La lettre mensuelle de Véloxygène

N° 221 février 2017

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	05/02	491 St Maurice Montcouronne 0,74%				505 Greffiers 0,72%		632 Montjoye 0,62%		723 Poigny 0,60%	
	12/02	508 La Clairière 0,68%				604 Val St Germain 0,63%		651 Rond Point Comte de Toulouse 0,61%		722 Gambaiseuil 0,70%	
	19/02	475 Vieille Église 0,61%				602 Clairefontaine 0,73%		662 Sonchamp 0,73%		702 Sainte Mesme 0,77%	
	26/02	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, 2 ou 3 groupes selon les participants.
A noter suite à la proposition d'adhérents lors de la réunion Route, la sortie officielle du mercredi aura lieu de13h à 16h pe pendant la période hivernale du 1er décembre à la fin février .

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

VELOXYJEUNE Information transmise par Christophe DUFOUR

Date	Ecole Cyclo
04/02	Vacances scolaires
11/02	I
18/02	
25/02	Information transmise par Christophe DUFOUR

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

La galette Véloxygène

La galette des jeunes a eu lieu le samedi 7 janvier . Celle des adhérents adultes a pris le relais pour poursuivre cette réunion conviviale.

INFORMATIONS DIVERSES

- **La réunion Route :** Elle s'est tenue samedi 28 janvier. Voir en pièce jointe les prévisions du calendrier.

- **La Jean Racine 2017 :** Elle aura lieu cette année les 29 et 30 avril avec des circuits le samedi et le dimanche 14/32/40/51/63/90/122 km VTT le dimanche, 41/70/120km Route le samed et le dimanchei. 14/32/40km VTT le samedi avec inscription sur place
  Un challenge ULTRA JR 122km VTT + 120 km Route sur les 2 jours.

  Nous comptons sur vous pour que la JR17 reste toujours une réussite.

  Une nouveauté cette année, le village départ ainsi que le salon des exposants se tiendront dans v'enceinte du Domaine de St Paul ;

- **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.
  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 03 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.