



CYCL'OLMES

Le Journal du Club Cyclo du Pays d'Olmes

JUILLET 2026

Numéro: 118

Sommaire

SÉCURITÉ	2
En SELLE	3
Brevet Audax	
Le Carla	
Brevets club	4
Brevets club suite	5
Pt Café à Tarascon	
Quillan	6
Fête du Tour	
WE à Tossa	7
We à Tossa suite	8
Rando des Forêts	
Ariégeoise	9
Route à Jojo	10
PRÉVISIONS	10
CARNET	
LA VIE du CLUB	11
CYCLOTOURISME	12

L'été est bien arrivé !



L'été est une des quatre saisons de l'année qui suit le printemps et précède l'automne. Le substantif « été » vient du latin **aestatem** qui signifie chaleur brûlante.

L'été a plusieurs définitions :

L'été astronomique : du point de vue astronomique les phénomènes marquants sont les deux solstices et les deux équinoxes. L'été astronomique est défini comme débutant au solstice d'été (jour le plus long) pour finir à l'équinoxe d'automne (durée du jour égale à la durée de la nuit).

L'été météorologique : les températures journalières augmentent quelques semaines avant le solstice d'été, ainsi dans notre hémisphère nord la période la plus chaude va du 1^{er} juin au 31 août.

L'été calendaire : les dates de l'été sur le calendrier varient selon les cultures. En Russie l'été calendaire correspond à l'été météorologique. Dans la plupart des pays

européens y compris la France, l'été s'étend du solstice d'été à l'équinoxe d'automne (généralement du 21 juin au 23 septembre).

Dans le calendrier chinois l'été débute le 6 juin.

L'été est généralement la saison où les températures sont le plus élevées. Ce phénomène est dû en grande partie à l'inclinaison de la terre sur le plan écliptique dans son trajet autour du soleil. Ainsi les rayons du soleil frappent notre planète suivant un axe proche de la verticale.

Aussi dans la plupart des pays les écoliers et étudiants ont une longue période de vacances en été. De même les adultes prennent une grande partie de leurs vacances au cours de cette période.

Cette année nous avons accusé un pic de chaleur fin mai et une période de canicule de mi-juin à fin juin.

Les météorologues prévoient une nouvelle période de chaleur vers le 14 juillet aussi restez raisonnables, si vous faites du vélo avancez vos

départs et évitez de pédaler durant l'après-midi, hydratez-vous bien, n'attendez pas d'avoir soif pour boire, au moindre signe de fatigue on s'arrête.

Petite information : lors de la quatrième étape du Tour de France, le mardi 7 juillet 2026 reliant Carcassonne à Foix les coureurs traverseront le Pays d'Olmes avec un passage à Bélesta prévu entre 16h17 et 16h33, au col de Montségur entre 16h41 et 17h01, à Lavelanet entre 16h52 et 17h13, au Carol entre 17h04 et 17h27.

Au cours de ce trimestre j'ai fait appel à vos bonnes volontés pour le MDO Trail le samedi de pentecôte, pour la Randonnée des Forêts le 13 juin et pour l'Ariégeoise ce dernier samedi de Juin. Vous avez été très nombreux à vous porter volontaire, je tiens à vous remercier vivement car sans vous, les bénévoles, ces belles manifestations sportives ne pourraient se réaliser.

Bon été à vous tous.

Jean Escaich



FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE CYCLOTOURISME

À vélo tout est plus beau !

SÉCURITÉ-SANTÉ

**Vigilance fortes chaleurs : message de prévention**

Avec le réchauffement climatique nous pouvons avoir des températures particulièrement élevées.

Vous savez à quel point la pratique du cyclotourisme peut devenir exigeante, voire risquée, sous de fortes chaleurs.

Afin de préserver la santé et la sécurité, il est essentiel de rappeler les règles de prudence élémentaires pour les sorties d'été.

ALERTE CANICULE : Roulez en sécurité !

Face aux fortes chaleurs qui pourraient être annoncées dans l'Ariège cet été, adoptons les bons réflexes pour que le vélo reste un plaisir :

- **Adaptez vos horaires** : Privilégiez des départs très tôt le matin afin d'être rentrés avant les heures les plus chaudes de la journée.
- **Hydratez-vous en continu** : Buvez régulièrement de l'eau (quelques gorgées toutes les 10 à 15 minutes), sans attendre d'avoir soif.
- **Adaptez vos parcours** : Privilégiez les itinéraires ombragés et réduisez si nécessaire la distance ou le dénivelé prévus.
- **Écoutez votre corps** : Tenez compte de votre forme physique du moment, ne surestimez pas vos forces et sachez-vous arrêter immédiatement au moindre signe de coup de chaleur (étourdissements, maux de tête, fatigue intense).

Prenez soin de vous et bonne route à tous !

Bernard Girard

Président du Codep 09

SUPER U

Du lundi au samedi 8h30 19h30
Dimanche 9h 12h30

Lavelanet

Rue des Pyrénées

Tél. 05 61 05 05 90

EN
SELLE

Brevet 100 km Audax à Pamiers



En ce samedi 18 avril 2026 les passionnés de cyclotourisme s'étaient donnés rendez-vous à Pamiers pour participer au traditionnel brevet d'initiation Audax 100 km.



Ils étaient 46 dont 15 du club pour parcourir le parcours concocté par l'ACA Pamiers, encadrés par les capitaines de route conformément aux règles « Audax » et sous une météo excellente.

Bravo aux participants et Merci aux organisateurs.

GG

Journée de la Femme et de la Famille au Carla-de-Roquefort

C'est sous un ciel nuageux mais sans pluie ni vent que s'est déroulée cette belle journée, avec au total une centaine



de personnes dans les différentes activités, se partageant entre les parcours vélo route et Vtt et le parcours marche. Les clubs de Mirepoix, Foix, Castelnau-d'Aud, Pamiers,

Pays d'Olmes, Seysses étaient représentés ainsi qu'une quinzaine de non licenciés.

La journée s'est poursuivie en toute convivialité par un repas avec grillades préparé par les spécialistes du club pour cent-vingt personnes dans la belle salle des fêtes du Carla.

MERCI à la Municipalité, au Comité des fêtes du Carla pour leur aide matérielle, aux Carlésiens, en particulier à Jean Aussenac et Michel Lagarde ainsi qu'aux bénévoles du Club pour l'organisation de cette belle manifestation.

GG



CONTRÔLE TECHNIQUE AUTOMOBILE
E.U.R.L FREITAS CONTROL
 Zone industrielle 09600 TABRE
05 61 05 59 40



Les Brevets Club....Une belle journée....!



Nous nous sommes retrouvés le samedi 2 mai 2026 pour nos brevets internes au Club, une journée tant attendue par tous les membres.

Au total 51 membres cyclos ont participé à cette journée de vélo.

Le premier groupe, composé de 11 passionnés, a pris le départ à 8H de Laroque, s'élancant pour un parcours ambitieux de 153 km avec un dénivelé de 1717 mètres. À 8h30, le deuxième groupe, fort de 27 cyclistes, s'est élancé pour un itinéraire de 100 km et 1003 mètres de dénivelé. Enfin, le troisième groupe, formé de 13 membres, avait rendez-vous à Varilhes à 9h pour un parcours plus accessible de 58 km avec un dénivelé de 541 mètres.

L'ensemble des cyclos se retrouvait à Varilhes pour profiter d'un moment convivial en partageant un café-croissant offert par le club au café-bar du village.

Les circuits empruntés nous ont conduits à travers une région verdoyante et boisée, parsemée de belles bosses qui ont mis nos jambes à l'épreuve. La météo, clé de voûte de cette journée, était particulièrement clémente, rendant notre randonnée encore plus agréable.

Vers 12h30, nous nous retrouvâmes au restaurant des Forges de Pyrène à Montgaillard. À cette occasion, 10 accompagnants et membres du club ont rejoint notre joyeuse assemblée. Un apéritif a été gracieusement offert par le club, suivi d'un excellent repas servi dans une atmosphère chaleureuse et conviviale. Les rires et les échanges ont fusé, témoignant de l'esprit de camaraderie qui règne au sein de notre club.

Malheureusement, toutes les bonnes choses ont une fin. Il a fallu enfourcher à nouveau nos montures pour poursuivre le programme et valider nos brevets respectifs.

Cette journée s'est merveilleusement déroulée, renforçant les liens d'amitié et la bonne humeur qui caractérisent notre club. Nous avons tous quitté Montgaillard avec le sourire et des souvenirs inoubliables, impatients de nous retrouver pour de nouvelles aventures cyclotouristes.

GG

Atelier Mécanique
Julien MATEOS
Carrosserie Carretero

Tôlerie - Peinture - Pare-brise
Prêt de véhicule

Tél. : 05 61 02 08 56 - Fax : 05 61 01 85 46

E-mail : julien.carrosseriecarretero@hotmail.fr
7, rue Alphonse Daudet - 09600 LAROQUE d'OLMES

EN SELLE
(suite)

Les Brevets: quelques photos...



Point Café et randonnée à Tarascon par le CC Beille

"Comme un p'tit air de Passejade" par Gilles Lecoeur



A l'initiative du Club Cyclo de Beille siégeant aux Cabanes 09, les cyclistes de tous bords étaient invités ce samedi 9 mai 2026 entre 9h00 et 12h00 à Tarascon-sur-Ariège, ancienne cité médiévale nichée au cœur des Pyrénées ariégeoises.

Au programme était prévu un Point Café, suivi par une paisible randonnée de 60 km et 723m D+, "le Tour de la Barguillère". Le point d'accueil se trouvait au "Kilomètre Zéro", un café restaurant, lieu de location et de réparation de vélos crée par le président de l'Ariégeoise, Patrice Vidal.

Voir le compte-rendu complet sur le site du club



SPEC COLIN BRAGULAT

Assurances particuliers, professionnels
Risques entreprises-Retraites- Placements

15 av du 8 mai 09600 LAROQUE d'OLMES

Tél.05 61 01 0 2 36

ORIAS : 07013999/17006425

EN SELLE
(suite)

Traditionnelle Ascension à Quillan...!



La traditionnelle randonnée du jeudi de l'Ascension, organisée par l'AS FORMICA à Quillan, n'a pas rencontré le succès habituel cette année, en raison de prévisions météorologiques peu engageantes annonçant vent et pluie pour l'après-midi.

Ainsi, nous n'étions que huit du club à braver ces annonces pessimistes: Christian C, Jean-Michel M, Daniel D, Serge B, Paul M, Martin G, Brigitte G et Guy G. A noter que nos amis Jean-Michel et Daniel avaient amené 5 cyclos de Belvis.....

C'est sous une fraîcheur matinale que la centaine de participants s'est élancée sur les trois parcours proposés. Ces derniers, bien connus, traversaient nos « terres olmoises », avec une partie commune jusqu'à Chalabre où un traditionnel ravitaillement les attendait : ventrêche accompagnée d'un œuf au plat.. Le repas était prévu à Puivert avec la traditionnelle spécialité « fayots-saucisse », concoctée par le président Fabre. Bien que les conditions météorologiques aient été relativement acceptables durant la première partie de la randonnée, le retour s'est avéré plus délicat sous une pluie fine et persistante. Néanmoins, tout le monde est parvenu à retourner à Quillan, soit par les Tournets, soit par le col du Portel, pour la majorité. Malgré ces aléas, la randonnée a conservé son esprit convivial et a été très appréciée.

Un grand merci au club de Quillan pour son chaleureux accueil.

GG

Fête du Tour de France à Foix

« Quelques membres du CCPO ont choisi la grisaille fuxéenne plutôt que le soleil Catalan... » Christian Carpene



Ce dimanche 31 mai, se déroulait «La Randonnée de la Fête du Tour», manifestation cyclotouriste à l'initiative du Conseil départemental de l'Ariège, organisée par L'Ariégeoise Cyclo Club sous l'égide de la FFvélo.

Au départ de Bélesta le parcours, long de 57 km, empruntait le tracé ariégeois du Tour de France 2026 en passant notamment par le col de Montségur, pour arriver à Foix.

À l'arrivée, des animations sur les allées Villote permettaient aux participants et aux visiteurs de se restaurer sur place et de prolonger la fête !

Le club était représenté par nos deux infatigables cyclotes Maguy et Alice accompagnées de Christian C.

Les cyclos du club étaient accueillis au stand du Codep par Noëlle, Marc C, Eric L, François S. Merci à eux

GG

SOULA et Fils
LA SAVEUR. L'ÉQUILIBRE



BOUCHERIE CHARCUTERIE TRAITEUR
Centre commercial CASTILLANE

09600 Laroque d'Olmes

Tél : 05 61 01 04 33

EN SELLE (suite)

WE sur la Costa Brava à Tossa de Mar

Le week-end à Tossa de Mar, du 29 au 31 mai, orchestré par Cathy Poisson, a comblé tous les participants, malgré quelques aléas qui ont été accueillis avec la bonne humeur légendaire du groupe...



Un week-end inoubliable à Tossa de Mar! Par Bernard Girard

Comme chaque année, notre amie Cathy nous a concocté un séjour magnifique en Espagne. Entre paysages splendides et parcours superbement choisis, tout le monde y a trouvé son compte.

Côté cyclisme, l'aventure a été un peu plus pimentée que prévu. Les 55 km initialement programmés se sont joyeusement transformés en 83 km, et le dénivelé a grimpé de 852 m à 1316 m.

Malgré ces petites erreurs de parcours, la solidarité a été au rendez-vous et mes camarades de route ont, je pense, autant apprécié que moi, ce beau défi sportif.

Du côté du groupe de marche, tout s'est également déroulé à merveille.

Convivialité et partage, c'est le véritable ADN de notre club. ! Nous avons eu le bonheur de partager tous nos repas ensemble dans une ambiance de franche camaraderie.

Le point d'orgue du week-end a été la magnifique surprise organisée pour célébrer deux anniversaires. Quelle belle attention !

Un immense merci à vous tous pour votre bonne humeur, et vivement l'année prochaine. ! Merci Cathy.

(Voir d'autres commentaires sur le site du club)

Sauzet Jérémie
Plomberie Chauffage Sanitaire



Dépannage plomberie-Entretien chaudière
Energies renouvelables- Installation ou rénovation
Zinguerie - Fumisterie - Gaz

06 27 52 11 39
CARLA de ROQUEFORT
jeremiesauzet@gmail.com

WE sur la Costa Brava à Tossa de Mar (suite)

Future Palme d'Or...! par Denis Toustou

Lorsqu'une quarantaine de pseudo-cyclistes cathares ou assimilés débarquent en Catalogne, tous n'arrivent pas à bon port. Tous non plus ne parviennent pas immédiatement à vaquer avec élégance dans l'hôtel et ses annexes dont les subtilités des sésames (codes d'accès) mettent leur patience légendaire à l'épreuve mais que de rires !...Tous non plus ne réussissent pas à parcourir les routes catalanes sans se perdre, avec ou sans chaussure ! Seuls les marcheurs restèrent dignes.



Mais aucune inquiétude, même s'il n'était pas prêt pour Cannes, le prochain film du CCPO: "Les Bidochons Ariégeois sur la Costa Brava", interdit aux moins de 16 ans, devrait sortir sous peu sur nos écrans.

Bref, un week-end d'anthologie grâce à Cathy que nous remercions tous chaleureusement du fond du cœur.

Notre 25^e randonnée des Forêts.....Une belle matinée de cyclotourisme....!



Sous un ciel sans nuage, avec des températures idéales et sans vent, les cyclistes étaient déjà sur leurs vélos dès 7h du matin pour le départ de la 25^{ème} randonnée des Forêts, au boulodrome du Stade de Laroque.

Environ une centaine de cyclistes sur route, dont une quarantaine issue du club du Pays d'Olmes, a emprunté l'un des quatre circuits proposés. Ils ont particulièrement apprécié le copieux ravitaillement à Montbel avec pâte et « cansalade grillée », ainsi que le ravitaillement liquide à Espezel.

La trentaine de vététistes présente a également exprimé sa satisfaction quant à l'organisation et à la sécurité du parcours, parfaitement fléché. Un grand merci à Mario et Claude, qui ont travaillé

sans relâche pour nettoyer et sécuriser ce parcours exceptionnel, agrémenté d'une vue imprenable sur le lac de Montbel et le massif de Tabe.

Tous les cyclistes ont été enchantés par les itinéraires traversant une nature particulièrement verdoyante, au cœur des magnifiques forêts du Kerkorb et de Bélesta.

Au total, 14 clubs étaient représentés, incluant 5 clubs ariégeois, 3 clubs de la Haute-Garonne et 3 clubs audois, avec Bram et Castelnau-d'Aud comme clubs les plus nombreux (à l'exception du CC Pays d'Olmes).

La matinée s'est conclue, comme à l'accoutumée, par un apéritif suivi d'un repas copieux et convivial préparé par notre ami Thierry Soula, partagé par une centaine de participants. Nous tenons à remercier M. le Maire de Laroque pour le prêt de salle, M. le Maire de Montbel pour son autorisation d'« arrêt ravito » sur sa commune, ainsi que M. le Président du club de boules qui nous a chaleureusement accueillis dans son boulodrome.

Un grand merci également à tous les bénévoles, une vingtaine, qui ont fléché les parcours, accueilli les cyclistes à Laroque, aux ravitos à Montbel, Espezel, La Bastide et assuré la sécurité des parcours VTT.

GG



BRICOMARCHE

Les Mousquetaires

Pouvoir tout faire moins cher

<http://www.bricomarche.com/>

ZI du Moulin d'Enfour à Laroque d'Olmes 09600



les 26, 27 et 28 juin 2026



C'est l'événement incontournable de la région, attirant de nombreux cyclistes de la région et au-delà. Pour cette **30^e édition**, le nombre d'inscrits était de **4816** sur route et **532** sur VTT.

Le programme des réjouissances:

En raison de la vague de chaleur classée en canicule orange, des mesures ont été prises en accord avec la Préfecture afin de garantir la sécurité des participants. Les horaires de départ ont été avancés de 30 minutes et les volumes d'eau ont été augmentés:

- **L'Ariégeoise XXL**: 298 km, dénivelé de 7500m départ le vendredi à 18h, non chronométrée
- **L'Ariégeoise**: le parcours a été raccourci et commun à celui de la Montagnole, afin de terminer l'épreuve avant 14h. (canicule), tout en maintenant des classements respectifs,
- **La Montagnole** : 124 km/2850m D+ incluant le col des Marrous, le col de Portel via le col de Péguère, le col d'Agnes, le Port de Lers, avec une arrivée à Auzat.
- **Le Rapaillou** : 92 km/ 2200m D, passant par le col des Marrous, le col de Portel, le Port de Lers et Auzat.
- **La Passéjade** : 74 km/1100 m D+, vallée de la Barguillère et retour sur Tarascon et Auzat.

Participation générale : 972 participants ont terminé l'Ariégeoise, 1 679 la Montagnole et 970 le Rapaillou.

Le reste des coureurs a participé aux autres épreuves.

Participation du club (à notre connaissance):

Cette année, nous avons eu la participation de 10 membres (9 en 2025, 7 en 2024, 12 en 2023, 14 en 2022, 23 en 2019, 22 en 2018, 25 en 2017, 30 en 2016, 27 en 2015, 35 en 2014 et 23 en 2013) :

- 3 classés sur l'Ariégeoise: Alexis Bouissière 373^e (5h00), Didier Lacroux 589^e (5h25), Thomas David 779^e (5h53)
- 2 classés sur la Montagnole: Jean-Jacques Pons 615^e (5h36), Frédéric Morez 1585^e (7h00)
- 3 classés sur le Rapaillou: Torreilles Laurent 97^e (4h09), Paul Jordan 378^e (5h09) et David Bright 966^e (7h26)
- 2 ont participé à la Passéjade: Michel Casado et Gérard Cazalès

Bravo à tous pour leur participation et leurs performances !

GG



Votre Vélociste
Partenaire du Club Cyclo du Pays d'Olmes
<http://cyclolmes.com/>



Les bénévoles: Comme chaque année, le Club a contribué à l'organisation de l'événement avec au total 80 bénévoles. Cette année, nous avons géré deux ravitaillements à la Mouline et au Col des Marrous ainsi qu'assuré la sécurité dans la zone de Foix La-Barguillère.

La journée s'est bien déroulée et les participants ont grandement apprécié l'accueil et le professionnalisme de l'organisation.

Un immense merci à tous, et en particulier aux nouveaux bénévoles qui ont répondu présents pour nous aider dans cette tâche exigeante.

Jean Escaich



La Route à Jojo à Mirepoix.....une belle rando... !



Nos amis cyclos de Mirepoix organisaient le dimanche 7 juin la « Route à Jojo. Une douzaine de membres de notre club a participé à cette rando mirapicienne.

Merci au club de Mirepoix et à son Président Christian pour l'organisation sans faille de cette belle manifestation. GG

Voir le compte-rendu complet par Gilles Lecoœur sur le site du club

Prévisions 3e Trimestre

SORTIES LOCALES: HORAIRES d'ÉTÉ (Juin-Juillet-Août) rappel: 8H mercredis et samedis, 8H30 jeudis groupe cool. C'est aussi la période des vacances, aussi pour rouler en groupe, *renseignez-vous auprès de vos compagnons de route.*

RANDONNÉES:

- 4 et 5 juillet: Grand tétras d'Occitanie à St Bertrand
- 6, 13 août: Montées de Beille
- 8 août: Les fous du Saraillé
- 9 Août: Rando St Giron
- 23 août: Rando Castelnaudary
- 30 août: Randonnée de Bram
- 5 sept : Journée club à Lesparrou
- 13 sept: Randonnée de Lézat
- 20 sept: Randonnée Saverdun

CARNET



Décès: Le Club présente ses **SINCERES CONDOLEANCES** à

- Christian RAZOU et sa famille pour le décès de sa maman Yvette à l'âge de 95 ans
- Christina et Claude PEYROU pour le décès du papa de Christina

Naissances: Le club adresse toutes ses **FÉLICITATIONS** à

- Richard BENET et son épouse pour la naissance de leur deux petits fils Hugo et Marius.

EVERBLUE
PISCINES

AZUR PISCINES

9 Rue Mille Hommes 09100 Saint Jean du Falga

Tél 05 61 60 93 05 Fax : 05 61 60 93 09

Azur-piscines@piscines-everblue.com

www.everblue.com

La VIE du
CLUB

Effectifs

29/05/2026	2026	2025
Licences FFCT	153	163
Féminines	25	28
Jeunes - 25 ans	4	4
Nouveaux adhérents FFCT	15	19
Nouveaux fin saison	0	0
Abonnement Revue	7	10
Membres licenciés autre club FFCT	5	2
Membres non cyclos	11	13
Total Adhérents	169	178

Le nombre de licenciés est en baisse:
-10 par rapport à 2025

Le nombre de VAE est de 54 (+3/2025)
soit 35,5% des cyclos,!

**Attention de ne pas décourager ceux
qui ont des vélos musculaires.!**

LA FORMATION
FÉDÉRALE

MM. Bernard Girard, Yves Eychenne, Marc Claraco et Eric Lestra ont suivi la formation « Dirigeants de Club » à Balma le 6 juin. Bravo à eux.

TENUES et VETEMENTS CLUB

s'adresser à **Christian Boulbès**:

tél: 07 86 80 06 35

Maillots manches courtes: 35€ (prix coûtant 44€), l

Cuissards courts: 45, 55€ ou 65€ fond de qualité soit le prix coûtant

Gants: hiver 25€ (prix coûtant 29€), été 15€.



Le Tour de France passe en Ariège avec l'étape Carcassonne-Foix, avec notamment la montée de Montségur côté Fougax le mardi 7 juillet.

A cette occasion FR3 a tourné un reportage sur notre club, avec prises de vue, et interviews...qui sera diffusé sur FR3 Midi Pyrénées le 7 juillet à 19H15.

Un grand merci à tous les adhérents du club qui ont participé. Une ouverture pour notre club qu'il ne fallait pas rater.

Daniel Passerini

HUMOUR

Par Yvon Blazy

« Il faut que je me dépêche de remonter mon vélo pour suivre les coureurs du Tour de France qui vont passer devant ma porte...! »



Pour toute information sur le CYCLOTOURISME en PAYS d'OLMES et en ARIEGE consultez les sites Internet du CLUB et du CODEP 09

<https://clubcyclodolmes.fr/> et <https://ariego.ffvelo.fr/>



Particuliers & Professionnels

ZI Moulin d'Enfour
09600 LAROQUE D'OLMES
Tél : 05 61 96 07 88
contact@proloc-ariège.fr



Après une « panne de cœur »
et pour retrouver ...

FORME et JOIE de VIVRE

L'Amicale des Cyclos Cardiaques
vous propose de venir partager
l'expérience de ses adhérents



LES CYCLOS CARDIAQUES SUR LES ROUTES DE FRANCE PORTENT LEUR MESSAGE SUR LES BIENFAITS D'UNE ACTIVITÉ POUR LA SANTÉ DU COEUR

Qui sommes-nous ? Une Association Loi de 1901

L'**Amicale des Cyclos Cardiaques (ACC)** a été créée en 1995, à l'initiative d'une poignée de cyclotouristes qui venaient de subir une « panne de cœur » et s'interrogeaient sur la poursuite de leur activité cycliste.

Elle est animée exclusivement par des bénévoles issus de ses adhérents.

Elle agit sous le double parrainage de la Fédération Française de Cyclotourisme et de la Fédération Française de Cardiologie.

Nous ne délivrons pas de licence : juste une adhésion annuelle de 20 €



Pour les véloroutes et voies vertes

L'**ASSOCIATION FRANCAISE** pour le développement des **VÉLOROUTES VOIES VERTES** a été créée sous le parrainage de la Fubicy et la FFCT en 1997.

L'AF3V agit pour la réalisation d'un **réseau ambitieux de véloroutes et de voies vertes** au bénéfice de la transition écologique, de l'inclusion sociale et de la santé.



L'aménagement de véloroutes et de voies vertes est un atout considérable pour les territoires :

- Elles encouragent la **réduction des déplacements émissifs en gaz à effet de serre (GES)**
- Elles contribuent au développement d'un **tourisme respectueux de l'environnement**
- Elles favorisent l'**émergence d'un territoire solidaire** et accessible à tous.

Un réseau continu et sécurisé

Les véloroutes et voies vertes relient les villes et les villages pour permettre de se déplacer à pied, à vélo ou en roller pour les loisirs, pour le tourisme et pour la mobilité du quotidien. Pour achever la continuité du Schéma National des Véloroutes (SNV), **8000 km d'itinéraires doivent encore être réalisés pour un montant estimé à 800 M€.**



CLUB CYCLO du PAYS d'OLMES

Siège Social Hôtel de Ville

09600 Laroque d'Olmes

ctpo@clubcyclodolmes.fr

<https://clubcyclodolmes.fr/>

Le Journal Cycl'OLMES

Bulletin d'information du C.C Pays d'Olmes

Comité de rédaction:

Daniel Passerini, Guy Gallardo, Christian Boulbès,
Yvon Blazy, Raoul Brunet, Denis Toustou
Jean Escaich, Francis Gailly, Bernard Girard, Gilles
Lecoeur, Paul Molin, Cathy Poisson.