



DE SELLE EN SELLE



Cormeille **SC**
ACSC
Cyclo - vtt

N°1
MARS 1997

LE BUREAU DE LA SECTION
CYCLO / VTT

Président : Louis CORRE
17, rue Rouget de Lisle
95240 Cormeilles-en-Parisis
Tel : 01 39 78 60 23

Vice-Présidents : Henri BRASSEUR
42, rue Carnot
95240 Cormeilles-en-Parisis
Tel : 01 39 78 73 90

Michel MOURAUD
1, rue du Plessis-Bouchard
95370 Montigny
Tel : 01 34 50 03 04

Secrétaire : Martine CHIASSON
2, allée de Gascogne
95370 Montigny
Tel : 01 39 78 11 13

Trésorier : Daniel LECOMTE
43, allée de la Pépinière
95150 Taverny
Tel : 01 39 60 91 59

Membres : Jean-François PICHONAZ
53, rue de St Germain
95240 Cormeilles-en-Parisis
Tel : 01 39 78 05 54

Marcel RIO
13, cours des Mésanges
95240 Cormeilles-en-Parisis
Tel : 01 39 78 69 18

Gérard THIEFFRY
14, rue Jean Charcot
95240 Cormeilles-en-Parisis
Tel : 01 39 78 39 52

François THOREL
16 bis, rue des Pommiers
95240 Cormeilles-en-Parisis
Tel : 01 39 78 13 55

Gilles DARGAUD
18, rue Victor Hugo
95370 Montigny
Tel : 01 39 78 62 62

Gilbert AUGER
15, square Marie Laurencin
95240 Cormeilles-en-Parisis
Tel : 01 39 78 76 62

Laurent RADICE
9, rue des Alluets
95240 Cormeilles-en-Parisis
Tel : 01 34 50 22 78

SOMMAIRE

- L'école cyclo
- Les colles cyclo
- Demain...on roule
- Exotisme à 2 roues
- Les cols cyclo
- A savoir...

DATES A RETENIR

- 25 Avril,
Pot d'adieu J/O LORMEAU 20h30, local
- 27 Avril,
Sortie sur la journée à HOUDAN (78)
- 04 Mai,
Tour de l'Essonne (185-125 km)
- 11 Mai,
200 km à Romainville (93)
- 17/18 Mai,
Randonnée permanente de la Suisse
Normande à Caen
- 08 Juin,
Pique-nique à Chérence
- 21/22 Juin,
Nous accueillons la Francilienne à
l'Isle Adam (tous en piste)
- 23 Juin,
Réunion de la section 20h45 au local
- 5/12 Juillet,
Semaine de Melay

L'EQUIPE DE REDACTION

Gilbert AUGER, Michel MOURAUD
Laurent RADICE, François THOREL

Illustrations, Mickaël THOREL

Photo de couverture : Cormeilles-en-Parisis
Rue Neuve (Rue Jean Jaurès)

NOV
MARS 1997

EDITO

IL ETAIT UNE FOIS.....LA SECTION.....

C'est une petite histoire, bien courte puisqu'elle ne date que de 13 ans. C'est celle de la naissance de notre club. Beaucoup de nos cyclos la connaissent, d'autres nous ont rejoint depuis et peut-être les intéressera t-elle, la voici :

Nous sommes en 1984. Curieusement il n'existe aucun club de cyclotourisme à Cormeilles, pourtant certains cormeillais pédalent, soit isolément, soit dans des clubs voisins.

Parmi eux, une cyclote, elle est licenciée depuis plusieurs années au club de Sannois, et tous les dimanches va y retrouver ses amis. Mais 20 km aller et retour ajoutés chaque semaine à la sortie dominicale finissent par lui sembler un peu long. Elle décide alors de créer un club à Cormeilles et va proposer son idée à l'adjoint aux sports de notre ville, à l'époque M. Grondin. Celui-ci l'encourage et lui suggère de le faire dans le cadre du club omnisports de Cormeilles : l'A.C.S.C.

Il lui faudra alors pour exister déposer des statuts en préfecture et constituer un bureau avec un président, un trésorier, une secrétaire. Elle sera secrétaire et sur les conseils de M. Grondin , prendra contact avec deux autres cyclos qui accepteront de constituer avec elle notre premier bureau.

Ce sera le bureau fondateur de notre club qui était composé de :

Alain Bailles



président

Daniel Lecomte



trésorier

Pierrette Thieffry



secrétaire

Il faut maintenant se faire connaître et trouver des adhérents. A l'époque, le journal lumineux de la ville n'existe pas encore. Des annonces sont passées dans la presse locale et les premiers contacts sont pris, puis les premières adhésions arrivent. On trouve dans l'ordre pour 1984 :

Louis Corre, devenu depuis notre président, **André et Marie-Thérèse Thomas**, **Dominique Second**, **Raymond Aufrère**, qui ont depuis cessé de pédaler avec nous, mais qui furent pour **Marie-Thérèse et Dominique nos PREMIÈRES FÉMININES**. On trouve ensuite **Pierre Amiot**, **Pierre Baroux**, **James Dalençon**, tous trois toujours avec nous. Puis **Henri et Jean-Philippe Patillon** et **Isabelle Dormont** qui ont pédalé plusieurs années sous nos couleurs. Viennent ensuite, **Raymond et Stéphane Boisgontier** et **Jojo Baniel**. **Raymond** est toujours-là. Egalement toujours-là **Marcel Rio**, **France Boutillier** notre toujours « jeune plus ancienne » féminine et **René Seguin**.

voilà notre effectif 1984.



La structure dirigeante existe, l'enthousiasme de chacun est là, mais tout reste à faire : pas de maillots, il faut les créer, les commander. Pas de parcours, il faut les établir suivant la force de chacun et on ne se connaît pas encore très bien. Convenir collectivement des horaires de départ, constituer des groupes, etc...

Nos plus anciens se souviendront peut-être avec un peu d'émotion de nos premières sorties, sous des maillots de toutes les couleurs, et avec des vélos très « diversifiés » ! Puis la roue, disons plutôt les roues ont tournées...

Nos sorties pique-nique, le repas familial ont été organisés et ont contribué à former une véritable équipe, puis une semaine dans la Drôme a été mise sur pied, l'école des jeunes a été créée, et peu à peu d'autres cyclos et cyclotes se sont joints aux premiers et ainsi le club a grandi.

Et 1992 est arrivé, les premiers dirigeants ont accompli deux mandats successifs et pensent qu'il appartient maintenant à d'autres de poursuivre la tâche.

Louis Corre acceptera de succéder à **Alain Bailles** et deviendra notre nouveau président. **Daniel Lecomte** continuera à assumer, comme il sait si bien le faire, les fonctions de trésorier. C'est donc lui, maintenant, notre doyen du bureau. Enfin, **Martine Chiasson** succèdera à **Pierrette Thieffry** pour devenir notre secrétaire.

Et maintenant, ce journal vient de naître. Il nous a semblé que c'était le moment de continuer à bien regarder la route devant nous, mais de ne pas oublier de jeter un petit coup d'oeil dans le rétro pour simplement se souvenir.

La mémoire de la section



A chaque réunion, il en est question :

AU FAIT, L'ECOLE CYCLO, C'EST QUOI ?

L'Ecole de Cyclotourisme, comme toutes les écoles de sport, est une structure d'accueil, un contenu d'enseignement, une équipe d'animateurs-éducateurs, une masse de jeunes pratiquants, le tout rassemblé autour de la découverte totale du cyclotourisme dans le cadre du loisir et du volontariat dans une perspective de progrès.

SON BUT :

Faire progresser un débutant, afin qu'il devienne un cyclotouriste autonome, en suivant un programme établi en fonction des thèmes suivants :

LES ITINERAIRES :

Le choix et la préparation d'un itinéraire, en respectant la progression suivant les critères :

- de kilométrage
- du dénivelé
- des conditions atmosphériques
- des centres d'intérêt culturel

LA TECHNIQUE DU CYCLISME :

- La position de base
- Les jeux cyclo permettant d'acquérir la maîtrise de la bicyclette
- Le pédalage :
- La cadence
- Le choix judicieux des braquets afin d'obtenir le meilleur rendement

LA TECHNIQUE DE LA ROUTE :

- Code de la route
- Règles de la pratique en groupe

L'EVEIL AU SECOURISME ROUTIER

- Soins de première urgence
- Mesures à prendre face à un accident

L'ENTRETIEN DE LA BICYCLETTE :

- Connaissance précise de sa bicyclette
- Entretien et dépannage courant

LA VIE ASSOCIATIVE :

- Structure administrative du club
- Son fonctionnement
- Différentes organisations fédérales

LA DECOUVERTE ET CONNAISSANCE DU MILIEU :

- Préparation, conduite et exploitation d'une sortie, d'un séjour, ou d'un voyage.

L'ENTRAINEMENT PHYSIQUE :

- Conduite de l'entraînement
- Principe d'endurance, de résistance, de vitesse.

Tout ceci en se mettant en situation ce qui explique les responsabilités données aux jeunes. A l'Ecole Cyclo, il n'y a pas d'Assisté, chacun se responsabilise selon ses moyens, les plus expérimentés aidant les autres.

L'Ecole Cyclo, c'est avant tout une bande de copains, ayant le même idéal : **LE VELO.**

Un tel programme, laissant une grande liberté aux jeunes, demande une structure d'encadrement des plus sévères. L'agrément d'une école de cyclotourisme est renouvelé tous les 3 ans en fonction des résultats et du sérieux de l'enseignement dispensé. Elle doit obligatoirement être dirigée par un moniteur diplômé de la F.F.C.T., titulaire du Brevet National de Secourisme.



Le moniteur doit se recycler une journée chaque année. Le moniteur est aidé par des initiateurs diplômés de la F.F.C.T. Les cartes de moniteur ou d'initiateur sont renouvelées tous les 3 ans. Peuvent aussi aider, les membres licenciés de la F.F.C.T, mais sous la responsabilité d'un moniteur ou d'un initiateur.

Un initiateur encadre un groupe de 8 maximum

Un moniteur peut encadrer un groupe de 15 maximum, mais son rôle est surtout de diriger et de contrôler les initiateurs (5 maximum).

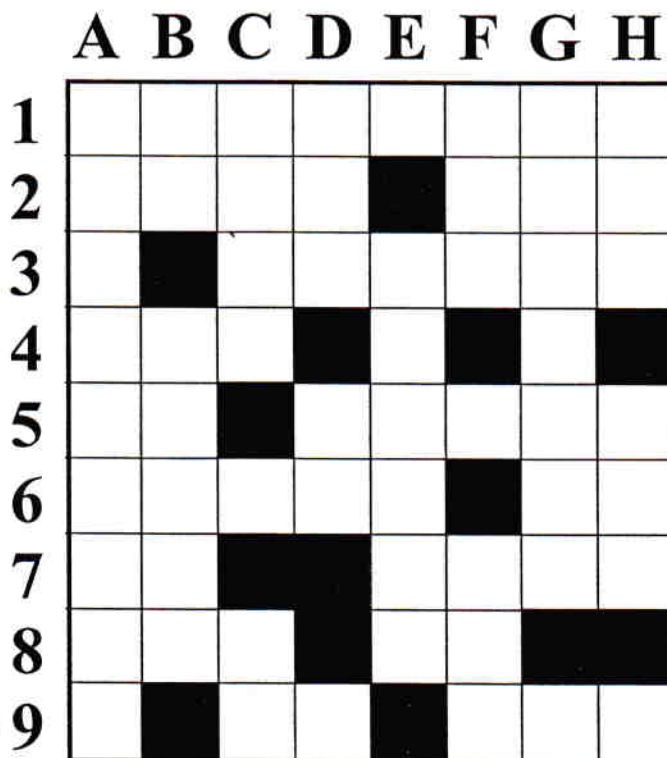
Actuellement, l'Ecole Cyclo de Cormeilles est encadrée par un moniteur, un initiateur, et deux membres du club, dont l'un doit suivre un stage de V.T.T. initiateur en février. Vous comprendrez pourquoi je fais appel aux bonnes volontés pour nous aider, et accepter de suivre un stage de formation.



Le responsable de l'Ecole Cyclo

Henri Brasseur

LES COLLES CYCLO DE GERARD



Horizontalement :

- 1 - Col Andorrain.
- 2 - Dans la trousse - Sans pont.
- 3 - Il vaut mieux en avoir plusieurs petites quand il fait froid.
- 4 - Prénom d'un ancien grimpeur.
- 5 - Infinitif - Point d'appui.
- 6 - Rivière anglaise - Lien.
- 7 - Le meilleur - C'est nous...
- 8 - Dans le Jura - Direction.
- 9 - Saint Normand - On peut pédaler dessus ou autour.

Verticalement :

- A - Et la lumière fut.
- B - Néerlandais - Il en faut le moins possible dans le vent.
- C - Indispensable au cyclo - Grande taille.
- D - Sensibilité - Direction.
- E - On le passe à 2764 m.
- F - Type de carte utile au cyclo - Il peut être vrai ou faux.
- G - Agréables pour y flaner.
- H - Indice mélangé - Et la suite...

