La lettre mensuelle de Véloxygène N° 229 novembre 2017

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 : Rappel : Le port d'un gilet de sécurité est obligatoire pour tous les cyclistes hors agglomération de nuit ou de jour par mauvaises conditions de visibilité

Extrait du décret n°2008-754 du 30 juillet 2008

LE PROGRAMME DU MOIS

- la route : **départ 8h 30** **9h 00 à partir du 11 novembre** 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	01/11	471 Circuit des 4 Saints 0,80%				503 Val St Germain 0,78%		651 Rond Point Comte de Toulouse 0,61%		681 Bonnelles 0,76%	
	05/11	483 Le Marais 0,72%				593 La Celle les Bordes 0,77%		611 Bouc Étourdi 0,85%		683 Souzy la Briche 0,92%	
	11/11	Sorties libres				Sorties libes		Sorties libres		Sorties libres	
	12/11	475 Vieille Église 0,61%				507 La Clairière 0,68%		601 Clairefontaine 0,63%		673 Clairefontaine 0,74%	
	19/11	473 Coignières 0,63%				505 Greffiers 0,72%		603 Val St Germain 0,62%		675 Montfort l'Amaury 0,54%	
	26/11	503 Val St Germain 0,78%				508 La Clairière 0,68%		592 Saint Sulpice de Favières 0,96%		703 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 8H 30 9h 00 à partir du 11 novembre** 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
18/11	Information transmise par Christophe DUFOUR
25/11	

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

INFORMATIONS DIVERSES

- **La Jean Racine 2018**
  Elle aura lieu les 14 et 15 avril 2018

- **L'Assemblée Générale Véloxygène**
  Elle aura lieu le **samedi 27 janvier 2018.** De plus amples informations seront fournies dans le PtP de décembre.

- **La galette Véloxygène**
  La galette des adultes aura lieu à partir de 18h après celle des jeunes de l'école cyclo

- **La Chaine**
  Elle sera diffusée courant novembre. Il n'est pas trop tard pour me transmettre vos papiers
  A ce jour 2 maillons m'ont apporté un article, maiis mécaniquementj 2 maillons, ne peuvent faire fonctionner une chaîne !!!!

- **Nouvelles adhésions, renouvellements**
  Le bulletin d'adhésion sera transmis prochainement .

- **La prochaine réunion du Comité Directeur : vendredi 19 janvier 2018 20h 30 au local**

  Ordre du jour : Questions diverses à préciser

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 <u>afin d' éviter au rédacteur d' aller à la pêche aux informations</u> n' oubliez pas de transmettre celles-ci (cyclo et VTT) à la rédaction avant le 20 du mois,merci.