



Fonctionnement 2024 du Club

LICENCES 2024

Suivant le **règlement de la Fédération**, pour rouler avec le **Club**, il faut être **assuré FFVélo** donc avoir la **Licence FFVélo + Cotisation Club**

Lors des inscriptions aux randonnées organisées par la **FFVélo.**, qui sont gratuites, vous devez présenter votre licence.

Elle est **obligatoire** pour le **challenge** du CODEP 31.

Les **sorties** organisées par les **autres Fédérations** sont **payantes**. (*Prises en charge par le Club suivant les cas*)

Le fascicule accompagnant la licence comporte les différentes garanties d'assurance.

ATTENTION :

Il est possible que **plusieurs cycloportives** exigent un **certificat médical spécifique** à l'inscription

CALENDRIER 2024

Le **calendrier** avec les **horaires des sorties** et les **parcours** ou **randonnées** figure **sur notre site** <http://www.seysses-velo-club.fr>

Pour les sorties numérotées au calendrier, un pointage des présents sera effectué par le Capitaine référent, afin de pouvoir justifier de l'activité du Club

Le **port du maillot** aux **couleurs du club** est demandé pour la prise des **photos de groupe** et vivement **recommandé** pour **chaque sortie** et notamment les **sorties** organisées par **d'autres Clubs**.

INFOS

Le **Site** est le **Vecteur principal** de diffusion des **informations** => <http://www.seysses-velo-club.fr>

Quelques mails seront transmis pour les **informations majeures** ! => Un courrier sera adressé aux quelques adhérents n'ayant pas d'accès internet !

Si nécessaire **une boîte à lettres** est à votre disposition **dans le hall de la Mairie** (à droite sous l'Escalier), votre courrier sera acheminé vers le CoDir très rapidement.

EQUIPEMENTS

Le premier maillot (été à manches courtes) sera remboursé l'année suivante au nouvel adhérent aux conditions suivantes :

- Avoir participé à un minimum de 15 sorties numérotées au calendrier de l'année correspondante à l'inscription (sauf sur avis contraire du Comité Directeur).
- Renouveler la licence l'année suivante (année N+1)

Les autres achats de vêtements seront entièrement à la charge de l'adhérent, toutefois il bénéficiera des tarifs obtenus par le Club, suivant les possibilités de sa trésorerie !

Concernant les autres équipements et accessoires, plusieurs **partenariats** ont été établis et nous permettent d'avoir des avantages **sur présentation de la licence** => **cf site**

LES CAPITAINES

Le **Seysse Vélo Club** fonctionne en plusieurs Groupes de niveaux différents, chacun sous la **Coordination de Capitaines**

Les Capitaines sont les responsables du bon fonctionnement des groupes.

Ils n'ont cependant **aucune responsabilité juridique** vis-à-vis du groupe qu'ils animent.

Ce sont des Fédérateurs. Ils sont volontaires et ont été nommés, pour l'année, par le Comité Directeur (CoDir) pour prendre en charge cette **mission avec responsabilité**, malgré son aspect ingrat.

Rôle des Capitaines pour un bon déroulement de chaque sortie :

- Veiller à la **sécurité** globale du groupe
 - Taille du groupe,
 - **Respect** de la **signalisation** et du **Code de la route** en général,
 - Prévention des comportements dangereux,
 - **Sécurisation** lors des arrêts pour crevaison, arrêt pipi, ...)
 - Respect des horaires de départ
- Lors des **départs** inciter les **groupes** à observer environ une **distance de 100m** ou un **délai de 1mn** entre chaque départ, par sécurité, afin de ne pas se doubler en route.
- Promouvoir la **solidarité** au sein du groupe (crevaison, vent, fatigue ...)
- Rappeler à **chacun nécessité de signaler**, pour ceux de derrière, les **dangers potentiels** tels que trous, bosses, terre-plein, gravillon, virages, voiture, Cyclos, piétons, etc...
- Faire suivre l'**itinéraire prévu**. Proposer des modifications en fonction des aléas
- Les Capitaines et tous les Cyclos doivent (devraient) **connaître leur parcours** avant le départ, cela augmente la sécurité
- Faire **respecter** les vitesses **moyennes** définies par groupe,
- **S'assurer** que **tout le monde suit** et surtout que personne ne soit dans le rouge !
Et si dans le groupe quelques-uns se détachent en tête, qui sont plus en jambes et qui tirent trop fort, il faut les inciter à faire demi-tour en haut des bosses pour aller chercher les plus faibles ou ne pas hésiter à couper le groupe et laisser s'exprimer ceux qui se sentent plus en forme pour le moment !
Mais ne jamais laisser quelqu'un tout seul
- **Accueillir** et encadrer les nouveaux licenciés
- Sensibiliser si nécessaire au **respect de la nature**, au respect des autres usagers et des bons usages (*On ne jette pas ses détritiques sur la route, arrêts "pipi" en dehors des villes...*)
- **Nota** : **Sécurité** et **bonne marche** du Groupe, sont l'**affaire de tous** et de la **responsabilité de chacun**

Nous devons être compréhensifs envers eux.

Il est souhaitable qu'il y ait plusieurs Capitaines, dont un **Référent** par Groupe.

Le Capitaine Référent **renseignera**, sur le calendrier du site, **les présences de son groupe** aux sorties numérotées et autres sorties nationales référencées **FFVélo**.

En l'**absence de ce Capitaine** lors d'une sortie, **un des Capitaines** ou **un des participants** lui communiquera la liste des présents. ou la transférera au Président

Les Capitaines 2024 :

N° Groupe	Circuits	Vitesse moyenne Indicative	Capitaines
<u>Groupe 1</u>	95 à 100 kms	+ 30 km/h	Jérôme BRUT-BONNEFOY* / Selim GRIVAULT / Didier TORRESIN / Emmanuel LAGARDE
<u>Groupe 2</u>	95 à 100 kms	+ ou - 28 km/h	Pierre GAZZERA* / Alain BOUSQUET Jean-Pierre LEPRETRE / Antoine DE LA ROSA Patrick MABRU
<u>Groupe 3</u>	90 à 95 kms	+ ou - 25 km/h	Maguy TURIES / Jean Michel VANESTRENVORD
<u>Groupe 4</u>	75 à 80 kms	+ ou - 23 km/h	Michel ALBIGNAC* / Sylvie CESCO Denis MAILLARD
<u>Groupe 5</u>	65 à 70 kms	+ ou - 21 km/h	Gisèle GAZZERA* / Gérard DUPUY
<u>Groupe 6</u>	Nbre de kms au choix à partir du P1	- de 20 km/h	??

* => Capitaine référent pour la saisie des présences.

SECURITE

Les Groupes devront observer environ une distance de 100m ou un délai de 1mn entre chaque départ, par sécurité, afin de ne pas se doubler en route.

Le cyclotourisme exige quelquefois des efforts physiques importants. Il est recommandé que chaque licencié s'assure auprès de son médecin ou par le biais d'un test à l'effort qu'il est apte à pratiquer cette activité.

Chacun choisira au départ le groupe qui convient le mieux à ses aptitudes, ses motivations et en devra respecter l'esprit.

Le port du casque reste fortement conseillé, même durant la trêve hivernale, car la chute ou l'accident n'a pas de saison.

Le port du gilet fluorescent est obligatoire de jour lorsque le temps est menaçant et gris et quand la visibilité n'est pas suffisante, dans le brouillard par exemple. Dans tous les cas il est obligatoire de nuit.

Le Code de la route doit être impérativement respecté

Voir tous les documents sur le site, «MEMBRES / Sécurité »,

- Code de la Route
- Charte Cyclable
- Les Bons réflexes pour rouler en Groupe

Le code de la route nous tolère de rouler à deux de front,

Sauf en cas de circonstances dangereuses telles que :

- En présence de brouillard (gilet de sécurité obligatoire)
- Par grosse circulation
- Au début ou à la tombée de la nuit (balisage obligatoire)
- Entrée en agglomération

Lorsque **le relief nous prive de visibilité**,

Nous **devons laisser suffisamment de place** aux **véhicules** qui pourraient survenir **en face**,
par exemple :

- Au sommet d'une côte
- Dans un virage prononcé sur route étroite

Lorsqu'un **véhicule se présente à l'arrière, ralenti par le peloton**,

- Le dernier doit le signaler à haute voix.

RECOMMANDATIONS ET COMPORTEMENT EN GROUPE !

Il est **important** de **rappeler à chacun** quelques **points essentiels** lorsqu'on roule **en Groupe** :

- **Prudence et vigilance**
- Rien ne s'oppose à **prendre le relais** (sauf cas de fatigue extrême)
- **Allure libre** dans les côtes avec **attente au sommet** pour les premiers, les costauds peuvent s'adonner aux sprints.
- Nécessité à **chacun de signaler**, pour ceux de derrière, **les dangers potentiels** tels que trous, bosses, terre-plein, gravillon, virages, voiture, Cyclos, piétons, etc...
- Être **très attentifs à celui qui précède** (prévoir suffisamment d'espace)
- Les coups de **freins brusques** sont à **exclure** catégoriquement.
- Si un **arrêt** s'avère nécessaire, **prévenir le Capitaine** de route.
- La **solidarité** doit jouer en toutes circonstances (problème mécanique, problème physique accident ou incident)
- **S'assurer que tout le monde** suit et surtout que personne ne soit dans le rouge !
- Ne **jamais laisser quelqu'un tout seul**
- Les **Groupes** doivent **ralentir** lors de la **traversée de villages** notamment au retour près de Seysses.
- **Crachats, expectorations =>** En cas de nécessité, se signaler, se laisser dépasser pour se soulager **en dernière position** !
- La **Courtoisie** doit être de mise quelles que soient les situations, envers autrui,
- Sachons **respecter la nature**.
- Arborons nos couleurs par le **port du maillot**
- Pour élever la renommée du club, **inscrivons-nous massivement** lors des sorties extérieures et soyons **respectueux** du Club qui reçoit.
- Les **sorties en semaine** ainsi que les **sorties en période hivernale** sont des **sorties libres**, sans parcours prévu par le Club. Des **idées**, sont disponibles sur le site, à rubrique : « *MEMBRES/Circuits/Archives Circuits* »
Tous les **parcours de 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022** permettront de faire un choix suivant la difficulté souhaitée et le sens du vent.
- **En l'absence de Capitaine, toutes les recommandations** énoncées dans les paragraphes précédents (Rôle des Capitaines, Sécurité, Comportement en Groupe) **sont l'affaire de tous et de la responsabilité de chacun**

LA CHARTE DU CYCLO SOLIDAIRE ET RESPONSABLE

- J'éviterai d'être en retard afin de ne pas désorganiser l'ordre des départs sur le parking.
- Je choisirai mon groupe dès le départ, et j'éviterai de partir avec le groupe supérieur pour m'abriter.
- En tête de groupe je m'assurerai de la bonne connaissance du parcours afin de ne pas orienter le groupe dans une mauvaise direction.
- Dans la mesure de mes possibilités je prendrai des relais corrects en évitant de désorganiser la cohésion du groupe par des relais trop énergiques ou de me retrouver inutilement seul devant.
- Au sommet d'une côte, je mettrai pied à terre ou je ferai demi-tour afin que mes collègues retardés puissent bénéficier immédiatement de l'abri du groupe, et ne soient pas obligés de chasser dans le vent pour retrouver la tête du groupe.
- Je serai à l'écoute de mes camarades et surtout de mes capitaines dans toutes circonstances que ce soit au niveau sécurité et allure.
- J'éliminerai tous comportements dangereux pouvant occasionner la chute.
- J'éviterai des comportements aussi stupides qu'irresponsables, rien que pour flatter mon égo et ayant pour conséquence la désorganisation du groupe.
- Si je décide d'abandonner le circuit ou le groupe, j'avertirai au moins un capitaine pour éviter que l'on m'attende inutilement.
- Je choisirai mon groupe en fonction de mon niveau réel et non de mes aspirations afin de préserver la bonne cohésion du groupe.
- Je m'efforcerai de porter le maillot du club lorsque je roule en groupe.

Seysses le 28/11/2023

BONNE ROUTE A TOUS !!! -

Le Comité Directeur de Seysses Vélo Club