

A VELO TOUT EST PLUS BEAU !



Comité Régional de Bretagne de Cyclotourisme
Newsletters N° 2 Juin 2021

Site internet : www.bretagne.ffvelo.fr

Edito d' Éric Duriez
Délégué Régional à la Jeunesse
bretagne-jeunes@ffvelo.fr



Les Jeunes et le Cyclotourisme - Accueillir des jeunes

Vous accueillez ou souhaitez accueillir des jeunes dans votre club. Vous le savez, le cyclotourisme c'est le partage avant tout et pour toutes les générations !

Des clubs Bretons ont choisi d'accueillir des jeunes sur la route ou à VTT, soit en créant un point d'Accueil Jeunes (PAJ) ou en ouvrant une Ecole Française de Vélo. (EFV)

Nous comptons une majorité d'écoles Vététistes réparties comme ceci :

6 PAJ comptant 63 jeunes et 20 EFV avec 474 licenciés. Un budget avoisinant les 35 000 € dont 15 000€ attribué par le CoReg pour la jeunesse sauf en 2020..

Les jeunes pratiquent leur discipline à leur rythme, en toute sécurité et avec des encadrements responsables.

La pratique évolue et nous devons nous adapter au sein de nos clubs.

Il faut leur proposer des séances de qualité et attractives pour que chacun prenne du plaisir et que nos encadrants bénévoles aient la satisfaction du travail accompli.

Dans son club de cyclotourisme, le jeune apprendra à :

- **maîtriser son vélo** sur la base de jeux dans un lieu sécurisé ;
- **se repérer dans un espace par la connaissance de la cartographie** : lire une carte, tracer un parcours, évaluer sa longueur, etc. ;
- **réparer lui-même son vélo, par des ateliers de mécanique** : connaître son vélo, détecter des pannes, savoir faire des réparations de base ;
- **adopter les bons comportements et les bons réflexes à vélo** :

L'École française de vélo est le lieu de l'éducation au vélo ; elle est fondée sur un projet éducatif et des outils pédagogiques développés par la Fédération, adaptés aux enfants et aux jeunes pour apprendre à faire du vélo et goûter aux joies du cyclotourisme.

Les sorties régulières à vélo, sur la route ou à VTT, vont permettre aux jeunes d'appliquer les savoirs théoriques nécessaires à la pratique des nombreuses activités de la Fédération et aux éducateurs d'évaluer leur niveau au travers d'un carnet de progression numérisé. **Au bout du processus de formation de l'École française de vélo, le jeune va pouvoir randonner en toute autonomie et en toute sécurité.**

Tout cela se fait dans un cadre amical, dans le respect des valeurs de la Fédération qui sont la solidarité, le plaisir, la convivialité et le partage.

Le virus qui nous poursuit depuis plusieurs mois maintenant, a généré une crise sanitaire qui a nécessité un plan social conséquent et des mesures sanitaires contraignantes mais nécessaires pour se protéger.

Beaucoup plus active dans certaines régions, cette pandémie a sévi un peu partout sur nos territoires. Tous les sports ont été impactés, y compris ceux de plein air. Les antennes de notre fédération (CoReg, CoDep, Clubs) ont été contraintes de geler leurs activités, de les reporter ou les annuler, eu égard aux risques de clusters et au protocole sanitaire coûteux et compliqué à mettre en place.

Parallèlement, les subventions allouées au titre de l'exercice en cours, ont fait exploser les bilans financiers présentés en AG, faute d'avoir été utilisées comme prévu.

Faisons confiance aux scientifiques qui poursuivent leurs recherches et qui préconisent un avenir meilleur si chacun prend un minimum de précautions. Les sorties club s'organisent selon les jauges préconisées et la semaine fédérale de Valognes semble maintenue.

Espérons que les critériums (départemental, régional) pourront avoir lieu pour redynamiser et booster le moral des jeunes qui piétinent et s'impatientent. Le vélo est recommandé pour la santé et à vélo tout est plus beau.. !

Jean Claude Laubé. bretagne-tresorerie@ffvelo.fr



La commission Féminines s'est réunie le 20 mai au siège du CoReg de Bretagne à Loudéac dans le but de se retrouver et, de mettre au clair l'avancement des voyages itinérants des bretonnes de Quimper, Rennes, St Brieuc et Vannes en direction de Toulouse

A ce jour , 266 Féminines au départ en septembre :

61 pour le CoDep 22 - 59 pour le CoDep 29 - 83 pour le CoDep 35 - 63 pour le CoDep 56

Nous porterons fièrement le drapeau de la Bretagne sur nos petits sacs à dos et nos plaques de cadre financés par le CoReg et nous souhaitons nous retrouver toutes ensemble pour le défilé à Toulouse.

Des idées et des projets pour les filles nous en avons mais avons besoin de nouvelles Féminines pour les commission des 4 CoDep et du CoReg...

L'ambiance y est chaleureuse , nous vous y attendons. Faites-vous connaître, plus on est, plus il y a d'idées et le travail est plus facile.

L'aide du CoReg vers les féminines participants à TAT est de 10 000 €.

Cécile Clément bretagne-feminines@ffvelo.fr

Dans chaque structure, nous manquons de bénévole pour venir renforcer les bureaux, soit par manque de temps, soit par peur de ne pouvoir y arriver, ou tout simplement parce que ceux qui y sont, et bien ils font leurs boulots...alors

Si vous avez des envies d'aider vos camarades, votre Président sachez que le CoReg et le CoDep proposent des formations pour vous (dirigeants ou pratiquants) désireux de parfaire vos connaissances afin d'animer le club, d'encadrer ou d'aider simplement..

L'objectif de tout dirigeant est de partager, d'accueillir, d'initier, de proposer des activités ludiques, de faire progresser selon un programme établi en fonction des attentes des licenciés.

Filière Dirigeant

Le dirigeant est un membre actif qui souhaite développer ses connaissances pour assumer avec compétence et efficacité des responsabilités : président, secrétaire, trésorier.

Filière Éducateur

Elle concerne tout licencié qui souhaite s'investir dans l'animation d'une structure fédérale (Club, CoDep, CoReg)).

Gérard Maurice - bretagne-formation@ffvelo.fr

Les différentes disciplines en Bretagne

ROUTE - VTT- VAE- VTC chez les hommes et les femmes

| | | HOMMES | VAE | FEMMES | VAE |
|---------------------|--------------------------------|-------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| Route | 6164 (65 %) | 4988 | 88 (1,8 %) | 1013 (16%) | 75 (7,4%) |
| Route et VTT | 1788 (20 %) | 1537 | 40 (2,6 %) | 194 (10%) | 17 (8,8%) |
| VTT et VTC | 1390 (15 %) | 1087 | 176 (16,2 %) | 88 (6%) | 39 (4,4 %) |
| Total | 9342 au 1 er avril 2021 | 7612 | 304 (4 %) | 1295 (13 %) | 131 (10,11%) |



TRAIT D'UNION

Il reste des places pour le Trait d'Union entre la semaine fédérale de Cognac et celle de Valognes pour les jeunes cyclotouristes, de 14 à 18 ans qui se tiendra du 17 au 25 juillet. Coût 300.00€ au départ de Cognac, le CoReg Bretagne aidera financièrement les jeunes participants Bretons.

pour tous renseignements bretagne-jeunes@ffvelo.fr

Agenda du CoReg

Avril

- 06- Visio Conférence avec le conseil Régional et Dominique Lamouller pour la SF Loudéac 2022
- 13- Visio Conférence assemblée générale des Escales Fluviales (Canaux Bretons) avec Bernard Mabon
- 14-Visio Conférence avec le directeur de l'université de Bretagne Occidentale pour préparer le planning des 3 groupes de 4 étudiants sur la TransBretagne VTT avec Bernard Mabon
- 20- Visio Conférence avec le CROS dans le cadre du sport santé avec Daniel Jacob
- 22- Visio Conférence avec le CROS démarche de qualité du mouvement sportif Breton
- 23- Réunion en Visio conférence des 13 Présidents de CoReg
- 27- Réunion avec la DRAJES subventions et créations des emplois jeunes

Mai

- 04 - Séminaire formation avec la FFCT et les Délégués Régionaux Formation
- 06 - Comité Directeur en Visio Conférence
- 07 - Réunion des 13 Présidents de CoReg
- 11 - Réunion avec le CROS pour le mouvement sportif Breton et le sport santé avec D-Jacob
- 21 - Réunion Comité Directeur
- 21 - Réunion avec le conseil régional Tourisme création des boucles vélo avec Bernard Mabon
- 31 -Visio conférence avec la FFCT et les Présidents de CoDep et CoReg avec Jean Claude Laubé



POUR INFO

La commission VTT de la Région Auvergne Rhône-Alpes a le plaisir de vous annoncer qu'elle est en mesure d'organiser son 7ème RAID VTT interbases du 27 juin au 1er juillet.

Nous sommes impatients de vous faire découvrir ce petit coin de l'Allier, avec toujours au programme : des parcours de rêve, de la convivialité, de l'entraide, du partage.

Les VTTAE sont bien entendu les bienvenus.

Le RAID VTT 2021 se déroulera, bien évidemment, dans le respect des règles sanitaires à cause de la COVID 19.

Vous trouverez en pièce jointe le Flyer, le bulletin d'inscription ainsi que le formulaire d'assurance annulation. En vous en souhaitant bonne réception,

A bientôt sur les chemins du RAID VTT

Aurore HEÏSSAT - secrétariat

04 74 19 16 17

auvergnerhonealpes-siege@ffvelo.fr

Un communiqué du CoDep 22

Amis Cyclos bonjour,

C'est encore difficile pour de nombreuses associations de se projeter par les temps qui courent !...

Mais le CoDep 22 veut rester résolument optimiste et envisager sereinement l'avenir, car la lumière au bout du tunnel est de plus en plus vive !

C'est pourquoi, le CoDep 22 a décidé de maintenir l'organisation de la 3ème édition du **Tour en Côtes d'Armor lors du week-end du 10-11 juillet 2021**, dans le Centre Bretagne ; sous réserve bien entendu d'accord préfectoral.

En effet, quoi de plus exaltant de se retrouver en toute convivialité, tout en respectant les règles sanitaires d'usage, pour assouvir notre passion, la pratique du cyclotourisme, si souvent bafouée ces derniers temps ! ...

Au programme du 1er jour 97 km avec une variante optionnelle de 128 km

Départ de Merdrignac en direction de St Vran, St Gilles du Mené pour le ravitaillement matinal de **Plémet**. Ensuite la Chèze, St Maudan, avec cheminement sur le Canal de Nantes à Brest et la rigole d'Hilvern pour atterrir à **Mûr de Bretagne** notre lieu de restauration rapide.

L'après-midi direction Caurel, avec vue sur le lac de Guerlédan, Bon Repos l'abbaye (lieu de pique-nique et du festival féérique pour la Semaine Fédérale de Loudéac en 2022), Laniscat, St Nicolas du Pélem et **Trémargat** point de chute pour le ravitaillement. Plein sud sur Plounévez-Quintin, **Gouarec** sera enfin notre lieu de résidence, dans un établissement scolaire.

Deuxième jour 109 km. Après une soirée et une nuit réparatrice, départ de **Gouarec** vers St Nicolas du Pélem, Canihuel, Corlay, Merléac et **St Léon** pour le ravitaillement matinal avec visite de la chapelle St Jacques. Direction le Quillio, Gausson et **Ploeuc sur Lié** pour la pause du midi avec le plateau repas.

L'après-midi Plouguenast, Plémet, Laurenan, Gomené seront les principales localités traversées avec comme point de chute **Merdrignac** notre ville de départ.

Il est encore temps de s'inscrire, pour participer à cette randonnée inédite, en consultant le blog du CoDep 22 <http://www.codep22.com> pour avoir toutes les informations utiles et les conditions d'inscription.

Ce nouveau périple itinérant pourra satisfaire, sans nul doute, les plus mordus du vélo mais aussi ceux qui aiment à découvrir de nouveaux paysages en retrouvant le plaisir de rouler ensemble dans un état d'esprit cyclo, en toute convivialité.

Tous en Selle pour ce TCA 2021 et à bientôt !

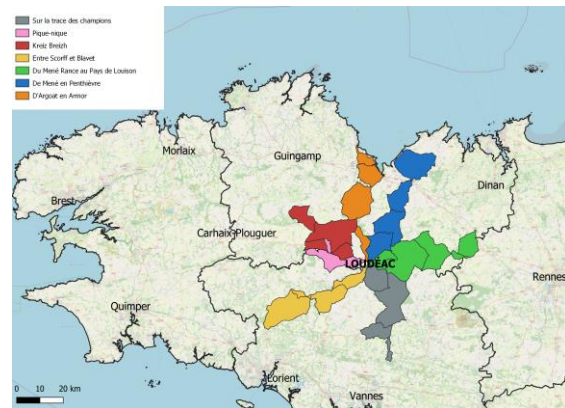
Jean Gildas Michel et Stéphane Boixiere 06 32 70 71 97

Loudéac est traditionnellement la ville d'accueil et centrale du légendaire « Paris Brest Paris » tous les 4 ans. Ce point de passage est vital pour les randonneurs que ce soit à l'aller comme au retour. Pour les initiés, c'est le début d'une étape très exigeante avec les contreforts puis enfin les célèbres Monts d'Arrée.



En 2022, Loudéac accueillera la Semaine fédérale internationale de cyclotourisme, c'est au Cœur de la Bretagne que vous vivrez pendant 10 jours « Cœur de Breizh ».

Idéalement situé pour découvrir cette partie typique emprunte d'une profonde tradition bretonne, moins connue que les belles côtes sud et nord que vous pourrez fréquenter avant ou après cette semaine de vélo. La tradition d'accueil des bretons n'est plus à faire, ils seront là au bord des routes et des chemins pour vous encourager et



vous accueillir.

Au cours de cette semaine il y aura les traditionnelles randonnées à vélo, mais aussi, trois jours de « GRAVEL » suivis pas une « Verte Tout Terrain » sur 4 jours. De quoi satisfaire toutes les formes de pratiques. Il y aura des cyclos découvertes et des petits parcours, mais aussi deux Brevets qualificatifs pour le PBP 2023, un 300 km et un 600 km. Il y en aura pour tous les appétits. Après cette période de confinement, venez à nouveau nombreux retrouver vos amis cyclotouristes, en faire de nouveaux et participer aux options proposées sans modération.



Les bénévoles, les collectivités, les partenaires, les habitants, se sont tous mobilisés pour ajouter à cette terre de tradition du cyclisme le volet du tourisme à vélo. Profitez de cette fête du vélo internationale unique pour déguster le « Cœur de Breizh ».

Notre Mascotte sera le cheval de trait BRETON, il symbolise la force, la résistance, l'endurance, la volonté, de nombreuses valeurs que connaissent bien les cyclotouristes. Chers amis cyclotouristes « Donemat e Breizh »

Dominique LAMOULLER, Président de la COSFIC
Jean Charles HARZO Vice-Président
Yannick BLANCHARD Vice-Président

Sport Santé : Quelques opportunités à ne pas rater..

La pratique régulière de notre sport favori est, avec notre alimentation, un des meilleurs atouts pour développer et entretenir notre capital santé. Notre fédération et sa Commission Nationale Sport Santé (CN Sport Santé) propose en septembre 2021 deux actions concrètes :

- Le stage / Séjour « sport santé » d'une semaine, au centre des 4 vents (du 6 au 11 septembre) ; ouvert à tous les licenciés.
- Un stage de 3 ou 4 jours « sport sur ordonnance » (du 6 au 9 septembre) ; ouvert à tous les moniteurs et instructeurs.

Ne ratez pas une bonne occasion de conforter vos connaissances dans ce domaine, de pratiquer le vélo dans le respect de votre potentiel et de vous ouvrir quelques pistes pour être plus efficaces et plus ... économes !

Ces dernières années, quelques Bretons ont déjà participé au séjour d'une semaine et en sont revenus avec plein d'idées dans leur « Camel bag ». Demandez-leur !

Pour ce qui concerne la formation Sport sur ordonnance, c'est la 1ère formation mise en place par la FFCT. Je ne doute pas que plus d'un moniteur breton sera dans ce 1er « wagon ». Au plaisir de vous y retrouver !

Daniel Jacob (membre de la CN Sport Santé)
sport-sante@ffvelo.fr

Retrouvez-nous sur le site internet, les randonnées, l'agenda du CoReg, vos élus, les comptes rendus des différents comités Directeurs, les statuts, les liens vers les 4 CoDep - la fédération - nos différents partenaires

www.bretagne.ffvelo.fr