

**La Jarlandine, le dimanche 31 mai 2009
approche à grands pas.
Bientôt nous aurons besoin de votre collaboration
Pour l'organisation de cette manifestation**



ACCIDENT

Jose Mellado a chuté sans gravité à vélo route, sans déclaration à la FFCT. Nous lui souhaitons un prompt rétablissement.

ECOLE CYCLO

Prévisions de sorties

Du 11 au 15 ou du 21 au 24 juillet, date préférée des accompagnants, dans un centre VTT pour le groupe des grands et quelques moyens qui seront choisis en fonction de leur assiduité et donc de leurs capacités, à Vaison la Romaine. Jeunes et parents faites nous savoir rapidement vos préférences.

Maxi Verte du 15 au 22 août 2009 à Aubusson d'Auvergne, au centre national de cyclotourisme.

Sortie à Peyruis, « La Rando des Fontaines » le dimanche 5 Avril 2009 site internet : www.vvtpeyruis.fr

Sortie à Villelaure le dimanche 19/04/2009, info sur site : http://fcvd.free.fr/randos_diverses.html

Pour ces deux sorties relire l'info 02 – Saison 2009.

Contacts : Thierry DURAND thierry@uscasacyclovtt.fr ☎ 04.92.34.53.29
Olivier BOREL olivier@uscasacyclovtt.fr ☎ 06.16.36.08.72

PROGRAMME DES SORTIES CYCLOS GROUPE A

04.04 DEPART 13 H 30 DISTANCE : 119 KM

St Auban / Sisteron / La Motte / col de Sarraut / Turriers / Col de Sagnes / Clamensane / Sisteron / St Auban

11.04 DEPART 13 H 30 DISTANCE 93 KM

St Auban / Les Bons Enfants / Le Thor / Sisteron / La Marquise / Ribiers / Les Armands / Mison Laragne / Upaix / Le lac de Mison / Mison / La côte des yaourts / Sisteron / St Auban

18.04 DEPART 13 H 30 DISTANCE : 106 KM

St Auban / Mallefougasse / Ongles / Forcalquier / Mane / Dauphin / Col de la mort d'Imbert / Manosque / La Fuste / Oraison / St Auban

25.04 DEPART 13 H 30 DISTANCE : 109 KM

St Auban / Mallefougasse / Montlaux / St Etienne / Rocher D'Ongles / Forcalquier / La Brillanne Oraison / Le pont de l'Asse / Brunet / Oraison / Les Mées / St Auban

02.05 DEPART 13 H 30 DISTANCE : 89 KM

St Auban / Malijai / Thoard / Pas de Bonnet / Champtercier / Digne / Col de l'Orme Châteauredon Le Chaffaut / St Auban

Ou randonnée à l'extérieur, pour plus d'infos contacter les responsables

Contacts : Serge BRIONNE ☎ 06.82.88.58.01
Gérard LIEUTIER gege.lieutier@orange.fr ☎ 06 87 90 01 11

PROGRAMME DES SORTIES CYCLOS GROUPE B

04.04 Départ 13 h 30 distance : 98 km

St Auban / Le Chaffaut / Digne / col du Corobin / Chabrières / col de l'Orme / Le Chaffaut / St Auban

11.04 Départ 13 h 30 distance : 106 km

St Auban / Mallefougasse / Ongles / Forcalquier / Mane / Dauphin / Col de la mort d'Imbert / Manosque / La Fuste / Oraison / St Auban

18.04 Départ 13 h 30 distance : 119 km

St Auban / Sisteron / La Motte / col de Sarraut / Turriers / Col de Sagnes / Clamensane Sisteron / St Auban

25.04 Départ 13 h 30 distance : 115 km

Jabron / Méouge

02.05 Départ 8 h 30 distance : 122 km randonnée entre Hautes Alpes et Drôme

Eyguians / Méreuil / Serres / Sigotiers / Col de Carabes / Valdrôme / Luc en Diois Jonchères / col de Prémol / Establet / La Charce / Montmorin / Col des Tourettes Col de la Saulce / L'Epine / Collet des Michels / Col de Serre Larobe / Montjay / Trescléoux / Eyguians.

Contacts : Jean-Luc FAVRE Jean-Luc@uscasacyclovtt.fr ☎ 06 08 84 86 35
Patrick PESENTI Patrick@uscasacyclovtt.fr ☎ 04.92.68.05.44

VOYAGE EN CORSE GROUPES A ET B

Le voyage en Corse est annulé, il est remplacé par un week-end prolongé du 12 au 16 juin à Sospel dans l'arrière pays Niçois. S'inscrire rapidement afin de réserver l'hébergement. Pour plus d'infos contacter Patrick.

Contact: Patrick PESENTI Patrick@uscasacyclovtt.fr ☎ 04.92.68.05.44

PROGRAMME DES SORTIES CYCLOS GROUPE C

01/04 DEPART 13H30 : 81 KM

Saint-Auban - Château-Arnoux - Malijai - Puimichel - Entrevennes - Oraison - Les Mées - Saint Auban

04/04 DEPART 13H30 : 96 KM

Saint-Auban - Château-Arnoux - Volonne - Sisteron - La Motte du Caire - Claret - Thèze - Valernes - Volonne - Château-Arnoux - Saint-Auban
Variante : col de Sarraut-Turriers-col des Sagnes-Bayons Clamensane : 118 km

08/04 DEPART 13H30 : 86 KM

Saint-Auban - Mallefougasse - Cruis - St Etienne - Ongles - Lardiers - col de Buirre - l'Hospitalet - Banon - la Pourcine - St Etienne - Cruis - Mallefougasse - Saint-Auban

11/04 DEPART 13H30 : 100 KM **BREVET**

Saint-Auban - Château-Arnoux - Malijai - Le Chaffaut - Digne - col de l'Orme - Mezel - poteau de Telle - Brunet - Oraison - Les Mées - Saint-Auban

15/04 DEPART 13H30 : 84 KM

Saint-Auban-Château Arnoux-Malijai-le Chaffaut-Digne -Champtercier-pas de bonnet-Thoard-Malijai-les Mées Saint-Auban

18/04 DEPART 9H00 : 150 KM **BREVET**

Saint-Auban - Château Arnoux - vallée du Jabron - col de la Pigière - Séderon - Barret/Méouge - Laragne - Lazer-Monetier Allemont - Claret - Thèze - Valernes - Sisteron - Volonne - l'Escale - Saint-Auban

18/04 DEPART 13H30 :

Saint-Auban - Château-Arnoux - Volonne - Sisteron - Valernes -Thèze - Claret - et **retour avec cyclo brevet 150**

22/04 DEPART 13H30 : 70 KM

Saint-Auban - Château-Arnoux - Sisteron - Le Thor - Noyers - Saint Vincent - Noyers - Château-Arnoux - Saint-Auban

25/04 DEPART 13H30 : 73 KM

Saint-Auban - Château-Arnoux - Les Bons Enfants - saint Vincent - col de l'Ange - Châteauneuf Miravail - Château Arnoux - Saint-Auban

26/04 DEPART 6H 30 RANDONNEE DE RIEZ SE FAIRE INSCRIRE

25/04 DEPART 13H30 : 102 KM

Saint-Auban - Les Mées - Oraison - 4 chemins - Valensole - poteau de Telle - La Bégude - Oraison - les Mées - Saint-Auban

REUNION POUR LE VOYAGE A CAMBRILS LE 16 avril 2009 à 18 heures salle Guillaume Vernay

Contacts : MOLINE Odette molinealbert@orange.fr ☎ 04.92.64.19.56
MASSON Christian ch.jack@orange.fr ☎ 04.92.64.10.34

PROGRAMME DES SORTIES VTT

Sorties les lundis et vendredis départ 13h30 sur rendez-vous.

Contact : BARES René subare@orange.fr ☎ 04.92.64.03.67

PAQUES EN PROVENCE 11-12-13 AVRIL 2009 AU PONTET (84)

Traditionnellement, les cyclotouristes se retrouvent à Pâques pour marquer, entre amis, le début du printemps, et la reprise des longues randonnées ; initiées en Provence par Vélocio. Ces rencontres se déroulent chaque année dans un village différent depuis 1924. La rencontre officielle a lieu le dimanche matin, mais des randonnées et visites guidées, souvent accompagnées d'une exposition historique sont également proposées tout le week-end. Le rendez-vous 2009 est fixé au Pontet, à proximité d'Avignon.

Renseignements : US Pontetienne Amicale Cyclo

Tél. : 04 90 83 10 83 - uspcyclo-lepontet84@orange.fr - www.uspcyclo.com

SEMAINE FEDERALE

La soixante et onzième aura lieu à Saint-Omer (62) du 2 au 9 août 2009.

Pensez à vous inscrire avant le 01 mai 2009.

THABOR

Le refuge des Marches est réservé pour le Samedi 29 et 30 août 2009.

Le tarif est de 49,00€ pour la nuitée avec le repas du soir, le petit déjeuner et le pique-nique du lendemain les places sont comptées, elles sont au nombre de 23. Veuillez vous inscrire rapidement accompagné du règlement avant le 30/04/09. Il y a déjà 3 réservations donc il ne reste plus que 20 places. Merci d'avance.

Le programme :

959- Samedi 29 août départ VTT de Valmeinier 1800, le col des Marches et le refuge des Marches.

Les plus courageux pourront faire une balade vers le lac de Bissorte.

- Dimanche 30 août, refuge des Marches, cols Bataillères, Passage Ste Marguerite, col Vallée Etroite, col Replanette AR, col Fontaine Froide AR, col Thures et arrivée à Névache.

Contact : Jean Bernauer jean.bernauer@orange.fr ☎ 04.92.62.61.11
Thierry Durand thierry@uscasacyclovt.fr ☎ 04.92.34.53.29

Une rando pédestre sera organisée pour la même occasion.

Contact : Jean Luc FAVRE Jean-Luc@uscasacyclovt.fr ☎ 06 08 84 86 35

25 ET 26 JUILLET BCMF DE L'AIGOUAL

BCMF de l'Aigoual organisé par le cyclo club Fabrèguois (34). Les personnes intéressées sont priées de contacter les responsables.

Pour ceux qui disposent d'internet plus d'infos sur www.bcmf-aigoual.fr

Contacts : MASSON Christian ch.jack@orange.fr 04.92.64.10.34
BRIONNE Serge 06.82.88.58.01
FAVRE Jean-Luc Jean-Luc@uscasacyclovt.fr 04.92.64.34.80

PROCHAINE REUNION DE BUREAU

Jeudi 23.04.2009 à 18 h 00 à la salle Guillaume VERNAY.

Les non élus y sont cordialement invités, toutes les idées sont les bienvenues

COMMANDE MATERIEL PAR INTERNET

Contactez rapidement Thierry si vous êtes intéressés par des articles du site : <http://www.fizzbikes.com/>

Contact : Thierry Durand thierry@uscasacyclovt.fr ☎ 04.92.34.53.29

SECURITE

Routiers : SORTEZ CASQUES ET RESPECTEZ LE CODE DE LA ROUTE.

VTTiste : CASQUE OBLIGATOIRE ET RESPECT DU CODE DE LA ROUTE EN LIAISON.

N'OUBLIEZ PAS DE SIGNALER A NOTRE DELEGUE SECURITE, Christian MASSON, ch.jack@orange.fr
LES PIEGES QUE VOUS RENCONTREZ SUR VOS ROUTES.

