



Cyclo Club Mendois

Réunion du 8 novembre 2018

Président de séance : **Jean-Michel Cayroche**

Début de séance : 20 h 40

-Absents excusés : 3

BRUNET Marc, DELPUECH Lydie, GAILLARDON Dominique.

-Présents : 18

BERTHOMIEU Bernard, BOUTAVIN Yves, BRUN Jacques, DELOR Julien,
DELOR Jean-Luc, CAYROCHE Didier, CAYROCHE Jean-Michel,
GRANIER Alain, JULIEN René, LUSSON Pierre, MAURIN Jean-Louis,
MINET Jacques, ROUJON Alain, SARTRE Christian, CREGHE Maurice
TEISSEDE Hervé, VALADIER Francis, DAUDET Michel.(nouveau licencié au club).

➤Bilan des sorties du mois d'octobre

Samedi 6 octobre **7 + 1** Participants Etape du tour
Samedi 6 octobre **9 + 3** Participants Vivi
Samedi 13 octobre..... **7** Participants Marc
Samedi 20 octobre..... **3** Participants Le Massegros Téléthon et **8** l'après midi
Samedi 27 octobre..... **0** Participant (pluie) Alain
Samedi 3 novembre..... **10 + 1** Participants

➤Sorties programmées pour novembre

Samedi 10 novembre Vivi
Samedi 17 novembre Jean-Michel
Samedi 24 novembre..... Jacques M
Samedi 1^{er} décembre..... Vivi
Samedi 8 décembre..... Marc

Prochaine réunion le jeudi 6 décembre

➤Licences

Yves a distribué à ceux qui le souhaitent l'imprimé à remplir et à fournir avec le certificat médical et le chèque pour l'année 2019.

Yves saisit les adhésions la deuxième quinzaine de décembre

➤Séjour Pentecôte 2019 début juin (Le Mont Ventoux Bédoin)

La quasi-totalité des inscrits a payé le premier acompte de 100 €

➤Séjour Espagne 2019 du 11 au 18 mais à Peñíscola

L'organisation suit son cours. Lydie a réservé pour 10 personnes

➤AG CODEP

Vendredi 9 novembre 2018 au café du Provençal (présence compte pour le challenge CODEP)

➤Tenues

Intersport Mende a rencontré Poly et va nous faire passer des échantillons pour choisir en fonction des tailles et des modèles

➤Sécurité

Yves nous fait des rappels (recommandations de la fédération) sur la sécurité

Pas de norme sur la puissance des éclairages.

Catadioptrés sur les roues et sur les pédales obligatoires !

Deux types de freinage efficace

Gilet de sécurité avec matière réfléchissante. Favoriser les vêtements clairs

Anticiper et signaler vos changements de direction.

Le casque doit être changé tous les 5 ans et bien réglé

Entretien du vélo

Partage de la route et respect du code de la route

Sur la route groupe de 20 cyclistes maxi

Ne pas hésiter à se diviser en sous groupes de 8 voir 4

Faire des poses et groupes de niveaux

Communication au sein du groupe

Santé, test d'effort, Cardio-fréquencemètre

➤Bilan financier (Vivi)

Sur le compte 4469,95 €

Sur le livret A 2000€ environ.

Questions diverses

Nous finissons deuxième du challenge CODEP avec 8600 points, derrière Marvejols 11650 points

Troisième Malpas 7550 points et dernier Saint Chély 5250 points

Individuels : Jean- Michel est deuxième ex aequo et premier de Mende.

Règlement du challenge club : Pour ne pas désavantager les participants du séjour Espagne, il leurs sera attribué à chacun 10 points par sortie organisée par le club (au départ de Mende ...) pendant la durée de leur séjour

La randonnée des gazelles se fera le dimanche 2 juin et non le samedi 1^{er}

Jean-Michel envoie un e-mail pour connaître les personnes intéressées pour un repas club un dimanche midi

Certains souhaitent gravir le col de la Bonette prévoir hébergement et caler date (juillet août)

Fin de séance à 21 h 45

Le président de séance,

Le secrétaire de séance,

Jean-Michel Cayroche

Jacques Minet