



INFO N° 1 SAISON 2024

Compte rendu réunion



**Jeudi 15 février 2024 / Salle Guillaume Vernay**

Début de séance 16h30 / 17h45 Fin de séance :

**Ordre du jour**

- ✓ Rappel des administrateurs et des membres du bureau élus à l'assemblée générale
- ✓ Qui fait quoi ?
- ✓ Déclaration en préfecture des changements au niveau des administrateurs
- ✓ Déclaration à la FFCT
- ✓ Sécurité
- ✓ Minibus et remorques
- ✓ Ecole VTT
- ✓ Programme des différents groupes (VTT musculaire, VTT VAE, cyclo groupe A et cyclo groupe B)
- ✓ Jarlandine
- ✓ Présentation maquette des maillots club 2024
- ✓ Questions diverses

**Etaient présents :** (12 personnes)

Catherine COMTE, Karine GOURIOU, Véronique VAST, Bernard BIGNON, Éric SACOPOULOS, James DEVILLIERS, Jean Luc FAVRE, Jean-Marc GUERINI, Joël BENOIST, Mario BLAISE, Philippe ARGANT et Philippe BOURGEON.

**Était absent :** Thierry DURAND (excusé)

**Secrétaire de séance :** Jean Luc FAVRE

C'est avec une grande tristesse que nous avons appris le décès d'Alain ARNAUD. Alain a été membre du club durant de nombreuses années, il participait régulièrement aux réunions de bureaux, bénévole engagé pour la Jarlandine, en particulier sur les ravitaillements. Il avait également créé un groupe cyclo en collaboration avec "Nanou".

Ta gentillesse, ta disponibilité et ton engagement resteront gravés dans nos cœurs



## **Administrateurs de la collégiale 2024**

- ✓ Trésorier : Thierry DURAND
- ✓ Interface administratif : Éric SACOPOULOS
- ✓ Sécurité : Jean Luc FAVRE
- ✓ Ecole VTT : Jean-Marc GUERINI et Thierry DURAND
- ✓ VTT : Éric SACOPOULOS et Jean-Marc GUERINI
- ✓ Route : Karine GOURIOU e Jean Luc t FAVRE

## **Membres du bureau 2024**

Karine GOURIOU, Éric SACOPOULOS, Jean Luc FAVRE, Jean-Marc GUERINI, Joël BENOIST, Philippe ARGANT, Philippe BOURGEON et Thierry DURAND.

Gérard ESCARTIN : réélu lors de l'assemblée générale, ne souhaite plus faire parti du bureau, mais sera toujours présent pour apporter son aide.

## **Qui fait quoi ?**

- ✓ Trésorier : Thierry DURAND
- ✓ Interface administratif : Éric SACOPOULOS
- ✓ Sécurité : Jean Luc FAVRE
- ✓ Communication : Philippe ARGANT
- ✓ Responsable matériel roulant (minibus et remorques) : Éric SACOPOULOS
- ✓ Responsable matériel (ordinateurs, Jarlandine, etc..) :  
Karine GOURIOU et Joël BENOIST
- ✓ Ecole VTT : Jean-Marc GUERINI et Thierry DURAND
- ✓ VTT (VAE) Adulte : Éric SACOPOULOS et Philippe BOURGEON
- ✓ VTT musculaire Adulte : Jean-Marc GUERINI
- ✓ Route : Karine GOURIOU et Jean Luc t FAVRE
- ✓ Coordinatrice Jarlandine : Karine GOURIOU

## **Déclaration en préfecture des changements au niveau des administrateurs**

- ✓ Démission de Jacques GRELAT
- ✓ Nomination de Jean Luc FAVRE au poste de délégué sécurité

Éric va transmettre les modifications en préfecture

## Déclaration FFCT

Karine a modifié la page du club sur le site de la fédération



## .. Sécurité..

Référent :

Jean Luc FAVRE

☎ 06.08.84.86.35

[Jean-Luc@uscasacyclovtt.fr](mailto:Jean-Luc@uscasacyclovtt.fr)

### En randonnée :

Je respecte le code de la route, les cyclos en permanence, l'école cyclo et les groupes vététistes lors des parcours de liaison.

### Santé :

- Un test à l'effort est fortement recommandé : Si vous êtes un homme de plus de 45 ans ou une femme de plus 55 ans.
- Vous pouvez passer un test à l'effort, **Centre Médico Sportif** Centre hospitalier de Digne les Bains tel : 04.92.32.05.60
- Visite effectuée par des médecins du sport  
Ce test comprend : Une visite médicale approfondie avec épreuve d'effort sous maximale + profil tensionnel. Prix du test 60€

### Secourisme (PSC1) :

Les personnes qui sont intéressées par une formation ou un recyclage PSC1 sont priées de se faire connaître. Eric va contacter Jeff DI GIOVANNI (pompier) pour connaître les modalités de cette formation.

### Incidents ou accidents :

N'hésitez pas à faire remonter les incidents ou accidents que vous rencontrez, au délégué sécurité ou à votre référent qui se chargera de transmettre l'information.

**Il convient d'adopter les bons réflexes parce qu'à vélo, la sécurité n'est pas une option**

## LES NUMÉROS D'APPEL D'URGENCE



### Minibus et remorques

Antivol : Une canne pour le volant et des écrous, vont être achetés pour protéger le minibus

Le minibus va être prochainement garé chemin des crêtes à St Auban au même endroit que la grande remorque. L'assurance sera avertie de ce lieu de garage.

Le minibus a passé le contrôle technique, une seule recommandation surveiller l'état d'usure des plaquettes arrière. Mario et Maurice MARTINEZ se proposent de faire un contrôle

Soyez vigilants lors de l'accroche de vos vélos sur les remorques

Signalez tout dysfonctionnement que vous pourriez constater sur le minibus et les remorques

Éric fera appel par l'intermédiaire de WhatsApp, pour le nettoyage des abords du garage chemin des crêtes



### .. Ecole VTT..

#### Référents :

Thierry DURAND

☎ 06.86.43.78.41

Jean-Marc GUERINI

☎ 06.40.59.78.17

Les sorties se passent bien. Un enfant de 12 ans a fait un essai mercredi dernier.  
Dix enfants sont inscrits à l'école

Une séance est programmée le 21 février, puis l'école s'arrêtera pendant les vacances scolaires

Lucas, en formation BP JEPS, sera présent jusqu'à la fin de l'année scolaire, les encadrant lui confient de plus en plus de responsabilités, jusqu'au moment où il pilotera une séance du début jusqu'à la fin.

Lucas doit créer un projet de A à Z dédié à l'école VTT en respectant un cahier des charges.  
Par exemple une sortie à la journée, ça pourrait-être l'enduro de Lure

Jean-Marc va contacter le tuteur de Lucas pour être en phase au niveau des assurances concernant le projet



## **.. VTT musculaire..**

Référent :

Jean-Marc GUERINI

☎ 06.40.59.78.17

Cinq à six personnes sont intéressées, les sorties vont se mettre en place tranquillement.

Jean-Marc veut bien donner l'impulsion, il va essayer de faire une sortie avant de s'absenter trois semaines

Le groupe s'appelle "le temps des paysages".

Deux notions :

- 1) on n'est pas la tête dans le guidon, prendre le temps de pédaler
- 2) mais aussi observer

Tranquillisez vous, c'est du musculaire, c'est un peu plus dur évidemment, mais cool



## .. VTT Vétérans / VAE..

### Référents :

Éric SACOPOULOS

☎ 06.68.30.97.01

Philippe BOURGEON

☎ 06.

Un sondage a été mis en place sur WhatsApp, la veille ou le matin de la sortie

Trois choix sont proposés

- 1) sortie cool
- 2) sortie sportive
- 3) pas disponible

En ce moment deux groupes sont formés, essentiellement dû aux nombres importants de participants

Système de boucle, pour que les deux groupes se retrouvent

Joël propose de faire un pique-nique au mois de mars, sur les hauteurs de Ganagobie

Joël propose également un pique-nique ou un restaurant à Orpierre commun avec les cyclos. Chacun fait sa randonnée, puis rassemblement des vététistes et des cyclos pour un moment convivial et apprendre à se connaître.

Jean Luc : une excellente idée



## .. CYCLO groupe A ..

### Référents :

Jean Luc FAVRE

☎ 06.08.84.86.35

[Jean-Luc@uscasacyclovtt.fr](mailto:Jean-Luc@uscasacyclovtt.fr)

Karine GOURIOU

☎ 06.21.30.51.02

**Les départs se font de la place Péchiney à St Auban : départ 13h00**



**Les circuits seront établis en fonction de la météo, la veille de la sortie  
Les vendredis soir consultez vos mails. Hormis les sorties extérieures**

➤ Une nouvelle fonctionnalité :

la trace GPX de chaque circuit, vous sera diffusée les vendredis par mail  
et sera également disponible sur le site du club

### **Samedi 24 février 2024 randonnée au départ de Cotignac (83)**

#### **Départ 9h00 parking du marché (parallèle au cours Péchiney) à St Auban**

*Approche en minibus*

*St Auban / Cotignac : distance 95km durée du trajet approximativement 1h50*

**Cotignac : Parking Spot, 634 Lauron**

#### **Le lac de Ste Suzanne (Carcès)**

**Distance : 83km dénivelé +840m**

Cotignac / Montfort sur Argens / Le Val / Vins sur Caramy / **Lac de Ste Suzanne** / Carcès  
"Les Grangues" / St Antonin du Var / Entrecasteaux / Salernes / Sillans la Cascade / Cotignac

### **Samedi 16 mars 2024 randonnée au départ de Rians (83)**

#### **Départ 9h00 parking du marché (parallèle au cours Péchiney) à St Auban**

*Approche en minibus*

*St Auban / Rians: distance 72km durée du trajet approximativement 1h20*

**Rians : Parking tennis-stade-tennis, chemin de la garde**

#### **Tour de la Sainte Victoire**

**Distance : 81km dénivelé +1300m**

Rians / Pourrières / Puylobier / **Col du Cengle** / St Antonin sur Bayon / Le Tholonet  
Aix en Provence / St Marc Jaumegarde / **Lac du Bimont** / Vauvenargues / **Col du Grand Sambuc**  
Jouques / Rians

Pour les sorties extérieures, s'inscrire au plus tard le jeudi précédent la randonnée,  
afin de définir le nombre de véhicule nécessaire au transport



## .. CYCLO groupe B ..

Référent :

Albert MOLINE (Bébert)

☎ 06.60.19.00.54

Sorties prévues Lundi et jeudi 13h30 sur la place Péchiney



## .. JARLANDINE..

Coordinatrice:

Karine GOURIOU

☎ 06.21.30.51.02

Résumé succinct, la réunion de la Jarlandine ayant lieu dans la foulée de cette réunion

Pas d'inscription pour l'instant

Être plus percutant sur la communication

Les flyers commencent à être distribués dans les commerces

## Présentation de la maquette des nouveaux maillots club

Présentation par Catherine

Les maillots ci-dessous sont déclinés dans la version route (le design est le même pour tous)



La maquette des maillots est approuvée à l'unanimité

Différentes options sont disponibles

**En pièce jointe, les explications des différentes étapes pour commander les vêtements**

Le maître d'œuvre pour les vêtements est le magasin STATION BEE'S,  
5 Place du Commerce 04160 Château-Arnoux-Saint-Auban.

Questions diverses

- Jean-Marc représentera le club à l'assemblée du CODEP, samedi 17 février
- Achat d'un câble HDMI et un port USB additionnel
- Gestion des mails FFCT, annonce randos (VTT, route) redistribués au club

- L'adresse mail [cyclo.route@uscasacyclovtt.fr](mailto:cyclo.route@uscasacyclovtt.fr) ne fonctionne pas, Philippe A s'en occupe

Site Internet : [www.uscasacyclovtt.com](http://www.uscasacyclovtt.com)

Page FACEBOOK : **Uscasa cyclo vtt**

Messagerie officielle du Club : [uscasacyclovtt04@gmail.com](mailto:uscasacyclovtt04@gmail.com)



**PORT  
DU CASQUE  
OBLIGATOIRE**

*En cas de chute  
le casque réduit les risques de blessure grave à la tête de presque 70%*

**[La date de la prochaine réunion, vous sera communiquée ultérieurement](#)**

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

Fait à Château-Arnoux-Saint-Auban le 15 février 2024

Pour les membres du conseil d'administration et adhérents au club.

Le secrétaire de séance

Jean Luc FAVRE

A handwritten signature in black ink that reads "FAVRE". The signature is written in a cursive style and is underlined with a single stroke.