



La CYCLODON

Mode d'emploi

Je m'inscris au Rallye IdF

Nombre de participants par parcours limité pour raison de sécurité, inscrivez-vous vite !

Je télécharge le formulaire d'inscription depuis :

www.esrenaultgroup.fr (sur la page d'accueil)

Je transmets mon inscription avant lundi 18 mai à :

charles.segard@ampere.cars & jm.ringler@wanadoo.fr

Précisions sur les rendez-vous proposés :

- Itinéraire Aubevoye/Villiers St Frédéric
- Itinéraire Lardy/Villiers St Frédéric
- Itinéraire Villiers St Frédéric/Guyancourt

Rendez-vous au BATIMENT CSE CTA à 8h30 et pour un départ à 9h

Rendez-vous au BATIMENT CSE CTL à 9h et pour un départ à 9h30

Rendez-vous au BATIMENT CSE VSF à 12H30 pour pique et pour un départ à 14h.

LA CYCLODON – Mode d'emploi

Précisions :

Je dois avoir plus de 18 ans pour pouvoir participer.

Je dois disposer de mon propre équipement : Vélo / Casque (obligatoire) / De quoi m'hydrater / Mon kit réparation / Mon change (pour la fin de course)

L'orga me fournira :

- Un harnais fluorescent pour la sécurité sur la route
- Une collation au départ du matin, le pique-nique du midi et le goûter et verre de l'amitié l'après-midi à l'arrivée

L'orga me recontactera pour me :

- Préciser la bonne logistique de la journée : véhicule accompagnateur, covoiturage pour retour...
- Communiquer les n° de tél des « gentils organisateurs » et des référents des parcours

L'orga m'invite : à prendre un max de photos !

Informations sécurité :

Les circuits à vélo se veulent ludiques et sans caractère de performance et ne font pas l'objet de classements.

Chaque participant doit juger de sa capacité physique à pouvoir participer.

Sur la route :

- Suivre les consignes du référent dont consignes partage temps de conduite du véhicule de sécurité accompagnateur (fiche de route dans véhicule avec précision des lieux de relais de conducteurs) / La conduite se fera à tour de rôle
- Rouler si possible en file et au maximum à 2 de front
- Pelotons : ne pas former des pelotons de plus de 10 personnes / Distance de 500 mètres entre 2 pelotons
- On ne roule pas derrière le véhicule suiveur du groupe
- Signaler tout arrêt nécessaire : souci technique...: le groupe doit s'adapter aux aléas
- En cas de crevaillon : le peloton s'attend et se stationne en sécurité (retrait de la route...)
- Possibilité d'effectuer une partie du parcours dans le véhicule accompagnateur si fatigue

Informations pratique :

Vos liens de traces - suggestion : à programme aussi sur vos compteurs :

- Aubevoye à Villiers St Frédéric : <https://connect.garmin.com/app/course/429232223>
- Lardy à Villiers St Frédéric : <https://connect.garmin.com/app/course/429234390>
- Villiers St Frédéric à Guyancourt : <https://connect.garmin.com/app/course/441552743>

! : les traces peuvent évoluer en dernière minute si nécessité

Pour votre confort : douches et vestiaires à Guyancourt.