



GUIDE DU PARTICIPANT AUX ACTIVITÉS DE CYCLO-NATURE

Ce document se veut un outil d'information et d'aide à l'intégration des nouvelles personnes qui désireraient se joindre au club Cyclo-Nature et également aux membres actuels qui désirent être informés des modalités de participation aux activités de Cyclo-Nature. Dans tous les cas, il est important de savoir que les participants peuvent faire appel aux membres du Conseil d'administration (C.A.) de Cyclo-Nature ou aux organisateurs de sorties pour toutes questions concernant le fonctionnement du club.

Organisation et annonce des sorties

- Toutes les sorties sont organisées par des membres bénévoles du club. L'offre dépend donc de l'implication des membres ;
- Un courriel d'invitation, rédigé par l'organisateur et contenant toutes les informations techniques de la sortie, est transmis par Cyclo-Nature quelques jours avant la sortie à toutes les personnes ayant acceptées d'être sur la liste d'envoi ;
- Cyclo-Nature gère également une page Facebook sur laquelle est annoncée chaque sortie en même temps que l'envoi du courriel.

Liste d'envoi

- Vous pouvez ajouter votre nom à la liste d'envoi de Cyclo-Nature par le site internet de Cyclo-Nature : <https://www.cyclonature.org/dev/> en cliquant sur « Inscription aux annonces des sorties »
- Vous pouvez retirer votre nom de la liste d'envoi en tout temps en cliquant au bas d'un courriel reçu

Inscription aux sorties

- Les participants doivent s'inscrire auprès de l'organisateur selon les modalités décrites dans le courriel et sur la page Facebook. Il est important de ne pas s'inscrire par l'adresse courriel du club mais bien directement auprès des organisateurs.

Membership et cotisation

- La cotisation est payée selon la participation. Le coût pour 2020 est de 4\$ par sortie par participant. Dès qu'un membre participe à une sortie et paie sa cotisation de 4\$, il devient membre de Cyclo-Nature.
- Un montant supplémentaire de 1\$ peut également être exigé afin de payer une partie des dépenses de l'organisateur (repérage sur place ou impression de carte)

Encadrement vélo

- Une carte et une description du trajet (cue sheet) sont remis aux participants par l'organisateur soit dans un courriel transmis à l'avance ou sur place. Un lien Web vers le site Ride With GPS est proposé par certains organisateurs ;
- Cyclo-Nature offre un encadrement minimal, à titre d'exemple il se pourrait qu'aucun serre-file ne soit désigné lors d'une sortie ;
- Les participants doivent être autonomes avec la carte et le trajet ;
- Les participants doivent être autonomes en cas de pépin mécanique (personne n'est désigné pour cette tâche) même si, dans la pratique, il y a beaucoup d'entraide dû à l'esprit de bonne camaraderie du club ;
- L'organisateur devrait inscrire son numéro de cellulaire sur les cartes remises aux participants. Il est à noter que lors des sorties aux USA, les communications sont souvent impossibles ;

- Les participants devraient aussi avoir un téléphone avec eux ;
- Les trajets sont en général sur des routes ou rangs peu achalandés ;
- Règle générale, deux groupes se forment : les sportifs rapides (moyenne d'environ 26 km/h) et les contemplatifs relax (moyenne d'environ 20 km/h). Cyclo-Nature ne roule pas en peloton.

Quoi apporter pour la sortie de vélo ?

- Un vélo en bon état de fonctionnement avec des pneus en bon état ;
- Une trousse de réparation de crevaison incluant deux chambres à air et une pompe à vélo ;
- Un lunch et de l'eau (nous arrêtons toujours pour dîner) ;
- Un casque de vélo (non obligatoire mais fortement recommandé).

Sécurité

- Nous recommandons d'éviter de rouler seul, car en cas de pépin l'entraide des autres participants sera salutaire ;
- En cas de passage sur une route plus achalandée, nous exigeons des participants de rouler en file indienne par petits groupes ;
- Le code de la sécurité routière du Québec précise que 15 cyclistes au maximum peuvent rouler ensemble sur une route ;
- Ne pas oublier que les cyclistes sont extrêmement vulnérables sur la route. Un comportement sécuritaire est de mise en tout temps ;

Guide de sécurité à vélo publié par la SAAQ

Déroulement d'une sortie de vélo

- Cyclo-Nature encourage le covoiturage et la réduction des émissions de gaz à effets de serre. Afin de faciliter le covoiturage, chaque description de sortie est assortie d'un lien intitulé « Groupe de covoiturage ». Les personnes offrant et demandant un covoiturage peuvent s'y inscrire et s'organiser ensemble ;
- Durée moyenne d'une activité d'une journée : de 5 à 6 heures incluant une halte dîner ;
- À la fin de la sortie, un point de rencontre est généralement proposé par l'organisateur afin de socialiser autour d'un bon repas au restaurant ;

Nous espérons que ces précisions pourront vous éclairer sur le fonctionnement du club. En cas de question, écrivez à info@cyclonature.org ou directement à l'organisateur de la sortie.

AU PLAISIR DE VOUS RENCONTRER LORS D'UNE PROCHAINE SORTIE

Le CA de Cyclo-Nature
Johanne, Pierre, Louis, Daniel et Michel