

# R.T.T Route & Tout-Terrain

Toute l' info des réunions de votre club



Année 3, Numéro 32 BIS

2 novembre 2007



## SUPPLEMENT MAGAZINE

### Stages CODEP

Il reste des places pour deux stages organisé par le CODEP. Le premier est dédié aux premiers secours, le second est axé sur la mécanique.

**Le stage « 1er secours » est animé par LES SAUVETEURS CATALANS.**

**COMMENT S'INSCRIRE ?** Pour s'inscrire à une session de formation contacter BERNARD.

**QUEL EST LE PROGRAMME ?** Les situations d'accident sont abordées en huit modules :

La protection

L'alerte

La victime s'étouffe

La victime saigne abondamment

La victime est inconsciente

La victime ne respire pas

La victime se plaint d'un malaise

La victime se plaint après un traumatisme (plaie, brûlure, atteinte des os et des articulations...)

**COMBIEN DE TEMPS ?** La formation dure **une dizaine d'heures environ.**

**QUELS SONT LES PRE-REQUIS ?** Il n'y a pas de pré-requis pour suivre la formation, aucune connaissance préalable n'est nécessaire. **A partir de 10 ans**, tout le monde peut suivre cette formation.

**EST-CE TROP SPORTIF, TROP SCOLAIRE OU TROP COMPLIQUE ? Non, la formation est vraiment accessible à tous !** Les gestes sont simples et ne nécessitent pas d'entraînement physique. Pendant le stage, il n'est pas nécessaire de prendre de notes. Tout est basé sur l'apprentissage des gestes de premiers secours et la pratique de ceux-ci au cours de mises en situation où les formateurs simulent des accidents.

**COMBIEN CA COÛTE ?** le coût d'une formation est **de 30 euros**, dont 50% sont pris en charge par le club. Ce prix inclut le repas du midi.

**Le stage « mécanique » est animé par le CODEP.**

Un pneu crevé, un frein mal réglé, une chaîne déraillée et vous ne savez pas comment y remédier ??? Pas de problèmes, le CODEP 66 vous invite à une initiation à la vélo-mécanique !!!

N'hésitez plus et plongez les mains dans le cambouis ! Nous vous accueillons le samedi 24 novembre 2007 pour vous expliquer, montrer et apprendre à apprivoiser ces petits aléas... En une journée vous serez capable de changer une chambre à air, régler des freins...

Pour participer à cet ateliers, réservez dès maintenant votre place en téléphonant à BERNARD.

### le trocavani

Cadre MBK alu 6066 (coloris jaune et bleu, donc au couleur du club) avec fourche carbone Easton : 200 €  
Tige de selle Carbone, 2 portes bidons alu jaune et bleu, dérailleur avant Shimano ultegra triple plateau : matériel vendu séparément.

- Le tout en bonne état. Tél : **04 30 15 57 53** - Mail : [michel.vanni@aliceadsl.fr](mailto:michel.vanni@aliceadsl.fr)



**mercredi 14 novembre**  
**CANET EN ROUSSILLON**  
**FOYER MOUDAT (derrière la**  
**Gendarmerie)**  
**De 16:00 à 19:30**

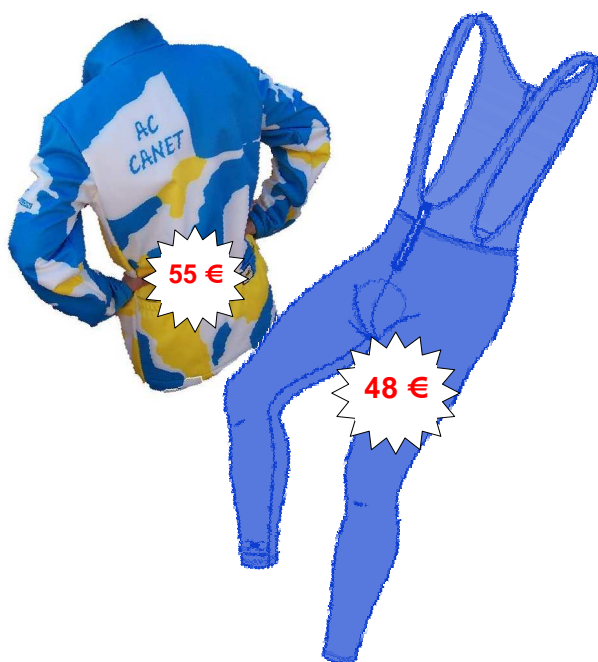
## les vêtements à prix cassés

A la Casa Fernand, pour cette fin d'année, les vêtements sont à prix écrasés.

25% de ristourne

Alors pour cet hiver n'hésitez pas, habillez vous ACC.

WIND TEX thermique de grand confort:  
 Membrane coupe vent souple, légère, élastique, imperméable et transpirante, col montant, fermeture séparable, 3 poches dos élastiquées, finition élastiquée en bas de blouson.



**COLLANT LONG A BRETTELLES:**  
 Polyamide Elasthane Lycra thermodress, intérieur velours, peau synthétique antibactérienne de type monolith sans couture, modèle préformé patte de maintien sous le pied.

# Téléthon

7 ET 8 DECEMBRE 2007

Parlez-en autour de vous pour que les canétois(es) viennent rouler avec nous.

Cette année, encore des records à battre:

> Le + grand nombre de km parcourus par le groupe

> Le temps de selle le + long d'un participant.

L'ACC sera présente comme chaque année.

Rien ne pourra se faire sans votre engagement et votre mobilisation.

## Benvinguts

Il s'appelle BERNARD, il vit 4 mois par an à Canet et nous vient de l'Eure-et-loir.

Il roulera désormais pour l'ACC. Nous comptons sur lui pour animer nos sorties et nos soirées.

Le département d'Eure-et-Loir fait partie de la région Centre. Le département de l'Eure-et-Loir s'étend au sud-ouest de l'agglomération parisienne et comprend plusieurs plateaux du Bassin parisien : au nord, le Thimerais ; à l'est, la Beauce ; au sud, le Dunois. Dans l'ouest du département, le relief s'élève et forme les collines du Perche, attenantes à la fois à la Normandie, à Paris et la région parisienne et aux Pays de la Loire. Le département a par ailleurs bénéficié de la création du parc naturel régional du Perche. L'Eure et le Loir sont les principaux cours d'eau du département, Senonches et Dreux abritant les forêts les plus importantes. Il est limitrophe des départements du Loir-et-Cher, du Loiret, de l'Essonne, des Yvelines, de l'Eure, de l'Orne et de la Sarthe.