



## Lettre d'information du comité départemental de cyclotourisme d'Indre et Loire

Numéro 29 - 10 janvier 2012



**Gérard GUILLET et les membres  
du Comité Départemental d'Indre-et-Loire de la F. F. C. T.  
vous souhaite une très bonne année 2012.**

### **Le 30e anniversaire des Cyclos Randonneurs Chinonais**

Cela ne pouvait se fêter qu'en cave, dans un de ces lieux où Chinon rime avec « breton », ce qui est sur les bords de la Vienne l'autre nom qu'on donne au cépage cabernet franc... Les Cyclos Randonneurs Chinonais ont fêté leur trentième anniversaire le 26 novembre, dans la cave de Monplaisir (tout un programme !). Plus qu'avec « breton », Chinon rime donc depuis trois décennies avec guidon, sous l'impulsion de Christian Videau, distingué à cette occasion.

Anicet Archambault, président des CRC pendant douze ans, a été promu président d'honneur à l'occasion de cette réunion. Figure de proue de l'organisation de la **Ronde des Sept Clochers (rendez-vous le 18 mars** pour cette belle randonnée VTT), il a été félicité par son successeur, René Attavay.

Les Cyclos Randonneurs Chinonais ont aussi distingué trois de leurs plus anciens licenciés, Jean-Claude Ayrault, Jean-Yves Gaignard et Michel Minos (ancien président lui-même).

Outre les Sept Clochers, le club organisera les brevets Audax qui lui ont conféré une partie de sa notoriété. A l'intention de ses 45 membres, il inscrit également deux voyages au programme 2012, l'un à Beaune, l'autre en Sologne.

Ce rendez-vous a très logiquement été prolongé par un dîner sur les lieux de l'assemblée générale. Le club avait invité aux agapes tous ceux qui depuis trente ans ont pris une licence en son sein et porté le maillot rouge et or. Ils ont été un certain nombre à revivre ainsi les premiers grands voyages, dont les incursions dans les villes jumelles de Hofheim-am-Taunus, en Allemagne, et de Tiverton, en Angleterre.

Les anciens présidents étaient du rendez-vous, à commencer par Marc Gué-tault, celui qui vécut l'arrivée du club sur les fonts baptismaux de la « Fédé ». Claude Taligault, qui présidait alors le tout jeune Comité Départemental d'Indre-et-Loire, a participé à ces retrouvailles.





*Cela se passe ainsi à Chinon : assemblée générale en cave, puis dîner en cave...*

*(Photos Alain Lorieux)*

## **Temps des fêtes et saison de la prévention**

Les libations de Noël et de fin d'année sont passées, gare aux galettes des rois !

Il n'est jamais trop tard pour dresser un petit inventaire des différents facteurs favorisant le risque cardio-vasculaire. Ils sont à prendre en compte, avant de solliciter éventuellement une épreuve d'effort auprès de votre médecin généraliste.

- ◆ D'abord des facteurs non modifiables puisque innés : sexe masculin, sujet de plus de 50 ans, antécédents personnels.
- ◆ Ensuite, des facteurs liés au mode de vie : hypertension, tabagisme, antécédents familiaux cardiaques, cholestérolémie, diabète, surpoids, sédentarité.
- ◆ Si vous présentez au moins deux de ces facteurs de risque, votre médecin généraliste vous préconisera ou non un examen chez le cardiologue.

## **Toutes à Paris : pour le retour en car, inscription avant le 15 janvier**

Le bulletin d'inscription de « Toutes à Paris » est parvenu aux clubs d'Indre-et-Loire. Il offre deux possibilités en vue du rassemblement du 16 septembre 2012 dans la capitale : l'inscription simple à la journée ; ou la participation préalable au voyage en deux étapes organisé par le Comité départemental, le vendredi et le samedi (Amboise-Châteaudun et Châteaudun-Saint-Quentin-en-Yvelines).

Dans l'un et l'autre cas, les participantes peuvent faire l'emplette du maillot spécialement conçu pour l'événement (30 €). Pas obligatoire bien entendu, mais plutôt encouragé par les organisatrices, bien entendu aussi !

**Le Voyage Itinérant (VI) est limité à 50 participantes** (compte tenu des places disponibles dans le car prévu pour le retour).

## **Les prochains rendez-vous**

**Samedi 14 janvier** : demi-journée information du Codep, Maison des Sports, Parçay-Meslay.

**Dimanche 15 janvier** : Marche des Dauphins, Veigné, marche et VTT (UC Veigné).

**Dimanche 22 janvier** : Randonnée ballanaise, Ballan-Miré, marche et VTT (CR Ballan-Miré).

**Dimanche 29 janvier** : Château-Renault, marche et VTT (UC Renaudine).

**Prochain numéro de la Lettre d'Information du Comité en février.**

Comité départemental d'Indre-et-Loire de la Fédération Française de Cyclotourisme  
Maison des Sports de Touraine - Rue de l'Aviation 37210 Parçay-Meslay

