



# BULLETIN NOVEMBRE DÉCEMBRE 2016



Téléphone club : 06 52 76 46 81 ; Mail : [velorocgreasque@gmail.com](mailto:velorocgreasque@gmail.com) ; Facebook : velorocgreasque  
Le site : [www.velorocgreasque.fr](http://www.velorocgreasque.fr)

*Assemblée Générale du Véloroc le 25 novembre : renouvellement du Bureau  
Le bilan moral est consultable sur le site du club.*

## Les entraînements jeunes

**Découverte de nouveaux sentiers : les ados sur les terres rouges de la Sainte Victoire le 19 novembre**  
Un succès pour ce premier entraînement à l'extérieur. 32 présents au total, un bon groupe de jeunes et d'accompagnateurs, des conditions idéales.



Technique, bains de boue, ...



## Les entraînements des plus petits



### Dernière sortie de l'année :

Le 17 décembre, petits et grands se sont retrouvés pour un dernier tour avant les vacances et la nouvelle année.

23 présents entre les ados et les plus jeunes du mercredi, 38 au total avec les parents et les coaches.

Pour clôturer cette sortie, les enfants ont apprécié le goûter offert par le club et préparé par Franck et Fanch



## Randonnée à Gréoux

**Déplacement Le 11 novembre à la rando VTT de Gréoux pour 40 membres du club, jeunes et adultes :**  
Une belle matinée de vélo, une tartiflette géante à l'arrivée, et quelques péripéties dont une belle chute de Dany qui s'en sort avec 25 points au genou !!



## Participation au Téléthon

Une sortie nocturne le 3 décembre a rassemblé une soixantaine de personnes, sur un parcours de 15 km dans le bois de Gréasque. Un grand merci aux coaches et aux encadrants pour avoir encore répondu présents. Vin chaud et chocolat chaud préparés par Cédric ont été servis à l'arrivée. Grâce à votre participation 220€ ont été reversés à l'AFM.



Reconnaissance du circuit avec les ados



## Et rando sur route avec La Pomme :

Le 4 décembre, José, Tristan, Fanch, Franck et Sarah sont allés représenter les couleurs du club Veloroc Gréasque à Marseille, afin de rouler pour le Téléthon. En compagnie du club de la Pomme et de 400 autres passionnés : 55 kms pour eux avec une moyenne de 26 KMS avec 260 d+.

Sans oublier que la veille, ils avaient déjà donné mais en VTT pour la nocturne du Veloroc !!!! Des vrais mordus de la petite roue !!!!



Et toujours les sorties hebdomadaires des adultes,  
ça part de là...



Les vététistes Tristan, Sarah et Fanch se sont invités au groupe de la route pour une belle sortie de 80kms



### Quelques sélections de randos vtt pour 2017

- 05 mars : Rando des crêtes à Ceyreste
- 12 mars : Vétath'lon de Roquefort la Bédoule
- 02 avril : Ste Propice à Velaux
- 09 avril : Rando du Mazet à Eguilles
- 30 avril : Rando la Provençale à Roquefort la Bédoule
- 14 mai : Rando VTT à Miramas
- 21 mai : Drailles des Alpilles à Eygalieres
- 03 juin Nocturne VTT à Velaux
- 04 juin : les collines et Bosses de Gréasque
- 11 juin : Rando cyclo de l'Etoile - Plan de Cuques