanche 20/30/40/50 km le samedi 20/30/40/50/60/80/100 le dimanche. Egalement le dimanche une randonnée Route de 40/75/120km L'organisation sur deux jours à partir de cette année est la conséquence des directives de l'ONF qui nous impose 1000 participants sur une journée. Malgré les nombreux problèmes que cette organisation va poser nous comptons sur vous pour que la JR15 soit toujours une réussite.

- **Renouvellement de la licence :** Vous ètes encore quelques uns à n'avoir pas renouveler votre licence.
  Pour l'organisation interne chez Véloxygène, le renouvellement est souhaité au moment de l'Assemblée Générale du club de décembre, ou courant janvier, cela afin de faciliter le travail des adhérents qui assurent la gestion de ce poste.
  Ensuite cela permet d'établir dès le début de l'année le répertoire des adhérents ainsi que les listes de diffusion de nos supports de communication, messagerie, Le P'tit Plateau, La Chaîne…. Etc.
  Pour toutes ces raisons merci de renouveler votre licence dans les meilleurs délais et à l'avenir au moment de l'AG. Nous vous en remercions par avance.
  Les documents renseignés complétement ainsi que votre chéque sont à adresser à Alain COURCAULT 18 avenue Albert 78470 St Rémy Lès Chevreuse
  alain.courcault@gmail.com 01 30 52 74 59

  N'oubliez pas d'indiquer lisiblement votre adresse e mail qui est maintenant nécessaire à l'envoi de votre licence directement par la FFCT.

- **La prochaine réunion du Comité Directeur : vendredi 27 février 20h 30 au local**
  Ordre du jour à définir

A bientôt sur nos vélos pour un plein d' oxygène et.....de nouvelles aventures

Afin que le P' tit Plateau garde une bonne cadence de pédalage et afin d' éviter au rédacteur d' aller à la pêche aux informations n' oubliez pas de transmettre celles-ci (cyclo et VTT) à la rédaction avant le 20 du mois,merci.