

# BULLETIN JANVIER-FÉVRIER 2017



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)

## Le site évolue

Un nouveau site est en cours d'élaboration et s'alimente régulièrement pour devenir une source constante d'infos et de communication : vie du club, actualité, photos et vidéos, les jeunes, la Team Odanak, un forum...

Connectez-vous sur [www.velorocgreasque.fr](http://www.velorocgreasque.fr), et inscrivez-vous pour participer aux évènements et déposer des commentaires

Le « flash info » permettra de communiquer toute information de dernière minute (annulation d'un entraînement par exemple)

## Le trophée des Orres (compétition VTT des jeunes) :

### 1ere course de la saison le 5 mars à Pichauris

C'est une Team Veloroc renforcée qui redémarre une nouvelle saison. 17 jeunes vont porter les couleurs du club à travers toute la région : Nathéo Yégavian, Luca Seguen, Mathis Lecan, Léo et Billy Verticcione, Adrien Estruch, Clément et Théo Rihet, Arnaud Locastro, Joris Dorsemaine, Fabien Figueroa, Adrien Tanti, Florent Pohier, Tristan Chossat, Tom Arquier, et les 2 féminines Anaëlle Suzor et Sarah Puigferrer. Premier entraînement au Pilon du Roi



## Changement d'horaire

A compter du 01 avril, les entraînements ados du samedi se feront de 14h à 17h  
Entraînements du mercredi inchangés : 14h à 16h

## Date à retenir

Dimanche 4 Juin : 4<sup>e</sup> édition de notre randonnée « les collines et bosses de gréasque »

## Clin d'œil à Christian Trouillet -72 ans en janvier

On le surnomme amicalement le fossile, ou encore le druide !

Toujours avec le sourire, le petit mot d'encouragement et beaucoup de générosité il est régulièrement présent lors des entraînements des jeunes le mercredi et le samedi, aux sorties adultes du dimanche (30 km dans le Régagnas ne lui font pas peur !) et participe à de nombreuses randonnées dans lesquelles il rafle généralement la coupe du plus expérimenté.



Et dans sa roue, Simone...



Malgré des conditions météo pas toujours optimales début janvier, tous les entraînements du mercredi et du samedi ont été assurés : bike parc, ateliers, technique, crevaisons, goûters copieux.....



Et le stage des vacances de février a accueilli les enfants durant les 2 semaines  
Un nouvel exercice a été proposé : l'orientation en forêt avec utilisation d'une carte et d'une boussole. Pas si simple!!!



## Randonnées extérieures

La « petite course » LES COLLINES DE CARNOUX  
Il y avait un beau soleil d'hiver pour cette 10eme édition. Température 0°, avec un petit vent mais tout à fait supportable.  
Eric Siff



Le « mur de la peste » à Lagnes  
Belle journée et un parcours cassant mais avec des singles rapides et pas dangereux et surtout un panorama sublime et une organisation parfaite à refaire l'année prochaine avec plus de participants du club.  
Daniel



Randonnée « Les 3Frères » à La Mède : une belle délégation du Véloroc Gréasque  
Clément, Théo, Luca, Mathis, Sarah, Anaëlle, Christelle, Françoise, Jean-Eric, Franck, Fanch, Denis, Christian, Patrick, Dany, Christophe, Eric S., Alain D., Alain B.



Rando des Costes à Pélissane  
Christian, Dany et Françoise se sont pris une belle rincée sur 20Km ; Daniel, Alain, et Olivier sur 36 km, ils n'ont pas croisé de photographes !!

Puissous le soleil à Mérindol : Christian E., Christian T., Alain D., Dany, Eric L., Arnaud, Sarah, Patrick, Françoise. Eric S et Alain B, partis trop vite et trop loin (48 km), n'ont pas pu être rejoints !!



Dans nos collines, le groupe VTT adultes a sillonné le secteur de Gréasque à Gardane en repérant des tracés des circuits pour notre rando du 4 juin

Ca part de là



Et voilà le résultat



Et sortie le 26 février sur l'exceptionnel site de la Ste Victoire, tour du Cengle et Roques Hautes Olivier, Denis, Alain B. Patrick, JP, Laurent et Françoise



L'activité route,  
Ca roule malgré une petite trêve hivernale pour mieux se préparer pour le printemps

Petit incident pour Bertrand Flého, selle dévissée et rentrée dans le cadre, ça aurait pu faire mal!!



Petite escapade sur le Tour de Provence, Tristan, Sarah, Mathis et Luca ont été amenés par Fanch au village départ à Aubagne. Ils ont pu voir les cars, les vélos, les coureurs de l'équipe Direct Energie et rencontrer Thomas Voeckler.

Puis ils se sont rendus à la zone ravitaillement

