

BULL'CRB N°143

Janvier 2019

Cyclo - Marche - VTT



Le mot du Président



L'année 2018 s'achève et avec l'équipe qui m'entoure nous travaillons à l'Assemblée Générale du club qui se tiendra le 11 janvier 2019 dans la salle de réception du stade, avenue des aérostiers au 1er étage du bâtiment accolé aux tribunes (pour qu'un plus grand nombre de personnes puissent s'asseoir).

En effet, la fête des associations du 8 septembre dernier a déjà vu une vingtaine de nouveaux membres rejoindre notre club ce qui nous encourage à poursuivre notre action.

Au cours de cette assemblée, nous devons renouveler les membres du bureau et notamment la secrétaire qui a démissionné en mai dernier et étoffer la commission de contrôle. **Nous attendons vos candidatures !**

En 2018, les cyclistes ont proposé des activités route accessibles à un plus grand nombre (dont des marcheurs !), les vététistes, fiers de leur raid en Ardèche au mois de juin dernier, ont également recruté de nouveaux adhérents et les marcheurs ont connu une forte participation aux 2 séjours organisés en juin sur la côte catalane et en automne en Auvergne. Un peu bousculés par l'accroissement de leurs effectifs, ils ont depuis septembre augmenté le nombre de sorties proposées (en doublant l'offre un mardi sur deux) et dédoublé certains circuits urbains.

Les 3 activités se sont retrouvées lors d'une journée commune près de la montagne d'Alaric dans l'Aude.

Pour toutes ces raisons, 2018 est donc déjà un bon cru pour le club et j'espère que vous serez nombreux à participer à l'assemblée générale.

Permettez-moi de vous présenter mes meilleurs vœux pour l'année 2019, pour vous et vos familles, et notamment une bonne santé afin de pouvoir pratiquer vos activités favorites et avoir le plaisir de partager les chemins dans la bonne humeur

Un airbag pour les cyclistes pourquoi pas ?

Pour vous messieurs les sportifs c'est le gilet Hélite qui vous conviendra le mieux.

En effet le col roulé Hovding (présenté au verso) s'avère inconfortable et accumule la transpiration au niveau du cou. En conséquence le casque traditionnel de bonne qualité est nettement préférable au col roulé.



Le déploiement du gilet Hélite existe en noir mais aussi en jaune très en vue....en ce moment

Comment ça fonctionne:

- **Un capteur lié à la veste** : placé à l'intérieur du gilet il analyse les mouvements du cycliste en temps réel (GPS, gyroscope et accéléromètre).
- **Un capteur sous la selle du vélo**: il détecte les chocs provoqués par l'arrière par un véhicule ainsi que les chutes ou tout mouvement anormal. Les deux capteurs communiquent ensemble, analysent la situation et déclenche l'airbag.

Après chaque utilisation, l'airbag se dégonfle petit à petit automatiquement et peut être réutilisé.

Par contre le gilet Hélite lors d'une chute garantit une protection optimale du haut du corps: le thorax, le cou et le dos.

L'airbag est constitué de nylon ultra résistant qui ne se déchire pas lors du gonflage.

Pour vous mesdames c'est Hovding qu'il vous faut.

Rouler à vélo cheveu au vent en toute sécurité, c'est possible. Hovding offre à toutes les réfractaires du casque une solution sécurisante qui ne détonne pas avec un look urbain stylé et préserve le brushing. Dissimulé dans un simple foulard autour du cou, l'**airbag vélo** en cas de chute se déclenche en quelques microsecondes et enveloppe la tête d'une capuche renforcée avec une capacité d'absorption des chocs 3 fois supérieure à celle d'un casque. Le système de capteurs, d'accéléromètres et de gyroscopes détecte tout mouvement anormal. Le système fonctionne sur batterie. Le dispositif de gonflage de la capuche est assuré par une petite cartouche de gaz d'hélium.



Avant

Après

La vie du CRB en images pour terminer l'année



Mardi 11 décembre.

Compte tenu de l'état des sentiers, la période hivernale est propice pour mêler et faire cohabiter les cyclos, les VTT et les VAE. Ce jour là les dames étaient très enthousiastes.



Dimanche 9 décembre

Si la sortie à Albi n'a pas été « catastrophique », elle n'en fut pas moins très arrosée et sibérienne. Dans ces conditions Jean Pierre le photographe de service tout tremblotant ne pouvait faire qu'un cliché flou...



Repas de fin d'année des marcheurs à Gauguin.

Plus d'une cinquantaine de marcheurs ont participé à ce buffet, le salé et le sucré à profusion sur les tables préparés par les cordons bleus du CRB, de quoi satisfaire les papilles gustatives des plus difficiles. Pour éviter que l'atmosphère ne retombe une fois les estomacs repus conjugué avec l'effet de la marquise... alcoolisée servie généreusement par Jean Paul, Jean Claude prenait l'affaire en main en entonnant des chansons populaires reprises en chœur par l'assistance, puis à la demande générale il nous récita une fable de La Fontaine « Le savetier et le financier » (Avec JP comme souffleur-web). Gilles a apporté sa spécificité en interprétant avec sa voix de baryton basse *La Puce Gentille* extrait de l'opéra « la damnation de Faust » de Berlioz.

Mais ce fut aussi, l'occasion de fêter l'anniversaire de Jean en lui offrant du terroir de notre Occitanie viticole quatre-vins en..lui souhaitant bonne route pour la nouvelle dizaine qui se présente à lui.



BONNES FETES ET BONNE ANNEE A TOUS