



DECOUVRE TA REGION

JOURNEE VELO

12 OCTOBRE

2023

10H - 16H

NOLAY



VOIE VERTE DE CÔTE D'OR



COMITÉ
DÉPARTEMENTAL
DE CYCLOTOURISME
CÔTE-D'OR

CONTACT: LEA.MASSIBOT@SPORTADAPTE.FR

Découvre ta région

Randonnée cycliste en Côte d'Or

En partenariat avec

Le Comité Départemental de Cyclotourisme 21, L'EAJ Les Roches de Nolay,

Et d'autres associations cyclotouristes

Mesdames, Messieurs,

En partenariat avec le Comité Départemental du Cyclotourisme 21 et différents clubs cyclotouristes, nous avons le plaisir d'organiser une journée découverte autour du vélo, dédiée aux personnes en situation de handicap mental et/ou psychique, âgées de 12 ans minimum. Cette journée aura lieu :

Jeudi 12 Octobre 2023
Centre d'Accueil de Jour Les Roches,
Rue du Bas du Cloux
21 340 NOLAY

Cet évènement a pour objectif :

- De découvrir le vélo ou le tricycle à travers des ateliers ludiques
- De découvrir notre belle région via un parcours sur la voie verte
- De favoriser les échanges entre les participants

Si vous souhaitez participer, vous pouvez nous renvoyer le dossier d'inscription (fichier excel inclus dans le mail) via l'adresse suivante : lea.massibot@sportadapte.fr.

SEULEMENT 50 PLACES disponibles !

Les premiers arrivés seront les premiers servis !

Toutes les modalités de participation et d'organisation de cette journée sont expliquées dans la suite de ce document.

En espérant vous compter parmi nous, veuillez agréer Mesdames, Messieurs, nos salutations les plus sportives.

Léa Massibot

Agent de Développement

Ligue BFC Sport Adapté

Présentation de l'évènement

Déroulement :

- 9h30 – 10h15 : accueil des participants
- 10h15 - 12h15 : Rotation sur les ateliers découvertes cyclistes (débutants + tricycles acceptés)
- 12h15 – 13h30 : Repas tirés du sac
- 13h30 – 15h30 : Randonnée cycliste de +/- 12 kms sur la voie verte (débutants et tricycles acceptés)
- 15h30 : Goûter – Fin de la journée

Organisation:

La journée sera supervisée par La ligue BFC Sport Adapté et le Centre Les Roches de Nolay.

Les ateliers matinaux et la randonnée seront encadrés par les animateurs cyclistes présents, venus de différentes associations, et le Comité Départemental du Cyclotourisme 21.

- Matériel :

Il est nécessaire d'emmener votre propre matériel : vélo et kit de réparation au besoin.

Quelques tricycles pourront être mis à disposition (entre 4 et 8 tricycles, de tailles différentes).

Le casque est absolument OBLIGATOIRE pour tout le monde !!!

Toute personne n'ayant pas de casque ne pourra ni participer aux ateliers le matin, ni partir en randonnée l'après-midi.

- Restauration :

Repas tirés du sac le midi.

- Répartition des participants :

Matin :

Les participants seront répartis par groupe de 6 à 10 personnes maximum, en fonction du nombre d'animateurs cyclistes présents, assistés au minimum d'un accompagnateur roulant ou non roulant de la structure.

Après-midi :

Les participants seront répartis par groupe de 8 personnes maximum, assistés au minimum d'un animateur cycliste et d'un accompagnateur roulant de la structure.

Circuit prévu L'après-midi :

Randonnée cycliste

Départ – Arrivée : Centre Les Roches, Nolay

Voies empruntées : +/- 300m de route communale + 12 kms de Voie verte

Parcours Tricycle :

Départ – Arrivée : Réalisée 1 à 2 km sur la Voie verte

Transport vers Départ/Arrivée : en minibus

Date et Lieu :

Jeudi 12 Octobre

A partir de 9h30

Centre Accueil de Jour Les Roches,

Rue du bas du Cloux

21340 NOLAY

Public concerné :

Personnes en situation de handicap mental et/ou psychique âgées de 12 ans minimum, licenciées ou non à la Fédération Française du Sport Adapté (FFSA).

Tarifs :

	SPORTIF		ACCOMPAGNATEUR			PRÊT
	Licencié FFSA	Non licencié FFSA	Non Roulant	Roulant licencié FFSA	Roulant non licencié FFSA	Tricycle
Matin	GRATUIT	6	GRATUIT	GRATUIT	6	GRATUIT
Journée complète	2	8	GRATUIT	2	8	GRATUIT