



## BIKE BEL AIR CLUB

### REGLEMENT INTERIEUR SAISON 2017 - 2018

#### **Fonctionnement de l'association :**

- Le Bike Bel Air Club (BBAC) est une association de type loi 1901 à but non lucratif gérée par des bénévoles.
- Son fonctionnement est démocratique: chaque adhérent sera convié à participer au fonctionnement de l'association au cours des assemblées générales annuelles ou lors des diverses réunions.
- Les buts poursuivis par l'association sont décrits dans les statuts. Il s'agit avant tout de rapprocher les personnes qui ont une passion commune - le vélo - ou qui ont envie de découvrir le cyclisme sur route ou à VTT.
- Le fonctionnement est basé sur l'échange entre pratiquants expérimentés et débutants. Ces derniers pourront recevoir conseils concernant les méthodes d'entraînement, les parcours adaptés à leur niveau, l'achat de matériel, l'entretien du vélo, ...et être encadrés lors des sorties de découverte et d'entraînement.
- L'objectif du club est la pratique en mode loisir du cyclisme, toutefois les adhérents qui le souhaitent pourront s'inscrire **à des épreuves chronométrées sous réserve qu'ils répondent aux critères des fédérations organisatrices ouvertes aux licenciés ou non licenciés.**

#### **Adhésion :**

- Les montants des adhésions annuelles sont indiqués sur le formulaire d'adhésion de l'année en cours.
- Chaque personne de la même famille devra compléter un formulaire d'adhésion. Ce tarif correspond à l'adhésion **à l'association mais n'inclut pas le prix de la licence.**
- **Les cas particuliers d'exemption de cotisation seront étudiés et décidés par le conseil d'administration. (adhésion en cours d'année, mutation, Membre d'honneur).**

#### Qui peut adhérer :

L'association est ouverte à toute personne quel que soit son âge et son niveau de pratique, habitant à Bouc Bel Air ou non.

Cependant les responsables de l'association se réservent le droit de refuser l'adhésion d'une personne dont les capacités physiques ne lui permettraient pas de suivre le groupe.

- A l'Ecole de VTT l'âge minimum requis est de 8 ans et l'enfant devra être capable de rouler sur un vélo de 24".
- La section VTT est réservée aux adultes majeurs.
- La section route est ouverte aux jeunes à partir de 16 ans qui pourront participer aux sorties sans être personnellement accompagnés d'un adulte mais ils devront fournir une autorisation parentale pour l'inscription à l'association.
- La section Enduro est réservée aux adultes majeurs.

#### **Pièces à fournir :**

- un certificat médical de non contre-indication à la pratique du cyclisme.
- un chèque à l'ordre du Bike Bel Air Club, correspondant au montant de l'adhésion au club plus le prix de la licence choisie.

#### **Licence :**

- Le club adhère à deux fédérations cyclistes, la FFC et la FFCT. L'adhésion au club implique la souscription obligatoire à l'une de ces deux licences au choix. Celle-ci garantira à l'adhérent d'être assuré pendant toutes ses sorties à vélo. De plus la licence permet souvent de bénéficier de réductions pour participer à des randonnées organisées par des clubs.

**FFCT :** La licence de la Fédération Française de Cyclotourisme est destinée aux pratiquants sur route ou à VTT mais qui ne désirent pas participer à des compétitions. Son montant varie entre selon l'âge et le type d'assurance souscrit. La saisie de la demande de licence se fera sur Internet par les responsables du club.

BIKE BEL AIR CLUB

Téléphone 06 22 32 31 93 site Internet : [www.bikebelairclub.fr](http://www.bikebelairclub.fr) email : [bikebelairclub@gmail.com](mailto:bikebelairclub@gmail.com)  
Association loi 1901 enregistrée à la Sous-Préfecture d'Aix-en-Provence sous le N° 0131025158  
Affiliée Fédération Française de Cyclisme N° 2113094 et Fédération Française de Cyclotourisme N° 07193  
Agrément Jeunesse et Sport N° 2307 S/05 du 27/01/2005

**FFC** : La licence de la Fédération Française de Cyclisme permet aux cyclistes sur route ou à VTT de participer à des compétitions. Un imprimé de demande de licence, indiquant les prix, sera fourni à l'adhérent à réception du bulletin d'adhésion. Celui-ci devra compléter les cadres 1; 8 et 9, signer l'imprimé et l'adresser au secrétariat du BBAC.

Les non licenciés ainsi que les titulaires d'une licence FSGT, Ufolep, etc, devront prendre obligatoirement une licence FFC ou FFCT au club.

### **Equipement :**

Vélo : Un vélo adapté à la discipline pratiquée et en bon état de fonctionnement est nécessaire pour participer aux sorties. Le gonflage des pneus, le fonctionnement des freins et des dérailleurs et les serrages de roues devront être vérifiés avant chaque sortie. Chaque participant devra être muni d'une pompe et d'une chambre à air de rechange.

### **Obligatoire :**

- Le port du casque est obligatoire aussi bien pour les sorties VTT que sur route.
- Les équipements tels que Casque intégral, lunettes ou masque, protections dorsales ou gilet intégral, coudières, genouillères, protège-tibias sont obligatoires pour les entraînements ENDURO.

### **Recommandé :**

- Des lunettes adaptées.
- Une paire de gants.
- Une veste coupe-vent en cas de temps frais ou venté.
- Une gourde ou un sac à eau et un en-cas (barres de céréales, pâtes de fruits...)

### **Communication entre les membres :**

Les membres du club se réuniront régulièrement à 18 h 30 à la salle de réunion au 1<sup>er</sup> étage de la Bastide de la salle à Bouc Bel Air. Un calendrier mensuel des sorties à venir sera remis aux adhérents pendant cette réunion. Les informations sur les sorties seront communiquées, par courriel et sur le site Internet <http://www.bikebelairclub.fr/>.

### **Déroulement des sorties entraînement sur route :**

Le samedi et le dimanche, le lieu du rendez-vous est situé sur le parking du centre commercial du quartier de la Salle à BOUC BEL AIR.

En semaine, le lieu du rendez-vous est situé sur le parking du TENNIS CLUB de BOUC BEL AIR.

Le lieu, la durée, la difficulté et la dénivelée des sorties sont mentionnées sur la page « Calendrier » du site Internet du BBAC.

Quatre groupes de niveau permettent de répondre aux attentes des pratiquants. Le détail de leur fonctionnement figure sur le blog de la Route à l'onglet « Groupes ».

### **Déroulement des sorties entraînement à VTT :**

Le lieu du rendez-vous est situé sur la place des Marronniers dans le quartier de la Salle à BOUC BEL AIR.

Deux groupes seront constitués :

- Les sorties destinées aux pratiquants réguliers auront lieu le samedi. L'objectif est de développer la maniabilité et les capacités de franchissement. L'aspect ludique de la pratique du VTT ainsi que l'aspect découverte de la nature seront recherchés. L'allongement progressif de la durée et de la difficulté des parcours permettra de développer la résistance à l'effort. Les sorties ne dépassent généralement pas 30 km et 700 m de dénivelée.
- Les sorties destinées aux sportifs entraînés auront lieu le dimanche matin. Chaque membre est invité à faire découvrir les parcours qu'il connaît en participant à l'élaboration du calendrier des sorties. Les distances parcourues sont comprises entre 35 et 60 km.

### **Déroulement des sorties entraînement ENDURO :**

Trois sorties par mois seront organisées.

- En ENDURO l'apprentissage technique et la fluidité sont travaillés.
- La confirmation de la participation à la sortie auprès du Staff est obligatoire.

#### BIKE BEL AIR CLUB

Téléphone 06 22 32 31 93 site Internet : [www.bikebelairclub.fr](http://www.bikebelairclub.fr) email : [bikebelairclub@gmail.com](mailto:bikebelairclub@gmail.com)  
Association loi 1901 enregistrée à la Sous-Préfecture d'Aix-en-Provence sous le N° 0131025158  
Affiliée Fédération Française de Cyclisme N° 2113094 et Fédération Française de Cyclotourisme N° 07193  
Agrément Jeunesse et Sport N° 2307 S/05 du 27/01/2005

- Chaque adhérent s'engage à assurer au minimum 2 sorties dans l'année (hors période de vacances scolaire mais à tour de rôle), on fait circuler un planning pour support avec les dates; renseigner le lieu et le pilote qui connaît le parcours, qui sera au rdv et qui enverra le mail le mercredi soir pour le weekend suivant.

**IMPORTANT :**

**Le non respect du règlement intérieur du BIKE BEL AIR CLUB dégage le club sportif de toutes responsabilités.**

**BIKE BEL AIR CLUB**

Téléphone 06 22 32 31 93 site Internet : [www.bikebelairclub.fr](http://www.bikebelairclub.fr) email : [bikebelairclub@gmail.com](mailto:bikebelairclub@gmail.com)  
Association loi 1901 enregistrée à la Sous-Préfecture d'Aix-en-Provence sous le N° 0131025158  
Affiliée Fédération Française de Cyclisme N° 2113094 et Fédération Française de Cyclotourisme N° 07193  
Agrément Jeunesse et Sport N° 2307 S/05 du 27/01/2005