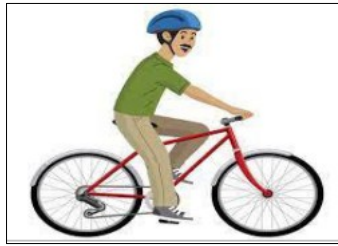




## ACTIVITES VTC



Lors de chaque sortie, vous munir obligatoirement de la carte d'adhérent du Club avec le PASSE SANITAIRE FFRS (indiquant la personne à prévenir en cas de nécessité). Merci.

**LE PROGRAMME DES 3 GROUPES DE VTC EST A CONSULTER SUR LE FICHER DES INSCRIPTIONS VTC SUR LE SITE  
DANS LA RUBRIQUE "ADHÉRENTS".  
A CHACUN DE CHOISIR SA SORTIE EN FONCTION DE SES CAPACITES**

Covoiturage à l'initiative et sous la responsabilité de chaque conducteur

**Rappels :**

Vélo en bon état et batterie chargée.

Une chambre à air de rechange, une pompe, un bidon.

Port du casque obligatoire.

Les sorties ne se déroulent que par temps sec.

En cas de doute consulter votre boîte mail ou appeler l'animateur

La pratique du vélo, pour être un plaisir, doit être régulière et progressive depuis le début de la saison. Il appartient à chaque pratiquant de consulter, pour chaque sortie, l'itinéraire et les difficultés avant de s'engager. Les participants occasionnels, n'ayant pas d'entraînement en dehors du club doivent se réserver pour les sorties sans dénivelé important et d'une longueur qu'ils savent pouvoir tenir.

### COORDONNÉES DES ANIMATEURS CYCLO VTC

Christian HERTEN	06 75 12 99 79
Michel VERMOT-DESROCHES	06 84 14 58 90

\*\*\*

**Mais en cas d'appel à faire d'urgence : 15 ou ...**

**112 sans crédit téléphonique avec n'importe quel opérateur européen.**

A noter l'existence de l'application-mobile "My15" permettant de contacter directement le Samu.