

**CTY85**



# **LIVRET D'ACCUEIL CYCLO-TOURISTES YONNAIS**



**71 BD ARISTIDE BRIAND  
BOITE POSTALE N°47  
85000 LA ROCHE SUR YON**

## QU'EST CE QUE LE CYCLO-TOURISME ?

→ La pratique du vélo en tant qu'activité sportive de loisir et de plein air, touristique et culturelle, excluant tout esprit de compétition.

## VOUS NE SAVEZ PAS ENCORE SI LE CYCLO-TOURISME EST FAIT POUR VOUS ?

→ Afin de tester l'ambiance du club, le CTY propose de participer à 3 sorties d'essai gratuites consécutives tout en étant couvert au niveau assurance.

## LES VALEURS DU CTY

- 1 entraide
- 2 convivialité
- 3 cohésion

Venez participer à nos nombreuses activités conviviales : galette des rois, fête du club, déjeuner dansant...



## UN PEU D'HISTOIRE...

Notre club est le plus ancien club cyclo-touriste vendéen, créé en 1936 et adhérent à notre fédération depuis 1939.



# NOTRE SITE INTERNET

<https://www.cty85.fr/>



A consulter en  
priorité



## LA TENUE

port de la  
tenue du club  
vivement  
conseillé



commandes  
groupées possibles

maillot d'été gratuit  
compris avec une  
première licence



Tenues visibles  
et neutres



Tenues  
publicitaires

## Pratiquez le vélo au féminin !

Les féminines sont représentées au sein du club et depuis bien longtemps.

# SÉCURITÉ

On part ensemble,  
on rentre ensemble !

- 1 Respect du code de la route
- 2 Porter les équipements de sécurité :
  - gants, casque, lunettes
  - gilet réfléchissant
  - éclairage de nuit
  - gourde et collation
- 3 Entretien votre matériel
  - contrôle régulier des freins, pneus, câbles et chaînes
  - avoir une pompe

## **TOUJOURS...**

**avoir sur soi :**  
*licence et numéro  
de téléphone  
d'urgence*

**savoir où l'on va :**  
*GPS, papiers ou  
cartes*

**bien choisir son  
groupe en fonction  
de ses capacités**



# SANTÉ

La pratique du vélo maintient en forme et diminue la sédentarité.

Mais nous rappelons qu'il est important de choisir son groupe en fonction de ses capacités physiques

# LES ACTIVITÉS PROPOSÉES

## → Sorties hebdomadaires

deux fois par semaine le jeudi et le dimanche

## → La longue distance

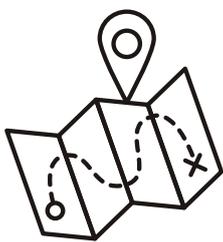
sortie de 200km chaque mois

## → Les randonnées du club

la Guy et Colette, la Randonnée Permanente, le Téléthon...etc

## → Le voyage du club

voyage de 4 jours autour des régions de France



PAR LE CLUB

PAR LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLO-TOURISME

Les diagonales

Paris-Brest-Paris

Les flèches de France

"Pâques en Provence"

Les brevets de distance

Tour de France Cyclo-tourisme FFCT

Les randonnées permanentes

Les cyclo-montagnardes



## ACTIVITÉ TANDEM ET HANDICAP

Le CTY accompagne les personnes déficientes visuelles en leur proposant la pratique du vélo en tandem.

## L'ANIMATION DU CLUB

- Chaque membre est invité à intégrer une de nos commissions, à devenir bénévole ou même à proposer de nouveaux projets. Le club propose aussi des formations type PSC1.

## COMMENT S'INSCRIRE ?

- Prise de licence mi-janvier (obligatoire) et dossier d'inscription à remplir (disponible sur notre site).



president.cty85@gmail.com et  
secretaire.cty85@gmail.com



<https://www.cty85.fr/>



71 boulevard Aristide Briand-boite postale n°47  
85000 LA ROCHE SUR YON



# REJOIGNEZ-NOUS !

