La lettre mensuelle de Véloxygène N° 235 mai 2018

Le P' tit Plateau

http://veloxygene.fr

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 : Cette 27e édition de la Jean Racine, avec cette nouvelle organisation au domaine de St Paul, a été un succès, comme d'habitude, n'ayons pas peur des mots !.
.Comme toujours, ce nouveau succès est à attribuer à tous les bénévoles qui ont participé à cette réussite, dans tous les postes qu'ils ont tenus. Un grand merci à tous. Rendez-vous pour le buffet de la Jean Racine dont le déroulement sera précisé prochainement.

LE PROGRAMME DU MOIS

Attention changement d'horaire : Pour la route à partir du 1er Mai nous passons à l'horaire d'été .

- la route **: départs 8h 00** Sorties du dimanche et jours fériés
  Nota : 8h 00 est le départ officiel mais il est toujours possible de le moduler en fonction de la météo du moment .

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
8h00	01/05	Fête du Travail : Sorties libres									
	06/05	675 Montfort l'Amaury 0,54%				743 Montfort l'Amaury 0,59%		841 Épernon 0,60%		901 Tacoignières 0,59%	
	08/05	Armistice 1945 : Sorties libres									
	10/05	673 Clairefontaine 0,74%				745 Dourdan 0,76%		832 Sonchamp 0,79%		915 Condé sur Vesgre 0,70%	
	13/05	681 Bonnelles 0,76%				761 Orphin 0,66%		813 Boissy le Sec 0,86%		921 Bois de la Charmoie 0,65%	
	20/05	683 Souzy la Briche 0,92%				771 Chamarande 0,93%		811 Horreur et Val laid 1,06%		914 Boissy le Cutté 0,97%	
	21/05	Lundi de Pentecôte : Sorties libres									
	27/05	701 Sainte Mesme 0,77%				751 Villeconin 1,02%		851 Itteville 0,81%		963 Bazainville 0,68%	

(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 00** 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
05/05	Information transmise par Christophe DUFOUR
12/05	
19/05	
26/05	

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

LE CALENDRIER:

- La Route

- 19 au 26 mai : séjour Véloxygène à Gréoux les bains

- Le VTT

Contacter François-Marie BREON

INFORMATIONS DIVERSES

- L'annuaire des adhérents 2018 : il sera diffusé prochainement

- La Jean Racine 2018 : a accueilli 4000 participants répartis sur le week-end, et un forfait de 466 inscrits.

- La prochaine réunion du Comité Directeur : Elle est fixée au mercredi 02 mai 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.