

# VTT AVENTURE « CAUSSE-VEZERE »

Mairie – 19600 Saint Pantaléon de Larche



Septembre/octobre 2013

N° 14



## Le Mot du Président

C'est la reprise ! Si le rendez-vous de l'école VTT du 7 septembre est reporté pour cause de mauvais temps, les adultes n'ont pas manqué le leur avec 30 vététistes au départ du local du club. Même si la pluie s'est invitée à la fête, cela ne les a pas découragé pour autant. Quelques nouveaux se sont joints à nous pour cette 1<sup>ère</sup> sortie, nous leur souhaitons la bienvenue. En ce mois de septembre je vous propose aussi une nocturne VTT à Chartrier Ferrière (voir plus bas)

## LES PROCHAINS RENDEZ-VOUS

### Ecole VTT de 14h à 16h30

21/09 : Parking du Dolmen de La Palein  
28/09 : Parking de Rotassac  
05/10 : Parking de Rotassac  
12/10 : Parking de Rotassac  
19/10 : Parc des Perrières  
28/10 : Parking de Rotassac  
A la Toussaint, des stages à la journée seront proposés du côté de la base nautique.

### Sorties Adultes et Loisirs rendez-vous à 08H30

21/09 : 21h Nocturne Club et Loisirs : parking salle des Fêtes de Chartrier  
22/09 : Le Roc Lanzagais à Lanzac (24)  
29/09 : Sortie Club et loisirs - Base nautique  
06/10 : Rando Silex - St Léon sur vézère (24)  
06/10 : Sortie Club et loisirs - Base nautique  
13/10 : Sortie Club et loisirs - Dolmen de la Palein  
20/10 (ou 27/10 selon météo) : Sortie Club Les saulières  
20/10 : Rando Julliac (24)  
27/10 : Sortie Club et loisirs - Digue du Lac

## ECOLE VTT

L'école VTT c'est reparti !!

Le premier entraînement a eu lieu samedi 14 septembre à Rotassac. Une trentaine de jeunes étaient au rendez-vous, trépignants sur leur « monture ». Les animateurs présents ont pu assurer la formation de 4 groupes permettant aux anciens comme aux nouveaux de trouver leur place. Mini rando, singles à la Couze, maniabilité autour du Lac et bien sur Bike Park, chacun selon son niveau a pu participer sous un soleil mitigé.

Petit rappel aux anciens : n'oubliez pas de porter les tenues du club !

Besoin d'une tenue ! Contactez le président, il lui reste encore quelques stocks.



## Bonne chance au Monténégro !

Après un dernier entraînement au siège fédéral de la FFCT fin août, Rosalie va s'envoler pour le Concours Européen d'éducation routière qui a lieu cette année à Bar, sur la côte Adriatique du Monténégro du 20 au 23 septembre 2013.

Elle représentera la France avec trois jeunes de sa catégorie. Ensemble ils devront affronter 22 autres nations européennes.

Nous leur souhaitons à tous les 4 **BONNE CHANCE** et à toi Rosalie, nous te disons d'avance **MERCI**.

**Je prends soin de ma tenue et de moi-même**

Je n'oublie pas d'arriver à l'école VTT le samedi avec :

- Une paire de gants à ma taille
- Un casque à ma taille et en bon état
- Un vêtement de pluie
- Une bonne paire de chaussures

Je n'oublie pas non plus de l'eau, pour la soif il n'y a rien de mieux et un encas.

**Je prends soin de mon vélo :**

En ce début de saison et après un été chaud, il est utile et indispensable de vérifier l'état de ma « monture ». Alors je pense sans tarder à vérifier :

- \* Les pneus (état, pression)
- \* Les freins à disques ou à patins, je surveille
- \* Toute la transmission (chaîne, dérailleur, cassette ou pignons), je n'oublie pas l'huile !!!
- \* Serrage des roues, pédales bien serrées, jeu de direction...
- \* je vérifie les embouts de guidon (tube fermé)
- \* j'ai du matériel de réparation pour une crevaison, une chambre à air de rechange en bon état.

**Section Adultes**



Les sorties Loisirs et Club ont repris dimanche 8 septembre dans la joie et la bonne humeur. Malgré un soleil totalement absent, nous étions une trentaine au départ du local à nous lancer pour une reprise en douceur aux alentours du Lac de Lissac. La pluie n'a découragé aucun d'entre nous. Nous étions au rendez-vous pour un apéritif de rentrée bien mérité et un repas grillade à l'abri dans la salle Vézère Causse. A remarquer tout de même un nombre de chutes assez important pour une reprise. Même si la pluie est à l'origine de beaucoup d'entre-elles, les dégâts causés par la tempête du mois d'août ont rendus les chemins plus difficiles à pratiquer.

**Nocturne VTT**

Une sortie en nocturne est programmée le samedi 20 septembre. Le Rendez-vous est à 21H à la salle des fêtes de Chartrier Ferrière. Nous proposons deux parcours (adultes et loisirs) avec un temps de ballade d'environ 2 heures. A l'issue, une soupe à l'oignon nous attendra au chaud à l'intérieur de la salle. N'oubliez pas votre éclairage et la chasuble de sécurité qui est obligatoire la nuit hors agglomération. La sortie est réservée aux adultes, mais certains jeunes pourront accompagner leurs parents si ceux-ci sont au club et veulent bien les amener sous leur responsabilité.

Pour l'école VTT (les plus grands 14 ans et +), nous programmerons une sortie semi-nocturne un samedi vers 17H en remplacement de la séance de l'école VTT.

**PHOTO INSOLITE DU MOIS**

**La saison a démarré sur les chapeaux de roues pour certains !**

**Bravo à Quentin Faure pour cette magnifique pirouette...**



Site d'inscription en ligne : [www.teamdo.com](http://www.teamdo.com)

Pour les adultes : VTT Aventure Causse-Vézère

Pour l'école VTT : VTTACV - Ecole VTT

**LE BUREAU DE L'ASSOCIATION**

**Le Bureau (nos coordonnées)**

Président : Pierre-Jean Manet - 06 83 77 32 48

Secrétaire : Henri Rosendo - 06 75 05 08 02

Trésorier : Christophe Bourdet - 06 10 75 13 26

M. Sécurité : Jean-Paul Marcel - 06 23 53 45 45

Secrétaire Adj. : Nicolas Biedermann - 07 86 99 14 66

Gazette : Christine Dayre : - 06 50 28 94 73