



Amicale Cyclotouriste de CHANGÉ

Notre devise: **NOUS PARTONS ET REVENONS
ENSEMBLE**



INFO MENSUELLE juillet 2015 :

ACTC du 04 juillet : route

Les Bosses Changéennes, Centre François Rabelais Changé
Inscription gratuite pour tous les membres de l'ACTC

ACTC 23 juillet : route

Rando interne départ 8h00 150km et 8h30 100 km du COSEC à Changé.

ACTC Saison juillet Août 2015 :

Départ du jeudi.
Le matin **08h30 et/ou** l'après-midi **14h00**.

ACTC mercredi Sortie accueil

Reprise des sorties vélo route.
Rendez-vous 14h00 COSEC les mercredis
Contact : Jean-Yves DESPRES.

ACTC rando : vtt Toute l'année

Rando VTT le mardi et samedi avec un départ à 14h00 au COSEC Sortie de 02h00 à 02h30.
Contact Gérard DODIER Guy HERISSON.

ACTC Les randos organisées par votre club sont offertes pour la saison 2014-2015 :

Les frais d'inscription sont pris en charge par le club pour les randonnées organisées par L'Amicale Cyclotouriste de Changé, sur présentation de la licence ou carte d'adhérents. L'inscription est obligatoire (problème d'assurance et contrôle aux ravitos)

Contrat fédéral :

Les licences, adhésions sont obligatoires, nous vous invitons à régulariser votre situation. Nous avons la possibilité d'accueillir de futurs licenciés (3 fois consécutives par personne), Obligations d'informer les dirigeants. Nous vous rappelons que nos sorties sont réservées aux licenciés de l'ACTC et aux licenciés FFCT d'autres clubs adhérents à l'ACTC.

ACTC Parcours sur GPS...



En ville cliquez ici

- Circulez sur le côté droit de la chaussée, à environ 1 mètre du trottoir et des voitures en stationnement.
- Osez occuper la chaussée lorsque le dépassement de votre vélo par une voiture s'avère dangereux.
- Utilisez, lorsqu'elles existent, les bandes ou pistes et doubles-sens cyclables.
- Gardez une distance de sécurité d'1 mètre au moins par rapport aux autres véhicules.
- Ne zigaguez pas entre les voitures.
- Aux intersections, placez-vous un peu en avant des véhicules pour vous faire voir.
- Faites attention aux portières qui s'ouvrent brusquement et aux enfants qui peuvent déboucher entre deux véhicules.
- Ne circulez pas sur les trottoirs. Seuls les enfants à vélo de moins de 8 ans y sont autorisés.
- Dans les zones de rencontre ne circulez pas à plus de 20 km/h et respectez la priorité du piéton.
- Dans les zones 30 et les zones de rencontre, les vélos peuvent circuler dans les deux sens. Le double sens vous permet de bénéficier d'une meilleure visibilité et d'éviter les grands axes de circulation, de simplifier les itinéraires.

Sur la route

- Ne roulez pas trop près de l'accotement, pour éviter les ornières ou gravillons.
- Dans les virages, serrez à droite car les voitures ne vous voient qu'au dernier moment.
- Soyez particulièrement prudent lors du passage d'un camion : l'appel d'air risque de vous déséquilibrer.
- Si vous roulez en groupe, roulez à deux de front ou en file indienne. La nuit, en cas de dépassement par un véhicule ou lorsque les circonstances l'exigent (chaussée étroite, etc.), placez-vous systématiquement en file indienne.

ACTC

Amicale Cyclotouriste de Changé Urgence : Pompiers 18 ; Samu 15 ; Gendarmerie 17 ; portable 112
Site ACTC : <http://.actchange72.org> Email : actchange72@free.fr



Nouvelle disposition : dorénavant les groupes seront obligatoirement scindés à partir de **16 cyclos**.

ACTC

Amicale Cyclotouriste de Changé Urgence : Pompiers 18 ; Samu 15 ; Gendarmerie 17 ; portable 112
Site ACTC : <http://.actchange72.org> Email : actchange72@free.fr