

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@orange.fr

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

LE MESSAGE DU MOIS : Bien entendu vous avez réservé sur votre agenda les dates des samedi et dimanche 29 et 30 avril, pour la 25^{ème} édition de la Jean Racine. Les tableaux d'affectation des différents postes vont être diffusés à l'ensemble des bénévoles. **Merci aux adhérents qui ont des parents ou amis cités dans les tableaux, de les prévenir et aussi ceux qui n'ont pas d'email.**

LE PROGRAMME DU MOIS

- la route : **départ 8h 30** 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
	02/04	601 Clairefontaine 0,73%		632 Montjoye 0,62%		741 Gazeran 0,60%		831 Sonchamp 0,79%			
	09/04	612 Bouc Étourdi 0,85%		671 Montfort l'Amaury 0,74%		743 Montfort l'Amaury 0,59%		833 Forêt de Beynes 0,75%			
8h30	16/04	Sottie libre									
	17/04	631 Greffiers 0,62%		681 Bonnelles 0,76%		709 Venant 0,98%		813 Boissy le Sec 0,86%			
	23/04	675 Montfort l'Amaury 0,54%		743 Montfort l'Amaury 0,59%		741 Épernon 0,60%		901 Tacoignièrès 0,59%			
	30/04	La Jean Racine									

(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, **départ 8H 30** 2 ou 3 groupes selon les participants.

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

VELOXYJEUNE

- L'encadrement pour le mois

Date	Ecole Cyclo
01/04	Vacances scolaires
08/04	Vacances scolaires
15/04	Vacances scolaires
22/04	Informations transmises par Christophe DUFOUR
29/04	Organisation JR



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

LE CALENDRIER:

- **Samedi 29/04 et dimanche 30/04** : La Jean Racine comme l'an passé se tiendra sur les deux jours samedi et dimanche dans l'enceinte du domaine de St Paul avec :

- le samedi circuits de 17, 21, 32, 40, 51 et 63 km VTT 3 circuits de 40, 80, et 120 km Route
- le dimanche circuits de 17, 21, 32, 40, 51, 63, 90, 122 km 3 circuits de 40, 80, et 120 km Route
- Samedi et dimanche l'Ultra JR Challenge, 120 km Route + 122 km VTT
- Pas d'inscriptions sur place, sauf pour les circuits 17, 21 ;32 et 40 km, et pour les mineurs.
- Samedi et dimanche ,salon des exposants et tests VTT
- Samedi parade à vélo dans le centre ville.

Pour connaître votre affectation comme bénévole consulter les tableaux qui seront diffusés dans un message particulier.

NOTA : Les vététistes présents sur les ravitaillements ne le sont pas à temps complet car ils peuvent être affectés également sur d'autres postes (re- fléchage, ou autres interventions.....)

- La Route

- **Du jeudi 20/04 au lundi 24/04** : Véloscénie de St Rémy au Mont St Michel
Responsable Jean Marc BENAISE jean-marc.benaise@wanadoo.fr 01 30 47 47 72

- **Du 30 juillet au 06 août** : **La Semaine Fédérale Internationale de Cyclotourisme**

Elle aura lieu cette année à Mortagne au Perche (Orne).

Pour les personnes désirant un hébergement par l'organisation ou une réservation hôtelière il est conseillé de s'inscrire dès maintenant . Voir l'information et l'inscription sur le site de la FFCT ffct.org ou sur le « Où irons nous en 2017 » pour les abonnés à la revue. Un article de présentation dans CYCLOTourisme de janvier 2017

- Le VTT

- Renseignements auprès de François-Marie BREON,

- Les Vertes Tout –Terrain et les Maxi Vertes, Voir les informations sur le site de la FFCT ffct.org

INFORMATIONS DIVERSES

• **Le site Véloxygène, rappel :**

Pour accéder à la partie intranet du site, l'ensemble des identifiants a été crée à partir de la liste des adhérents. Votre identifiant est composé de la première lettre de votre prénom (ou 2 premières lettres pour les prénoms composés) et du nom de famille.

Pour créer votre mot de passe : Cliquer sur « se connecter » en haut à gauche de la page d'accueil puis « mot de passe oublié » vous recevrez un mail (adresse fournie lors de votre inscription en janvier) avec la procédure.

En cas de difficulté vous pouvez contacter Annie (annie.duret@gmail.com)

Cette liste permet également d'afficher le trombinoscope des VTTistes et Routiers ! Vous pouvez envoyer votre photo à Annie pour le compléter.

• **La prochaine réunion du Comité Directeur** : Elle est fixée vendredi 6 mai au club à 20h 30 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.