

N° 161

Bulletin Cœur & Vélo

Janvier-Février-Mars 2025



www.cyclocardiaques.org

Tu sais, la vie, c'est pas
toujours comme on



veut. C'est
souvent
comme
on peut.



SOMMAIRE

| | |
|--|---------|
| L'édito de de Joël GRANDJEAN | page 3 |
| Compte-Rendu séjour à Mézières-en-Brenne | page 4 |
| Visite du Château d'Azay-le-Ferron | page 5 |
| Séjour Moirans en Montagne du 5 au 9 mai 2025 | page 6 |
| Séjour Amboise du 2 au 6 juin 2025 | page 7 |
| Séjour touristique dans la Somme / Info Presse | page 8 |
| Ils nous soutiennent : Charles ROZOY | page 9 |
| AG des 30 ans | page 10 |
| Bulletin d'adhésion à l'Amicale | page 12 |
| Commande textiles 2025 | page 13 |
| Une vie sauvée | page 14 |
| Ils nous soutiennent : Alexandre BOYON | page 15 |
| Art et le cyclisme : Robby BECKER | page 16 |
| Les COREG et l'Amicale | page 19 |
| Le COREG Guadeloupe | page 20 |
| Le COREG Réunion | page 22 |
| Le Vendée Globe | page 23 |
| Les Jeux Paralympiques 2024 | page 24 |
| Les nouveaux adhérents - Ils nous ont quitté | page 26 |
| Ils nous soutiennent : Rosa MURCIA-GANGLOFF | page 28 |
| Les clubs amis / Rencontre avec Warren | page 29 |
| STOP aux violences routières | page 30 |
| Travaux manuels / Adhésion ou renouvellement | page 31 |
| Point des correspondants départementaux | page 32 |
| Monter 50 marches en chantant | page 33 |
| L'atelier Vel'aube, notre partenaire | page 33 |
| Les cafés vélo en France | page 34 |
| Le Magnetic Gear Motor débarque dans les VAE | page 36 |
| Info santé : l'eau | page 37 |
| A bientôt avec Malcom FARLEY | page 40 |



L'Edito de Joël GRANDJEAN

À nos adhérents, bénévoles, aux administrateurs.

Je formule le souhait que 2025 soit une année sereine dans l'esprit de tous, que les objectifs exprimés lors de notre assemblée générale puissent aboutir au bien-être de tous.

Un cadre agréable qui contribue aussi au " bien vivre ensemble ", cela passe par le maintien d'une qualité d'accueil et de convivialité dans toutes nos rencontres qui nous caractérisent.

Mes meilleurs vœux vont vers vous tous ainsi que mes sincères remerciements pour votre présence, et votre participation.

Je tiens aussi à transmettre aux administrateurs et à l'équipe, ma très grande satisfaction du travail accompli et le plaisir de voir l'esprit de collaboration engagée qui les anime.

Je souligne la capacité de dialogue, la mobilisation positive et surtout constructive de l'équipe.

Dans cette époque troublée plus que jamais, la solidarité et la coopération sont absolument nécessaires.

Je sais à quel point la période que nous vivons actuellement contracte toutes les interrogations, toutes les peurs qui envahissent certains et je mesure pleinement la responsabilité qui est la mienne avec celles des administrateurs et d'offrir des réponses à ceux qui doutent.

Cette nouvelle année nous amènera son lot de défis que nous devons relever ensemble avec l'esprit associatif toujours présent. Notre engagement auprès de nos adhérents, nos bénévoles, reste toujours aussi fort. La perfection n'est jamais dans les hommes mais dans leurs intentions.

Je renouvelle auprès de vous tous et de vos familles, mes vœux les plus sincères pour cette nouvelle année qui s'ouvre devant nous. Qu'elle vous apporte épanouissement, bonheur et succès dans tout ce que vous entreprendrez, Qu'elle vous donne l'envie de croire en l'avenir, l'envie d'être dans l'action, l'envie de dire « **Oui** » à notre association en mouvement. « **Oui** » à notre association toujours en Avant.

Je compte sur vous pour notre rencontre annuelle, **cette année nous fêterons nos 30 ans**

« **La plus grande joie de la vie, c'est de se sentir utile aux autres !** »

Je vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année.

Joël GRANDJEAN

NOUS VOUS PRÉSENTONS NOS

meilleurs vœux

POUR CETTE NOUVELLE ANNÉE !



Rencontres Nationales des Cyclos Cardiaques et AG à Mézières-en-Brenne

Samedi 21 septembre, mon épouse et moi-même, prenons la route depuis notre Morbihan, en direction de la Brenne pour les rencontres nationales de l'ACC, accompagnés de Violaine et Jacko, nos amis Ploemeurois.

Aucun d'entre nous, même en connaissant la Brenne de nom, n'y est jamais venu.

Les prévisions météo ne sont pas au top, mais qu'à cela ne tienne, si on ne fait pas de vélo, on fera les visites préparées par notre ami Georges LONGY.

Je croise Pierre (LESCURE), qui me dit qu'il me confie le soin de faire un petit compte rendu de la semaine pour Cœur & Vélo...

Nous prenons nos quartiers dans notre gîte et le soir, Georges nous annonce que le mauvais temps, averses, orages, vent, vont nous accompagner toute la semaine.

Donc pour Jacko et moi, peu de vélo, car nous n'aimons pas la pluie. Une seule sortie le lundi matin, quasi seule fenêtre météo acceptable. Malgré tout, les cyclos les plus vaillants ont quand même roulé. Et oui, on peut être de Bretagne et ne pas aimer la pluie...

Le séjour est donc rythmé par les visites de châteaux : Bouchet, Azay le Ferron et Valençay ; musées : écomusée de la Brenne à Le Blanc et musée de la chemiserie à Argenton sur Creuse ; édifices religieux : l'abbatiale de St. Savin, l'abbaye de Fontgombault, l'église du Menoux ; un très beau village : l'Angles sur Anglin.

Vraiment un séjour et des activités organisés de main de maître par Georges.

L'AG se déroule dans une très bonne ambiance, et permet de confirmer le comité directeur actuel, en m'y intégrant par cooptation.

Cette AG est précédée d'un apéritif déjeunatoire très agréable et de bonne qualité.

Ce n'est malheureusement pas le cas des repas servis par le domaine : cuisine non assaisonnée ou trop, légumes mal cuits, etc... J'allais oublier les lentilles servies le premier soir et que nous avons retrouvées en salade pendant encore deux jours. 😊

Vraiment le seul bémol du séjour, quelque peu compensé par un dernier repas convenable.

Nous retiendrons du séjour la découverte d'une région que nous ne connaissons pas et riche d'une grande diversité de sites et surtout plein d'eau. Encore un très grand merci à notre ami Georges LONGY pour l'organisation de cette belle semaine. ☁

Rémy COQUELIN correspondant département du Morbihan.



Visite du Château d'Azay-le-Ferron en marge de l'AG

Lundi 23 septembre, confrontés à une météo très maussade, nous avons dû chambouler le programme prévu. Au lieu d'aller crapahuter sous la pluie au milieu des étangs, nous avons préféré nous rendre à Azay-Le-Ferron pour une visite guidée du Château renaissance qui, suite à un leg, est désormais la propriété de la ville de Tours. Nous avons été sidérés par la richesse des aménagements et du mobilier des 15 pièces traversées. Nous ne citerons que le parquet en marqueterie du salon et la tapisserie des Flandres de la salle à manger. Avantage non négligeable, nous avons pu pique-niquer au sec dans une pièce d'époque dédiée à cette fonction, « **La grande classe !** ».

Georges LONGY organisateur du séjour avec AG 2024.





SEJOURS 2025



Du 5 au 9 mai 2025
CAP MAURIANA
L'hébergement au grand air

Pour notre accueil lundi 5 après-midi à partir de 16h00



Cyrille Combe
Responsable hébergement

☎ 07 85 65 50 55
✉ ccombe@js-formation.fr
📍 5 Route de la Grange au Gui
39260 Moirans-en-Montagne
🌐 www.js-formation.fr



Justine Degrace
Collaboratrice hébergement

☎ 06 02 10 82 02
✉ jdegrace@js-formation.fr
📍 5 Route de la Grange au Gui
39260 Moirans-en-Montagne
🌐 www.js-formation.fr

Séjour complet

- Wifi dans tous l'établissement.
 - Linge de bain et de lit fournis pour notre protection sanitaire collective.
 - Local vélo disponible mais un peu en haut des batteries. On ne peut pas prendre dans le local.
 - Pour les batteries qui s'enlèvent chargement dans vos chambres.
 - Camping cariste stationnement sur le parking mais pas de point électricité.
 - Les circuits vélo fleurissent avec 1000 mètres de dénivelé avec possibilité de réduire les distances.
 - Les départs sont tous de Cap Mauriana réalisés avec **Joël REMY** président du club Jura sud Bike.
 - Pour les marcheuses vous serez accompagnées par des membres du club du Renouveau de Moirans en montagne présidé par **Mr. Bruno Di PAOLO** marcheur cardiaque avec un triple pontage.
 - Vendredi 9 mai jour de la fin du séjour, après le chargement de vos véhicules, nous iront faire la visite groupée du Musée du jouet à 9h30 et vous pourrez ensuite prendre la route avec votre pique-nique.
- Durée de la visite : 1 h 30 le coût de la visite est inclus dans le séjour.**

Quelques lieux incontournables :

LES CASCADES DU HÉRISSEON

📍 Situées à 30 minutes de Moirans-en-Montagne

Les cascades du Hérisson, font partie d'un grand ensemble, «Vallée du Hérisson, Plateau des 7 lacs», inscrit au réseau des Grands sites de France.

En toutes saisons, les cascades du Hérisson offrent un spectacle sans cesse renouvelé, au rythme de la nature. Une sortie familiale ou sportive, enfiler vos baskets pour cette randonnée.



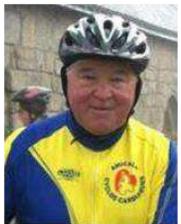
LE FORT DES ROUSSES

📍 Situé à 30 minutes de Moirans-en-Montagne

À 1150 m d'altitude, le fort des Rousses abrite plus de 100 000 meules de Comté dans des conditions d'affinage exceptionnelles. Avec plus de 50 000 m2 de salles voutées, des kilomètres de galeries souterraines et une imposante esplanade intérieure, le Fort conçu pour abriter 3500 soldats fait aujourd'hui figure de monument exceptionnel. Une visite passionnante dans un site exceptionnel. Habillez-vous, il fait 8° dans le fort !



Avec 33 participants, le séjour est complet - Merci



Séjour Grand Ouest : Amboise 2025

Bulletin de réservation Séjour du lundi 2 au 6 juin 2025

| | |
|---------------------|----------|
| Nom : | Prénom : |
| Accompagné de Nom : | Prénom : |

| | |
|--|----------|
| Adresse : | |
| Code Postal : | Ville : |
| Tél domicile : | Mobile : |
| E-mail : | |
| Demande mon inscription au séjour intitulé : | |
| Se déroulant du : | au : |

Les logements sont équipés avec une salle de bain pour couples et TWIN pour célibataires

| | |
|---|--------------------------|
| Je souhaite une chambre pour couple en pension complète | <input type="checkbox"/> |
| Je souhaite une chambre pour célibataire en pension complète partagé TWIN | <input type="checkbox"/> |
| Je souhaite souscrire au diner commun (campeur uniquement) | <input type="checkbox"/> |
| Le coût du séjour pour un couple 712 € en pension complète avec l'assurance annulation | |
| Coût pour chambre célibataire en pension complète avec assurance annulation hébergement : TWIN 356 € | |
| 4 diners communs (camping de l'île D'Or à 1,5km du VVF) : 4x17€ = 68€ | |
| Mode de règlement : acompte de 150€ par personne en logement | |
| Bulletin d'inscription et chèque, à l'ordre de l'ACC à faire parvenir à : Christian ROBIN – 16 Rue Albert Camus – 28110 Lucé | |

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____ Code Postal : _____ Ville : _____

Fait à : _____ Signature obligatoire _____

Le : _____



SEJOURS 2025

La destination touristique est historique prévue dans la Somme du 20 au 23 juin 2025 est reportée en 2026



Alain MALANDAIN est vraiment désolé mais il doit reporter l'organisation de son séjour en 2026.



COMMUNIQUE DE PRESSE

L'Homme en bleu, cycliste emblématique de Limoges, est mort renversé par un automobiliste le 8 novembre. La mort de **Jean-Marc CHATARD** cycliste septuagénaire, renversé vendredi soir par un conducteur qui a pris la fuite, a suscité beaucoup d'émotion à Limoges.

Il s'appelait **Jean-Marc CHATARD** et il avait 74 ans. Cet ancien maçon était bien connu des Limougeauds qui le voyaient circuler en bleu de travail et bottes sur son vélo.

Vendredi soir, « l'homme en bleu » a été renversé par un automobiliste qui a pris la fuite, blessé aux cervicales, le retraité est mort à l'hôpital.



Charles ROZOY de l'eau au micro

Médaillé d'or aux Jeux de Londres 2012, Charles ROZOY, l'ancien nageur bourguignon, était consultant pour France Télévisions aux JO de Paris.



Le nageur dijonnais Charles ROZOY, médaillé paralympique en natation à Londres en 2012, porte en lui les valeurs d'un olympisme pour toutes et tous. Consultant pour France Télévisions, pendant les Jeux paralympiques de Paris qui débutent mercredi 28 août.

Londres 2012. "À la ligne d'eau numéro 4, exploit colossal pour le nageur français". C'est en ces termes que le présentateur télé de l'époque a commenté le finish flamboyant d'une course à la préparation millimétrée. Celle d'un athlète dijonnais, Charles ROZOY, pour qui rien n'est impossible. Sur les images londoniennes, on y voit Charles ROZOY entonnant *La Marseillaise*, médaille clinquante au cou, et dans ses yeux d'homme de 25 ans, toute cette détermination et cette envie de vivre, sans une once de résignation.

Quelques années plus tôt, en 2008, sur une route de campagne en Côte-d'Or, un chauffard n'a pas eu l'humanité de s'arrêter après avoir percuté un motard, laissé à terre dans le fossé. La vie chamboulée, un bras qui ne sera plus jamais fonctionnel : telle est l'expérience qui a forgé un mental défiant en toute occasion les limites du possible. Il a pactisé avec lui-même : "**Je serai champion olympique**"

Cette première quinzaine de Jeux a ravi Charles ROZOY pour qui l'organisation a su se rapprocher du souhait de Pierre de COUBERTIN : faire des Jeux un évènement où le monde entier est réuni autour du vivre ensemble. Et comme pour chaque athlète, les images ont ravivé le souvenir de ses propres expériences.

"L'équipe France, pour ces Jeux, a été pensée de manière à réunir valides et athlètes paralympiques. Ce qui change tout !" Pour l'ancien nageur, l'époque où chacun, dans son coin, devait trouver force et motivation, est révolue. Charles ROZOY salue la mise en place d'aides pour les athlètes sélectionnés afin qu'ils bénéficient d'une bonne préparation. "Des mesures qui participent à l'esprit d'une grande équipe et favorisent la performance." Bien que le parcours pour être sélectionné soit complexe, "il y a du mieux, surtout pour les sportifs moins aidés".

France Télévisions a choisi Charles ROZOY pour son expertise et son franc-parler. Il commentera les épreuves de natation dès le début des Jeux. « **Les Jeux olympiques, c'est beau, mais les paralympiques, c'est la vraie vie** ».

"Tout le monde n'a pas le physique de Florent MANAUDOU, la perfection n'est pas dans le quotidien. Quand tu vois ce que des personnes avec des corps abîmés, mutilés, empêchés sont capables de faire, tu es dans une forme de relation au réel qui va toucher les gens. J'espère de tout cœur que l'engouement sera le même que lors de la première quinzaine. Et quand le public va découvrir des sportifs comme Alexandre PORTAL ou Ugo DIDIER, la beauté de la vraie vie, du dépassement de soi, va éclater aux yeux de tout le monde."

C'est avec une très grande fierté que l'amicale des cyclos cardiaques reçoit le soutien de Charles ROZOY.



AG DES 30 ANS

<https://naussac.com/fr/page/hotel-camping-lozere-langogne.10897.html>

Les Journées nationales de l'ACC
Vous offre la Lozère pour ses 30 ans

Du 13 au 20 septembre 2025

DOMAINE HÔTELIER ★ ★ ★
AU BORD DU LAC DE NAUSSAC
HÉBERGEMENTS, RESTAURANT & ACTIVITÉS EN PLEINE NATURE.

Le domaine est spécialisé dans l'accueil de Séjours Cyclo dans un cadre exceptionnel :



- 850km de circuits cyclo en format PDF et GPX - 24 circuits clé en main - 30 à 150km/jour - 250 à 1850m de dénivelé
- Etablissement directement au bord du Lac de Naussac
- Grand local vélo Sécurisé,
- Grande salle de réunion pour vos briefings et débriefings
- Salle de réunion qui peut aussi servir de salle de sport, d'échauffement, d'étirements...
- Repas cuisinés maison adaptés aux sportifs, cuisine généreuse avec produits du terroir et compléments pâtes
- Petit-déjeuner en buffet à volonté (sucré, salé) avec horaire souples
- Pot d'accueil à l'arrivée
- Local buanderie
- Formule hôtelière (draps, serviette et ménage compris)
- Circuits pédestres pour les non-pédalant

Notre camping en terrasses en bord de plage sur les balcons du Grand Lac de Naussac vous offre de très grands emplacements : de l'espace, de la quiétude, et une vue panoramique exceptionnelle.

Au programme : des nuits fraîches toute l'année, du calme paisible dès l'aube, des couchers de soleil stupéfiants sur l'eau depuis votre chaise longue & une atmosphère familiale et conviviale ! Au cœur d'un camping*** dans le Sud de la France, en Occitanie ou Languedoc Roussillon notre domaine accueille votre tente, van, camping-car et/ou caravane.



La nature s'invite dans votre chambre :



Posez vos valises dans l'une de nos chambres d'hôtel :

- 2 lits twin 80x200
- Formule hôtelière Linge de lit & de toilettes fourni
- Savon artisanal d'Amélie fourni
- Salle de bain (douche lavabo WC)
- Vue Lac ou vue Nature
- TV écran plat
- Sèche-cheveux
- Wifi gratuit



Bulletin de réservation pour un séjour d'exception !



HÉBERGEMENTS
HÔTELIERS



CAMPING
PANORAMIQUE



CADRE EXCEPTIONNEL
EN PLEINE NATURE



AU BORD DU
LAC DE NAUSSAC



RESTAURANT
& BAR



ACTIVITÉS & SPORT
AU GRAND AIR

Nom : _____ Prénom : _____

Accompagné de : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Tél : _____ Mail : _____

Demande mon inscription au journées des Cyclos cardiaques

Du Samedi 13 au samedi 20 septembre 2025 : 8 jours / 7 nuits

| | |
|--|--|
| Chambre hôtelière couple pension complète 66 € personne jour environ | |
| Chambre hôtelière couple 1/2 pension 54€ personne jour environ | |
| Emplacement Camping avec électricité au bord du lac 22€ la nuitée | |
| Diner en commun camping-car 24 € | |
| Pour les campeurs possibles du buffet froid du midi 12 € | |
| Pour les campeurs possibles des petits déjeuners au tarif de 11 € | |
| Réservation logements 150 € / personne | |
| Réservation campeurs 150 € / équipement | |

Chèque de réservation à l'ordre de l'ACC faire parvenir à :
Bernard Schaeffner 8 rue Coupo Santo 30200 Saint-Nazaire

Ou par virement : en précisant le nom du séjour
CMB IBAN FR76 1558 9351 1802 3146 7834 017 BIC CMBFR2BXXX

Le :

Signature

Le duo des 2 Bernard à votre service pour les 30 ans de notre Amicale.



Languedoc Roussillon

Bernard SCHAEFFNER
Tél : 04 66 89 65 60
Portable : 06 42 30 88 10

contact Languedoc-Roussillon



Midi Pyrénées

Bernard DELMAS
Tél : 05 65 69 58 90
Portable : 06 84 11 89 69

contact Midi-Pyrénées





Amicale Cyclos Cardiaques



BULLETIN DE VERSEMENT MEMBRE ACTIF ET/OU AMI-BIENFAITEUR

SEULS les membres Actifs, Ami bienfaiteurs, ayant effectué ce versement pourront recevoir "Cœur et Vélo" et participer aux activités de l'association.

| | | |
|---|---|-------------------------------|
| <p>Membre actif <u>Je suis cardiaque et je souhaite adhérer en tant que membre ACTIF</u></p> <p>NOM _____ PRENOM _____</p> <p>ADRESSE _____</p> <p>CP _____ VILLE _____</p> <p>Date de naissance ____ / ____ / ____ Mail : _____ @ _____</p> <p>Téléphone : _____</p> <p>Problème cardiaque (confidentiel) _____</p> <p>Licencié : <input type="radio"/> FFVelo <input type="radio"/> UFOLEP <input type="radio"/> FFC Autre Non licencié</p> <p style="color: red; font-size: small;">PHOTOGRAPHIE OBLIGATOIRE (Papier ou numérique) </p> | <p>Cotisation Minimum</p> <hr/> <p>20 €</p> | <p><u>Versement</u></p> <hr/> |
|---|---|-------------------------------|

| | | |
|--|--|-------------------------------|
| <p>AMI/BIEENFAITEUR/Conjoint d'un membre</p> <p style="font-size: small;">Je m'associe à l'action de l'Amicale et verse ma participation obligatoire pour participer aux activités.</p> <p>NOM _____ PRENOM _____</p> <p>ADRESSE _____</p> <p>CP _____ VILLE _____</p> <p>Date de naissance ____ / ____ / ____ Mail : _____ @ _____</p> <p>Téléphone : _____</p> <p>Licencié : <input type="radio"/> FFVelo <input type="radio"/> UFOLEP <input type="radio"/> FFC Autre Non licencié</p> <p style="color: blue; font-size: small;">★ Ce versement peut être éligible à une réduction d'impôts de 66 % sur la somme acquittée.</p> | <p>Versement Minimum</p> <hr/> <p>20 € ★</p> | <p><u>Versement</u></p> <hr/> |
|--|--|-------------------------------|

| | |
|--------------|--|
| TOTAL | |
|--------------|--|

Envoyer ce bulletin par courrier ou courriel au bénévole chargé de l'adhésion

Sylvain GLUSSOT 30 rue des vignes 21800 - QUETIGNY s.glussot@orange.fr + PHOTO

Tél : 06 45 14 06 17

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|---------|------------------|-----------------|------------------|-----|------------|-------|-------|-------------|----|---------------|-----------------------------------|--|--|-----------------|---------------|-----------------------------|--|--|--|--------------------------|--------------------------------------|--|--|--|------------------|------------------------|--|--|--|--|----------------|--|--|--|
| <p>Effectuer le paiement à l'ordre de</p> <p style="text-align: center; font-size: small;">Par chèque ou par virement bancaire</p> <p style="color: red; font-size: small;">Merci de préciser l'objet de votre virement pour faciliter les opérations de pointage</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: blue;">➔</p> | <p style="text-align: center;">AMICALE DES CYCLOS CARDIAQUES - VERSEMENTS</p> <p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">Attention CRCA à différencier des séjours - SVP</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: center;">Banque</td> <td style="text-align: center;">Guichet</td> <td style="text-align: center;">Numéro de compte</td> <td style="text-align: center;">Clé</td> </tr> <tr> <td>RIB FRANCE</td> <td style="text-align: center;">16606</td> <td style="text-align: center;">00001</td> <td style="text-align: center;">81888366112</td> <td style="text-align: center;">49</td> </tr> <tr> <td>IBAN ETRANGER</td> <td style="text-align: center;">FR76 1660 6000 0184 8883 6611 249</td> <td></td> <td></td> <td style="text-align: center;">BIC AGRIFRPP866</td> </tr> <tr> <td>Domiciliation</td> <td colspan="4" style="text-align: center;">Nom et adresse du titulaire</td> </tr> <tr> <td>ALENCON CLEMENCEA(00001)</td> <td colspan="4" style="text-align: center;">ASSOC. AMICALE DES CYCLOS CARDIAQUES</td> </tr> <tr> <td>Tél : 0233815434</td> <td colspan="4" style="text-align: center;">LIEU DIT LAUNAY BRIAND</td> </tr> <tr> <td></td> <td colspan="4" style="text-align: center;">35730 PLEURUIT</td> </tr> </table> | | Banque | Guichet | Numéro de compte | Clé | RIB FRANCE | 16606 | 00001 | 81888366112 | 49 | IBAN ETRANGER | FR76 1660 6000 0184 8883 6611 249 | | | BIC AGRIFRPP866 | Domiciliation | Nom et adresse du titulaire | | | | ALENCON CLEMENCEA(00001) | ASSOC. AMICALE DES CYCLOS CARDIAQUES | | | | Tél : 0233815434 | LIEU DIT LAUNAY BRIAND | | | | | 35730 PLEURUIT | | | |
| | Banque | Guichet | Numéro de compte | Clé | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| RIB FRANCE | 16606 | 00001 | 81888366112 | 49 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| IBAN ETRANGER | FR76 1660 6000 0184 8883 6611 249 | | | BIC AGRIFRPP866 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Domiciliation | Nom et adresse du titulaire | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALENCON CLEMENCEA(00001) | ASSOC. AMICALE DES CYCLOS CARDIAQUES | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Tél : 0233815434 | LIEU DIT LAUNAY BRIAND | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 35730 PLEURUIT | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Je certifie sur l'honneur l'exactitude des déclarations ci-dessus pour mon inscription en tant que membre actif

A LE / ... / 202

SIGNATURE

Merci et bienvenue à l'A.C.C.



Nouveaux textiles (La Mode Du Sport) pour rouler sous les couleurs de l'ACC

| | |
|---|-----|
| Maillot confort MC Ouverture totale ancien et nouveau logos 3 poches, élastique silicone à l'arrière | 40€ |
| Maillot manches longues polyester chaud Ouverture recouverte, 3 poches arrière avec inserts réfléchissants, | 60€ |
| Coupe-vent imperméable et respirant nouveau logos | 95€ |
| Maillot sans manches Ouverture total | 44€ |
| Gilet sans manches déperlant sur l'avant*polyester Windlock Packin Light et dos ajouré en tissu Mesh | 60€ |
| Cuissard homme longue distance*Lycra de compression bretelles blanches ajourées insers silicone, alvéolé, haute densité à mémoire de forme. | 60€ |

Je vous demande de me contacter, svp, avant toute commande, merci.

Grille de correspondance des tailles :

| HOMMES | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|---------|-----|--------|-----|--------|-----|--------|-----|---------|-----|----------|-----|-----------|-----|----------|-----|
| Taille | XS - 44 | | S - 46 | | M - 48 | | L - 50 | | XL - 52 | | XXL - 54 | | XXXL - 56 | | 4XL - 58 | |
| Hauteur (en cm) | 174 | 176 | 176 | 178 | 178 | 180 | 180 | 182 | 182 | 184 | 184 | 186 | 186 | 188 | 188 | 190 |
| Poitrine | 86 | 90 | 90 | 94 | 94 | 98 | 98 | 102 | 102 | 106 | 106 | 110 | 110 | 114 | 114 | 118 |
| Taille | 72 | 76 | 76 | 80 | 84 | 88 | 88 | 92 | 92 | 96 | 96 | 100 | 100 | 104 | 104 | 108 |
| Hanches | 86 | 90 | 90 | 94 | 94 | 98 | 98 | 102 | 102 | 106 | 106 | 110 | 110 | 114 | 114 | 118 |
| Jambes | 82 | 83 | 83 | 84 | 84 | 85 | 85 | 86 | 86 | 87 | 87 | 88 | 88 | 89 | 89 | 90 |

| FEMMES | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|---------|-----|--------|-----|--------|-----|--------|-----|---------|-----|----------|-----|-----------|--|----------|--|
| Taille | XS - 44 | | S - 46 | | M - 48 | | L - 50 | | XL - 52 | | XXL - 54 | | XXXL - 56 | | 4XL - 58 | |
| Hauteur (en cm) | 162 | 164 | 166 | 168 | 170 | 172 | 174 | 175 | 176 | 177 | 178 | 180 | | | | |
| Poitrine | 78 | 81 | 82 | 85 | 86 | 89 | 90 | 93 | 94 | 97 | 97 | 101 | | | | |
| Taille | 64 | 66 | 68 | 70 | 72 | 74 | 76 | 78 | 80 | 82 | 84 | 86 | | | | |
| Hanches | 87 | 90 | 81 | 94 | 95 | 98 | 9 | 102 | 103 | 106 | 106 | 109 | | | | |
| Jambes | 67 | 70 | 69 | 72 | 71 | 74 | 73 | 76 | 75 | 78 | 77 | 80 | | | | |

Bon de commande à envoyer : Daniel BUZON - 20 rue du Lieutenant André - 71100 Chalon sur Saône
- 06 72 32 81 10boutique@cyclocardiaques.org Site : www.cyclocardiaques.org

NOM : Prénom :

Adresse : C.P. : VILLE :

Tél : Courriel :

| Désignation | Taille | Quantité | Prix unitaire | Prix total |
|-------------|--------|----------|-------------------------|------------|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | Totale de la cde | |

Chèque à l'ordre de l'ACC



Ca n'arrive pas qu'aux autres !

Jean-François GERVASONI a failli perdre la vie le dimanche 1er septembre 2024, le cycliste a fait un arrêt cardiaque lors de la randonnée VTT de la Thormontbou à Thoraise (Doubs) près de Besançon. Derrière lui, par chance, se trouvaient un médecin et un secouriste qui lui ont fait un massage cardiaque pendant 15 minutes.

À 66 ans, Jean-François GERVASONI est un grand sportif. Ancien marathonien, le retraité parcourt entre 5000 et 8000 km à vélo par an. Tous les jours, l'habitant de Geneuille (Doubs) monte sur son VTT direction les forêts voisines. Dimanche 1er septembre 2024, Jean-François a fait un arrêt cardiaque alors qu'il participait à la randonnée de la Thormontbou, une course de VTT. Le sexagénaire estime avoir eu une chance inouïe.

C'est un miracle, car toute l'année, je roule quasiment tout seul et si je n'avais pas été à cette manifestation, si j'avais fait le même type d'effort chez moi tout seul, c'était fini.

Le matin avant la course, Jean-François ne se sent pas en forme. Au lieu de parcourir les 58 km prévus, il décide de se cantonner au parcours de 35 km. La course propose cinq parcours allant de 58 à 15 km. "J'ai voulu être sage. Je suis parti et j'ai fait à peu près 8 km et d'un seul coup, j'ai vu un voile noir et ça a fait comme de petits scintillements et puis fini, rideau", témoigne-t-il.

Massage cardiaque par un médecin et un secouriste

Le sportif estime avoir eu beaucoup de chance : "Derrière moi, il y avait un médecin et un secouriste. Ils m'ont vu tomber, ont appelé les secours et ont commencé le massage cardiaque". Pendant 15 minutes, en attendant l'arrivée des secours, les deux soignants se relayent.

D'après la fédération française de cardiologie, sans prise en charge immédiate, plus de 92 % de ces arrêts cardiaques sont fatals. Le taux de survie à un arrêt cardiaque en France se situe autour de 7%.

Jean-François se réveille dans l'ambulance et il est envoyé en soins intensifs au CHU de Besançon (Doubs). "Je reviens de loin", souffle-t-il. Là, le retraité a appris qu'il avait un infarctus du myocarde. Il n'avait pourtant jamais eu de problèmes de santé cardiovasculaires.

J'ai eu le plaisir d'avoir un entretien téléphonique avec depuis son lit lui le jeudi 5 septembre, déjà pour prendre des nouvelles de sa santé et d'évoquer avec lui l'existence de notre amicale et les bienfaits que nous sommes en mesure d'apporter aussi bien moralement que pour la reprise du vélo avec nos séjours. J'ai eu également Léandre PFUNDSTEIN notre correspondant pour le département du Doubs qui envisage de rendre visite à Jean-François.

Publication avec l'accord de Jean-François



Alexandre BOYON : Un Grand et un Grand journaliste commentateur



Alexandre BOYON est un journaliste et commentateur sportif Français, que l'on retrouve sur France Télévisions notamment pour les compétitions de natation, ski alpin, aviron et athlétisme.

Passionné de sport, le jeune Alexandre BOYON en fera sa vocation. Il commence par pratiquer l'aviron à haut niveau et devient champion de France 1988 et 89. Il arrête à l'âge de 25 ans, mais ne quitte pas le milieu sportif pour autant : il passe cette fois de l'autre côté du micro et rejoint France Télévisions en 1992.

Il devient le spécialiste de la natation et commente toutes les compétitions de cette discipline depuis 1997, ainsi que les championnats d'Europe et du monde d'athlétisme (depuis 2009, aux côtés de Patrick MONTEL), et les événements concernant le ski alpin. En clin d'œil à son parcours, il couvre également l'aviron notamment pour les JO de Sydney en 2004, où il revoit deux de ses anciens rivaux Michel ANDRIEUX et Jean-Christophe ROLLAND qui remportent l'or olympique.

Il réussit à se faire aimer des français en transmettant son enthousiasme pour la compétition, et reçoit en 2008 le prix du commentateur sportif, décerné par l'Association des Ecrivains Sportifs.

En 2024 c'est la voix de cette première semaine des Jeux olympiques. Alexandre accompagne par son expertise et son enthousiasme les exploits des nageurs français et notamment ceux du phénomène Léon MARCHAND, quadruple médaillé d'or. Le journaliste de France Télévisions, qui commente la discipline depuis 27 ans, fera vivre les dernières épreuves de la discipline comme le 50 m nage libre femmes, le 1500 m nage libre hommes et le relais 4 x 100 m quatre nages où la star française peut s'illustrer avec ses comparses. Il clôturera alors une première semaine exceptionnelle.

Peu de journalistes peuvent se targuer d'avoir trempé dans le haut niveau. Mais, à l'instar de Céline GERAUD en judo ou Pierre FULLA en haltérophilie, son expérience sportive l'aide forcément à comprendre les athlètes et Alexandre trouve aussi certains points communs entre l'aviron qu'il commentait à ses débuts avec la natation. « **Je sais ce que c'est que de se s'entraîner deux fois par jour, de se préparer, les étirements, la récupération... Il y a des similitudes car ce sont des sports de glisse, d'appui, d'eau de cycles donc je comprends même si je ne le fais pas aussi bien que les consultants, eux, c'est dans leur ADN** ».

D'aussi loin qu'il s'en souvienne, Alexandre BOYON a toujours été un passionné de sport. L'arrivée de Guy DRUT aux 110 mètres haies aux Jeux olympiques de 1976 à Montréal sera son premier souvenir des Jeux alors qu'il a dix ans. Le premier d'une longue liste. Car, ensuite, il ne cessera de suivre avec avidité les exploits des champions dans les diverses compétitions, n'hésitant pas à rester éveiller la nuit pour regarder ceux de Los Angeles en 1984. « **J'ai tout regardé sauf les Jeux de Moscou car mon frère était aux États-Unis et nous étions allés le voir. Cette année-là, l'Amérique boycottait la compétition et ne la diffusait** ».

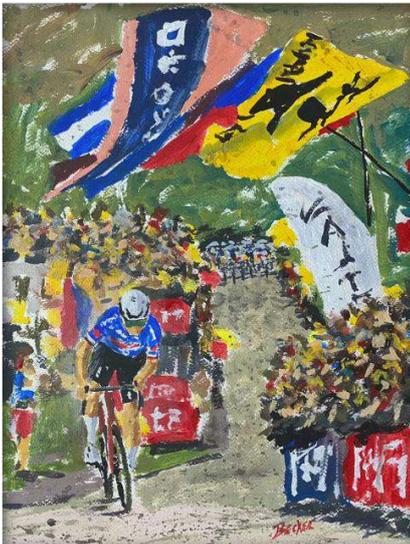
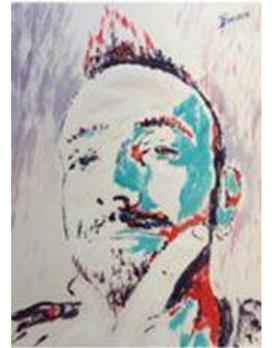
L'amicale des cyclos cardiaques est très contente de recevoir le soutien d'Alexandre BOYON, grand journaliste sportif apprécié des Français.



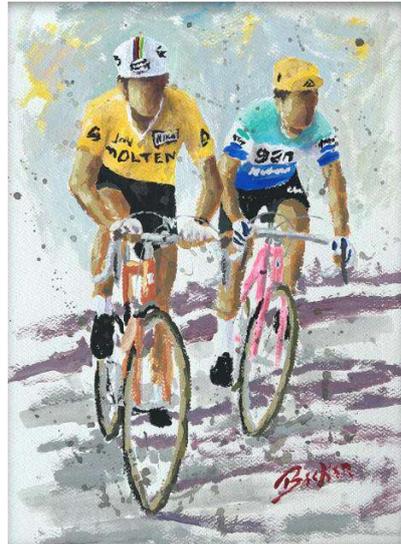
Robby BECKER : peintre et photographe américain



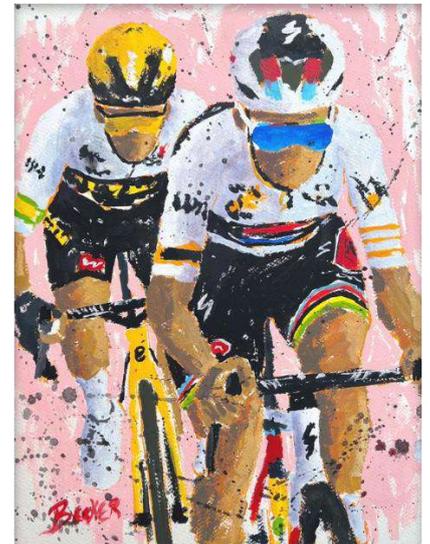
Robby BECKER est un peintre et photographe qui travaille et vit actuellement dans le sud de la Floride. Toujours un esprit créatif et libre, découvrez ses peintures originales les plus récentes :



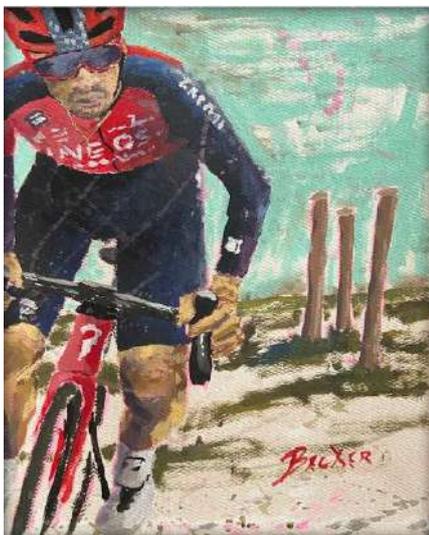
**Tour des Flandres
Mathieu VAN DER POEL**



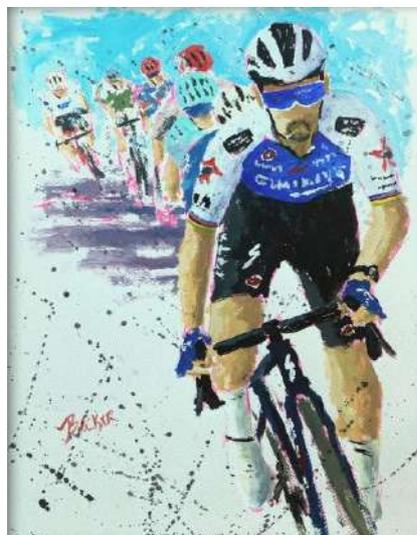
**Tour de France 1972
MERCKX et POULIDOR**



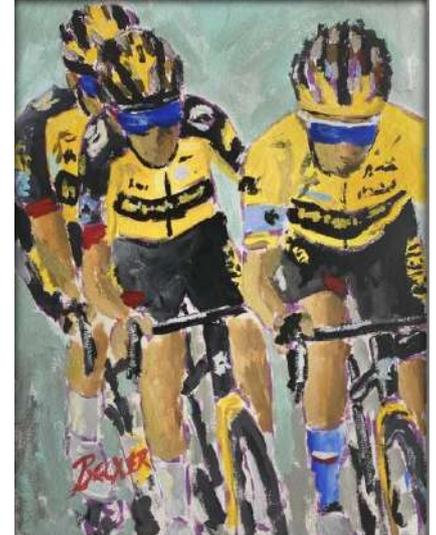
**Vuelta 2023
ROGLIC et EVENEPOEL**



Tom PIDCOCK 2023



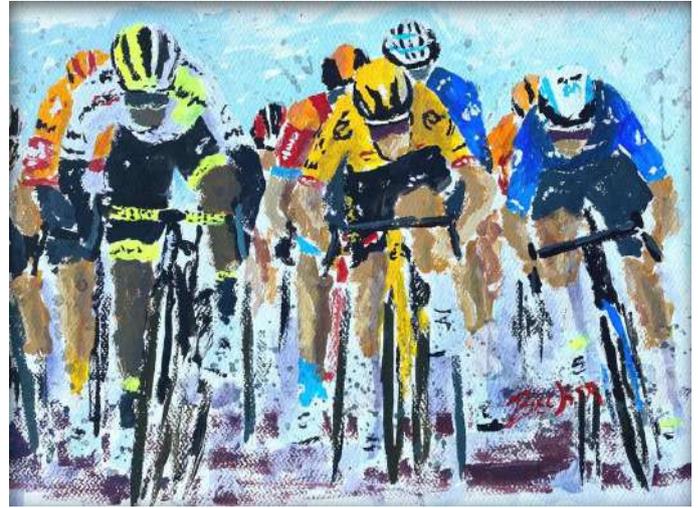
Julian en échappée



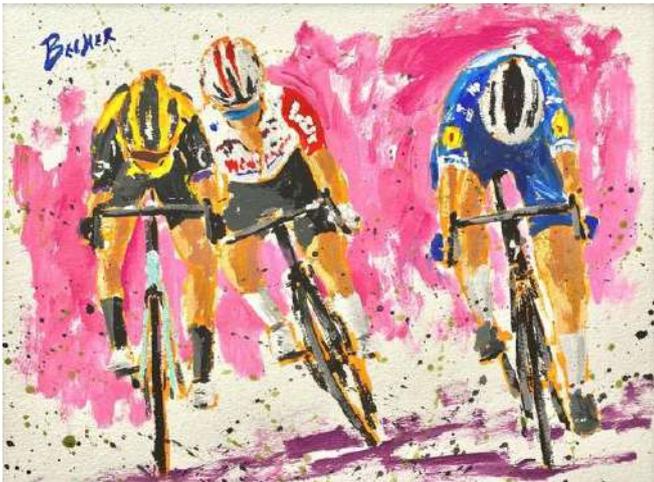
JUMBO-VISMA au Pays Basque



Giro 2022, 1^{ère} étape arrivée chaotique



Tour de la communauté de Valence Biniam GIRMAY



Sprint pour la victoire



Giro, Jonathan Narvaez devance Tadej POGACAR



TdF 2023, les vainqueurs des classements



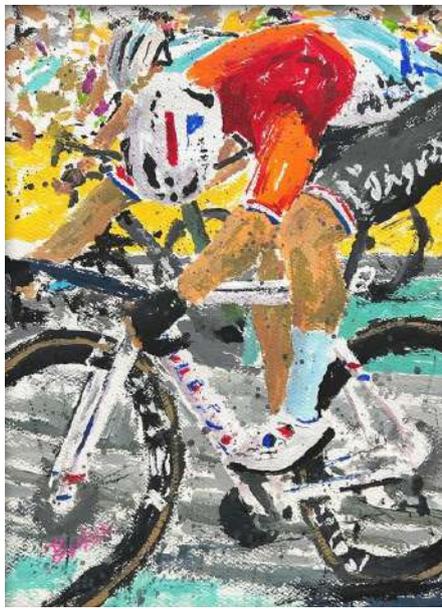
Victoire d'étape TDF 2023 du Suisse Felix GALL



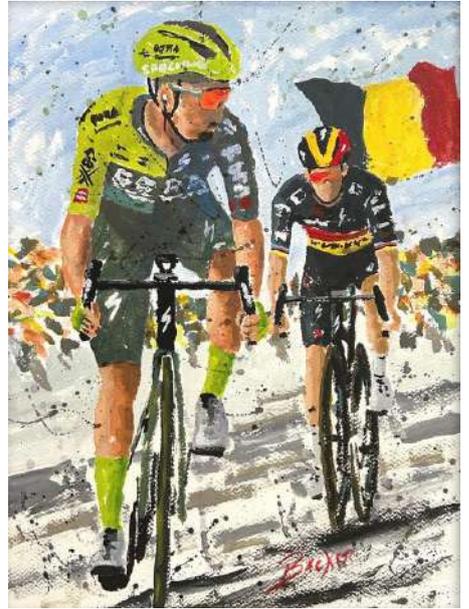
D'autres expressions de la peinture de Robby BECKER



14e étape du TdF 2024
Michael MATTHEWS à Mende



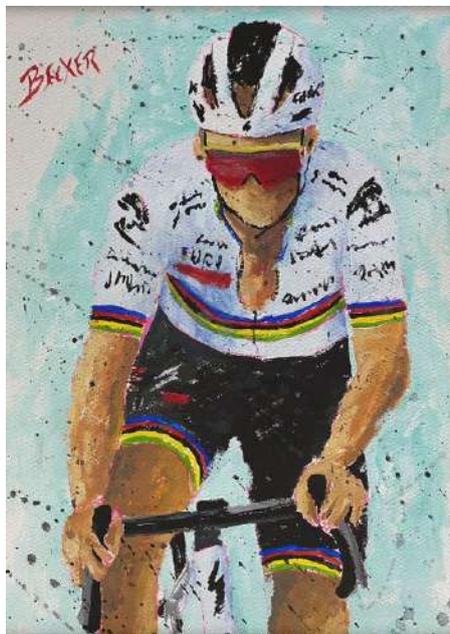
Dylan GROENEWEGEN TdF 2024
victoire à Dijon



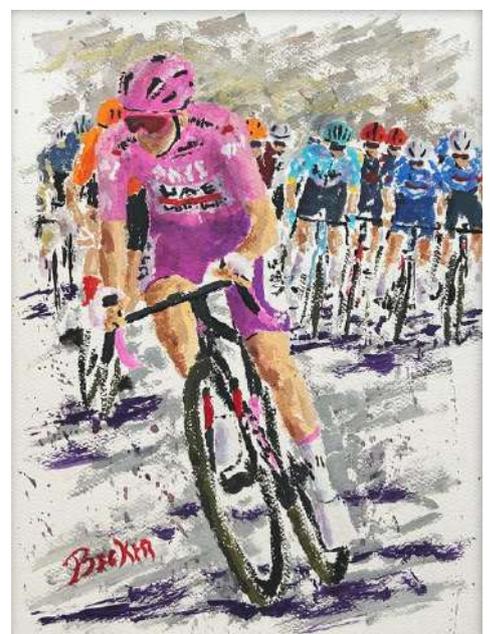
Tour d'Algarve
Dany MARTINEZ devant Remco



Julian Champion du Monde



Remco Champion du Monde



POGACAR en rose sur le Giro

Des aquarelles plus classiques :



Ancien chemin rural



Voiliers sur le fleuve



LES COREG ET L'AMICALE



La présentation des COREG dans votre trimestriel Cœur&Vélo

| | | |
|--|--|--|
|  <p>COMITÉ RÉGIONAL DE CYCLOTOURISME BRETAGNE</p> <p>bretagne-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 147</p> |  <p>COMITÉ RÉGIONAL DE CYCLOTOURISME ÎLE-DE-FRANCE</p> <p>iledefrance-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 148</p> |  <p>COMITÉ RÉGIONAL PROVENCE-ALPES-CÔTES D'AZUR</p> <p>sud-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 149</p> |
|  <p>COMITÉ RÉGIONAL DE CYCLOTOURISME NOUVELLE-AQUITAINE</p> <p>nouvelleaquitaine-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 150</p> |  <p>COMITÉ RÉGIONAL DE CYCLOTOURISME GRAND EST</p> <p>grandest-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 151</p> |  <p>Cyclotourisme PAYS DE LA LOIRE</p> <p>paysdelaloire-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 152</p> |
|  <p>COMITÉ RÉGIONAL DE CYCLOTOURISME CENTRE-VAL DE LOIRE</p> <p>centrevaleloire-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 155</p> |  <p>comité régional Cyclotourisme bourgogne-franche-comté</p> <p>bourgognefranchecomte-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 156</p> |  <p>Région Hauts-de-France</p> <p>hautsdefrance-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 157</p> |
|  <p>Comité Régional Auvergne Rhône-Alpes Fédération Française de Cyclotourisme</p> <p>auvergnerhonealpes-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 158</p> |  <p>COMITÉ RÉGIONAL DE CYCLOTOURISME OCCITANIE</p> <p>occitanie-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 159</p> |  <p>Comité Régional Normandie de Cyclotourisme</p> <p>normandie-presidence@ffvelo.fr</p>  <p>Numéro 160</p> |
|  <p>DÉPARTEMENT DE LA Réunion</p> <p>ffct974@gmail.com</p> |  <p>COMITÉ RÉGIONAL DE CYCLOTOURISME GUADELOUPE</p> <p>ph.moueza@gmail.com</p> |  <p>Numéro 161 pour les 2 comités</p> |

Guadeloupe (Gwadeloup) est un archipel des Caraïbes

La Guadeloupe est un archipel des Caraïbes formant une région et un département d'outre-mer français. La partie principale en forme de papillon est composée de deux îles : la Grande-Terre à l'est et la Basse-Terre à l'ouest, séparées par un bras de mer, appelé « la Rivière Salée ». La deuxième partie comprend les îles de Marie-galante, les Saintes et la Désirade

Capitale : Basse-Terre - **Superficie :** 1 628 km² - **Population :** 378 561 (1er janvier 2024)

Continent : Amérique du Nord - **Langue officielle :** Français

Depuis toujours les Guadeloupéens sont férus de sport et particulièrement du cyclisme. Le tour de la Guadeloupe à vélo est l'un des événements sportifs les plus populaires dans la Caraïbe.

Quand on connaît la diversité géographique du territoire (mers, rivières, montagnes, volcans, paysage rural) on comprend toute la place que peut prendre le vélo tourisme pour explorer ces richesses.

Ainsi le cyclotourisme a démarré timidement de 1999 à 2008 avec deux clubs : le VELO-VERT et KARUCYCLO, affiliés à la Fédération Française de Cyclotourisme. Ils proposaient essentiellement des balades conviviales à leurs adhérents.

De 2014 à 2022, 4 clubs se sont aussi affiliés mais n'ont pas perduré.

Mon expérience d'ancien élu au conseil fédéral de la FFC et ma participation au congrès des maires à Paris, m'ont fait découvrir la fédération française de cyclotourisme FF VÉLO. J'ai vu l'opportunité de développer cette expérience bien structurée en Guadeloupe pour sensibiliser des personnes au vélo santé. Naturellement en tant que responsable économique, j'ai aussi compris l'enjeu d'un tourisme vert.

En octobre 2022, avec la participation de 10 clubs, le comité de cyclotourisme de Guadeloupe était créé, validé en novembre 2023 par la Fédération Française de Cyclotourisme FF VELO.

Durant cette période, l'association a organisé plusieurs sorties à vélo, permettant à nos membres de découvrir une partie de nos parcours et de partager leur passion pour le Vélo Bien Être et le Vélo pour Tous. Voici un récapitulatif des principales sorties :

La première sortie balade santé sur l'agglomération des ABYMES avec le club ZABYM BIKE, a réuni plus de 150 participants. Elle a permis à un grand nombre de découvrir un circuit plat, adapté aux débutants reliant la Basse Terre et la Grande Terre. Nous avons ainsi traversé le pont de la rivière salée avec une vue magnifique de la faune et la flore de ces lieux.

Faits marquant de cette sortie la participation d'un mal voyant à l'aide d'un vélo tandem. De cette sortie sont nées les balades des 1ers dimanches de chaque mois, sur ce même parcours où les participants continuent à prendre plaisir.

- 1- Le 9 janvier sur la commune de Petit-Canal au Nord Grande Terre, une sortie vélo en famille ronde de ZVK avec comme objectif d'inciter petits et grands à la pratique du vélo en convivialité. Les participants ont pu visiter la beauté du paysage marin et bénéficier de la générosité de ses habitants accompagnés du maire à vélo.
- 2- Le 27 janvier 2024, sortie « La Ronde de la Galette » avec l'association LAVWA à Grand Camp Abymes une banlieue urbaine. Nous avons noté à cette sortie intergénérationnelle l'engouement de nombreux jeunes. Nous avons proposé notre coordination à l'encadrement, à la sécurité et profité pour une large communication via les réseaux sociaux.
- 3- Dans le cadre de « Mai à Vélo » programme mis en place par le gouvernement, nous avons accompagné ZABYM BIKE USEP CAPEX ville des ABYMES, dans la réalisation de sa manifestation qui s'intitulait « Mai en vélo et en Famille » le dimanche 5 mai 2024, avec deux circuits Route et VTT.

- 4- Le 12 mai organisation avec L'US POU PLEZI de la sortie la ronde du littoral sur la commune de Bouillante. Un parcours montagneux pour les vélos et les marcheurs. La commune est notable en raison de la réserve COUSTEAU à Malendure (bateau à fond de verre) et de la centrale géothermique de Bouillante (et les bains chauds) qui est l'une des deux centrales géothermiques de France.
- 5- Mi-juin toujours avec l'USEP CAPEX nous étions avec les jeunes pour un départ de petit -canal avec une arrivée sur la plage de Port-Louis l'une des plus belles plages du département.
- 6- Fin juin USEP CAPEX la ville des Abymes et Anse Bertrand pour une belle journée de vélo à Anse Bertrand.
- 7- Le 19 septembre 2024 nous étions présents au village de la mobilité organisé par la DEAL sur l'esplanade de la sécurité sociale. La présence de nombreux exposants nous a permis de communiquer autour de notre association.
- 8- Le 19 octobre avec le ZVK balade en famille à Petit Canal puis un repas convivial a été partagé sur la plage.

D'autres manifestations sont prévues au mois de décembre.

Le COREG GUADELOUPE continue de croître et de s'engager dans la promotion du vélo pour Tous. Avec une équipe de membres passionnés et dévoués, un territoire riche en sites et diversité, un climat tropical favorable, nous sommes prêts à relever le défi et à élargir notre impact local et régional en partenariat avec les clubs, les institutions et les partenaires économiques.

Notre partenariat avec CORSAIR pour permettre des tarifs préférentiels à tous les licenciés de la Fédération Française de Cyclotourisme est un signe fort de notre détermination à ouvrir nos frontières pour « qu'à vélo tout soit plus beau ».

Pour nous rejoindre n'hésitez pas à nous contacter par mail presidence-guadeloupe@ffvelo.fr ou au numéro suivant : 0690354051

Philibert MOUËZA, Président du COREG Guadeloupe



Et si en 2026, l'amicale des cyclos cardiaques allait voir nos amis en Guadeloupe, seriez-vous favorable pour faire cette belle découverte ?



De Daniel HOARAU, président du COREG de La Réunion



Le 29 octobre, j'étais aux assises de la sécurité routière de la Région Réunion organisées par VÉLO VIE, cette structure s'inscrit dans la stratégie de développement des modes de transport doux sur l'île.

Quelle soirée avec la flamme olympique :

L'accueil en sortie du bus par ma famille, mes amis certains dont je ne m'attendais absolument pas, et les cyclos de ACB, dont Sabine, Nicole, Denis. J'ai reçu la flamme de la part de la plus vieille licenciée de la Réunion, la célèbre Marie-Thérèse au grand cœur : 84 ans et 1,50m. J'ai été le 1^{er} relayeur à emprunter la 1^{ère} rue (rue de la Victoire) où une foule immense nous attendait. J'ai transmis la flamme dans un endroit symbolique la place de la préfecture, ex place La Bourdonnais, à une autre célèbre sportive Juliette.

J'ai ensuite assisté avec beaucoup de monde dont le préfet, Miss France, des élus, des hommes inconnus, des femmes inconnues et la trentaine de relayeurs de St. Denis, à l'allumage de la vasque olympique par notre olympien Daniel NARCISSE. **Une soirée pleine de symboles !**



Avec les 3 clubs de notre île :

Association Cyclotouriste de Bourbon qui pratique le cyclotourisme sur route et VTT musculaire et le VAE ; pratique à allure moyenne avec des parcours qui peuvent faire 100 km avec beaucoup de dénivelé, en 2024 nous avons fait deux séjours : Afrique du Sud et Vietnam.

Le club cyclo de l'ASPTT au nord de l'île pratique le cyclisme sur route de façon plus sportive, séjour à Madagascar et en métropole.

Le Team Anselm cyclisme sur route et séjour en métropole

Notre projet et de favoriser toute action utile au développement et à la promotion du cyclotourisme sous toutes ses formes, tant sur route que sur tous les autres terrains (VR, VTT, VTC, etc...) coordonner l'activité des associations et sections d'associations de cyclotourisme affiliées à la Fédération aider, sur le plan départemental la Fédération dans l'accomplissement de sa tâche telle qu'elle est définie dans les statuts et règlements de la fédération afin contribuer à la mise en œuvre de la politique définie.

Daniel HOARAU Président

Le Vendée Globe est un tour du monde à la voile en solitaire, sans escale et sans assistance, qui a lieu tous les quatre ans. Il se dispute sur des IMOCA, des monocoques de 18 mètres de long. Les skippers partent des Sables-d'Olonne en Vendée, parcourent environ 45 000 kilomètres autour du globe en contournant les trois caps mythiques (Bonne Espérance, Leeuwin et enfin le cap Horn) pour revenir aux Sables d'Olonne. La course a acquis une renommée internationale, attirant des skippers du monde entier. Au-delà de la compétition, c'est avant tout une incroyable aventure humaine.



L'édition 2020 du Vendée Globe a suscité un intérêt sans précédent. Face à cet engouement, l'organisation avait décidé d'élargir le nombre de places au départ à 40 IMOCA pour l'édition 2024. 44 skippers ont ainsi candidaté pour cette 10e édition. À l'issue de la New York Vendée – Les Sables d'Olonne, 42 skippers sont parvenus à se qualifier, mais ils étaient que 40 chanceux à prendre Le grand départ le jour de la Saint Léon le 10 novembre, 40 Skippers en route pour cette nouvelle édition. Bon vent à tous et toutes.

« Un grand coup chapeau aux 6 femmes Clarisse- Samantha- Violette- Pip- Isabelle- Justine qualifiées pour le Vendée Globe 2024 ! ».

Le coup de cœur de L'Amicale : Samantha Davies, skipper au grand cœur 
Initiatives Cœur : <https://www.initiatives-coeur.fr> > skipper

La navigatrice **Samantha DAVIES** sillonne les océans sur le bateau Initiatives-Cœur au profit des enfants atteints de maladies cardiaques.

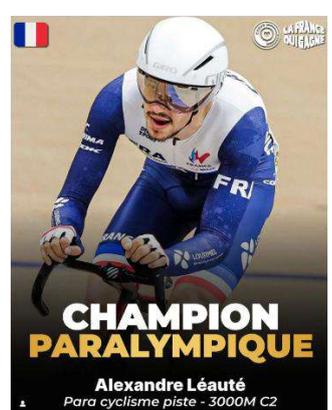
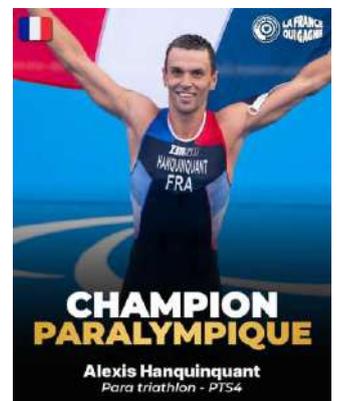


PARIS 2024

PARALYMPIC GAMES




« La belle collecte de nos 19 chercheurs d'or avec l'équipe de France »



LA FRANCE QUI GAGNE

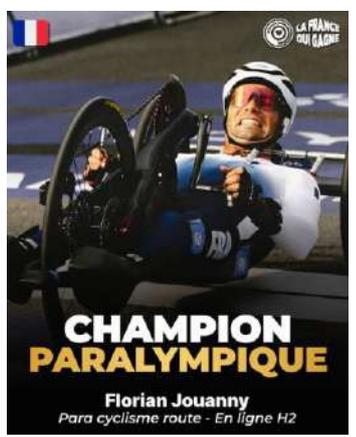
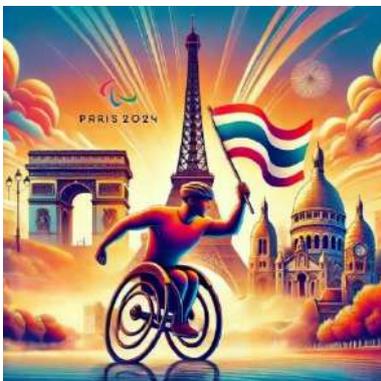


Tableau des médailles des jeux paralympiques de Tokyo 2020 et de Paris 2024

| Rang | NPC | Or | Argent | Bronze | Total |
|------|-----------------|----|--------|--------|-------|
| 1 | Chine | 96 | 60 | 51 | 207 |
| 2 | Grande-Bretagne | 41 | 38 | 45 | 124 |
| 3 | États-Unis | 37 | 36 | 31 | 104 |
| 4 | Réf. | 36 | 33 | 49 | 118 |
| 5 | Pays-Bas | 25 | 17 | 17 | 59 |
| 6 | Ukraine | 24 | 47 | 27 | 98 |
| 7 | Brésil | 22 | 20 | 30 | 72 |
| 8 | Australie | 21 | 29 | 30 | 80 |
| 9 | Italie | 14 | 29 | 26 | 69 |
| 10 | Azerbaïdjan | 14 | 1 | 4 | 19 |
| 11 | Japon* | 13 | 15 | 23 | 51 |
| 12 | Allemagne | 13 | 12 | 18 | 43 |
| 13 | Iran | 12 | 11 | 1 | 24 |
| 14 | France | 11 | 15 | 29 | 55 |

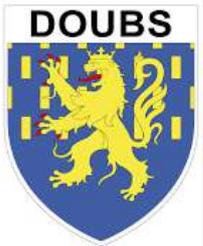
| | Or | Argent | Bronze | Total | |
|----|-----------------|--------|--------|-------|-----|
| 1 | Chine | 94 | 76 | 50 | 220 |
| 2 | Grande-Bretagne | 49 | 44 | 31 | 124 |
| 3 | États-Unis | 36 | 42 | 27 | 105 |
| 4 | Pays-Bas | 27 | 17 | 12 | 56 |
| 5 | Brésil | 25 | 26 | 38 | 89 |
| 6 | Italie | 24 | 15 | 32 | 71 |
| 7 | Ukraine | 22 | 28 | 32 | 82 |
| 8 | France | 19 | 28 | 28 | 75 |
| 9 | Australie | 18 | 17 | 28 | 63 |
| 10 | Japon | 14 | 10 | 17 | 41 |

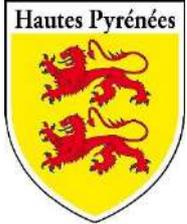


Merci à l'ensemble des participants, et félicitations aux organisateurs pour cette très belle réussite 🙌😊

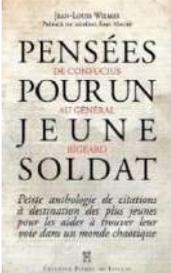




| | | |
|---|---|---|
|  |  | <p>François MASSARD (membre actif) 78 rue de la Saudrais, 35600 Dinard Tél : 06 98 21 33 48 - massardfm@orange.fr</p> <p>« J'ai connu l'amicale par une plaquette d'information chez mon cardiologue. Je suis allé sur le site et je l'ai parcouru avec attention et ensuite mon adhésion était la suite logique ».</p> |
|  |  | <p>Philippe BOUDET (membre actif) 17 rue du moulin de pierre 95220 Herblay- sur-Seine Tél : 06 25 17 94 32 - philippeboudet@wanadoo.fr</p> <p>« J'ai déjà fait partie de l'ACC il y a quelques années suite à une alerte cardiaque et la mise sous fluidifiant et bêtabloquants. J'étais encore en activité et ne disposait pas de beaucoup de temps ; le temps de la retraite est venu avec une alerte à l'effort, des examens et la pose de stents. Je connais donc l'association et la suis sur un onglet de la FFCT, étant toujours licencié au club de l'Union Cyclo Ignymontaine, Val d' Oise et membre du bureau du Codep 95 »</p> <p>Cerise sur le gâteau, Philippe sera le correspondant de l'amicale pour le département 95 ; une très bonne nouvelle !</p> |
|  |  | <p>Maurice JACQUEL (membre actif) 19 rue Paul et Auguste COUTURE, 58250 La Machine Tél : 06 76 71 65 21 – jacquelm Maurice@wanadoo.fr</p> <p>C'est un ami de Dany MARY notre correspondant pour le Nièvre</p> |
|  |  | <p>Anne-Marie DUCHENE (membre bienfaitrice) 23 chemin de la Lande, 49480 Verriere-en-Anjou Tél : 02 41 43 00 65</p> <p>Marie Hélène DUPORT est le contact avec Anne- Marie dans le cadre de cette adhésion .</p> |
|   |  | <p>Club ami Bienfaiteur</p> <p>Nous venons d'enregistrer à l'Amicale l'adhésion du Club Cyclotourisme de Pontarlier, 2 rue du stade Paul Robbe 25300 Pontarlier, Robert Planet, Tél. : 03 81 39 42 51</p>  <p>Suite à la sollicitation de Léandre PFUNDSTEIN notre correspondant pour ce département, le président Robert PLANET a répondu favorablement ; un grand merci !</p> |

| | | |
|---|---|--|
|  |  | <p>Jean-Claude FEDERAK (membre actif) 12 avenue Léonard de VINCI, 37400 Amboise. Tél : 06 72 69 90 47 . federak.jean-claude@wanadoo.fr Suite à une rencontre sur un salon Cyclo à Cosne sur loire , notre ami Dany MARY a eu le plaisir d'enregistrer son adhésion.</p> |
|  |  | <p>John CAMPBELL (membre actif) 11 Cami de Hauroy, 65190 Bernadets-Dessus Tél : 07 88 37 94 69 jgcnfrance@yahoo.fr Suite au contact de Pierre avec le président du Codep 65 Monsieur Jean-Claude CASSOU, John licencié au club de l'union cycliste du plateau -Lannemezan revient à l'Amicale en qualité de membre actif et il accepte avec beaucoup de plaisir d'assurer le poste de correspondant de l'Amicale pour son département ; thank you very much John !</p> |



| | | |
|---|---|---|
|  |  | <p>C'est avec une profonde tristesse que nous apprenons le départ de Gérard DOMON un des piliers du club Cyclotourisme d'Aulnat (CTA), club au sein duquel il était licencié depuis plus de 40 ans ! Il était également membre de l'amicale des cyclos cardiaques.</p> |
|  |  | <p>C'est avec une grande tristesse que nous vous annonçons le décès avec retardement de Jean-Louis WILMES, 90 ans survenu dimanche 2 juin 2024 à Quincy-Sous-Sénart. C'était un des pionniers de l'amicale avec le numéro de carte 29. Adhérent à plusieurs associations, il fut membre de l'Aéro-club de France en particulier dans la commission Histoire, Arts & Lettres et de l'association des amis du musée de l'air.</p> |
|  | | <p>C'est encore une triste nouvelle que vient d'annoncer Nathalie DAUTRESME à Joël notre président, notre amie Monique DAUTRESME nous a quittée le 19 novembre à l'âge de 94 ans, 4 ans après son mari Michel, notre président fondateur.</p> <p>C'est une nouvelle qui me touche et touchera nos adhérents, Monique était connue de tous, nous nous souvenons bien sûr de cette femme pleine d'énergie et de ses facéties. Elle est partie rejoindre Michel, pour ne plus le quitter, un couple mythique.</p> <p>Nos sincères condoléances à la famille.</p> <p>Joël GRANDJEAN</p> |



Histoire d'une athlète exceptionnelle qui nous apporte son soutien: Rosa MURCIA GANGLOFF.

Éducatrice sportive à Béziers depuis douze ans, Rosa MURCIA-GANGLOFF, 59 ans est malvoyante. Rosa MURCIA GANGLOFF, 4ème des Jeux Paralympiques de Paris sur marathon malvoyants en 3 h 13 ' et 50 secondes Un défi fou, trente-deux ans après avoir participé aux Jeux Olympiques de Barcelone.

Elle se projette déjà sur la prochaine olympiade. A tout juste 60 ans, à peine arrivée de sa course éreintante, elle affirmait déjà sa volonté de poursuivre jusqu'aux prochains Jeux Paralympiques.

Elle qui fut internationale valide dans les années 90 avec 28 sélections en équipe de France d'athlétisme, dont une aux Jeux Olympiques de Barcelone sur 10000 m. Qui détient le record de France durant 20 ans sur la même distance en 31'42"83.

Qu'est-ce qui fait avancer avec une telle énergie celle qui fût la « doyenne » de la sélection tricolore au Jeux Paralympique de Paris 2024 ?

« Je me sens encore une jeune fille ! » Plaisante-t-elle. « **Et tant que mon corps me le permettra je continuerai de courir** ».

Le challenge de la prochaine olympiade est son moteur. L'aventure Paris 24 fût un moment inoubliable avec cette ferveur du public français. Partager cela avec ses deux guides (son mari Gilles et Mathieu Leroux) une joie immense.

Ses guides :

Gilles GANGLOFF, son mari (60 ans), qui la guide dans la plupart de ses courses, comédien et ancien coureur de niveau national ; 3'45" au 1500m et 30'30" au 10km pour les connaisseurs.

Mathieu LEROUX (33 ans), 2h22 au marathon ; l'histoire est belle : Rosa fût son entraîneuse à Fontainebleau lorsqu'il était minime. Elle le retrouva par hasard au départ d'un championnat de France de 10 km Handisport où il guidait un non-voyant. La joie des retrouvailles s'ensuivit du projet de second guide pour les Jeux Paralympiques de Paris.

" **Qu'on me parle pas d'âge !** ", Rosa Murcia-GANGLOFF a 59 ans !

« **Madame, nous sommes profondément touchés par votre soutien qui nous va droit au cœur !** »





Notre délégué régional Gérard LECUREUIL enregistre pour la région des pays de Loire la signature de notre convention avec 3 clubs amis : le **cyclo club de Villaines la Hurel** présidé par Pascal SOUTIF du département de la Mayenne. Le club **cyclo Chalonnes-Rochefort sur Loire** club présidé par Florent BRETAUDEAU rejoint la collection des clubs amis des pays de Loire comme celui de **St Georges sur Loire** présidé par Xavier DOINEAU.

Si nos 3 présidents connaissent dans la Mayenne et Maine et Loire des cyclos cardiaques, nous nous ferons un plaisir d'accueillir ces nouveaux amis dans notre Amicale, c'est aussi un des buts prioritaires de notre convention club ami.



Notre ami Michel BRIERE, délégué régional pour la Normandie signe la convention : club ami avec Chantal GAUMER présidente du club les **Léopards cyclotouristes** du département.



Après cinq ans d'absence, la Warren BARGUIL, randonnée cycliste et pédestre, a eu lieu le 19 octobre à Inzinzac-Lochrist, il y avait 4 circuits 42- 60-80 et 105 km, nos amis cyclos cardiaques du Morbihan étaient en pleine forme pour prendre la pose à côté de Warren.



Rémy COQUELIN, Jacques LE GAL et Patrick BOULLE et Warren



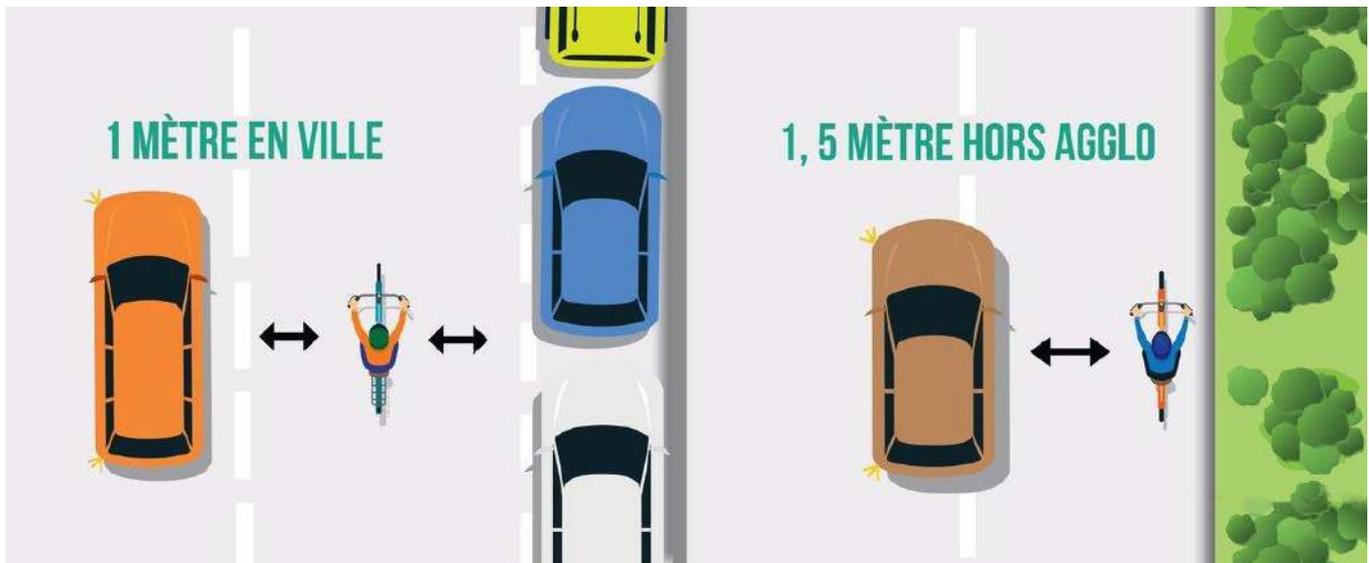
Le 15 octobre, Paul VARRY, 27 ans, a été tué par un conducteur de SUV alors qu'il rentrait du travail à vélo. Ce drame a ému toute la France, révélant une réalité que des millions de personnes connaissent trop bien : les violences motorisées.

Chaque jour, nous subissons dépassements dangereux, insultes, intimidations... Ces agressions ne sont pas des incidents isolés, mais le symptôme d'un problème systémique.

La FUB appelle à témoigner de ces violences pour que la parole se libère et à signer la pétition pour exiger des mesures concrètes.

Plus de 12 000 personnes ont déjà signé la pétition, faites-vous aussi entendre votre voix !

Crédit photo : Association Pau à Vélo



Aucun permis de conduire n'est obligatoire pour enfourcher une bicyclette traditionnelle ou un vélo à assistance électrique. Malgré tout, les cyclistes doivent eux aussi se conformer au code de la route, faire preuve de prudence, rouler à une vitesse adaptée et respecter les autres usagers.

Eden 12 ans petit fils de notre adhérent Gilles Richard est le lauréat de la mission osez le coloriage du C&V n°159.



Avez-vous pensé à renouveler votre adhésion ?

5 bonnes raisons de la faire

- Vous appartenez au réseau des acteurs de l'amicale des cyclos cardiaques
- Vous êtes régulièrement informé de la vie de l'amicale : comment ?
 - 1- Votre délégué régional.
 - 2- Votre correspondant départemental .
 - 3- La lettre du président de l'amicale .
 - 4- Notre site internet www.cyclocardiaques.org .
 - 5- Les 4 bulletins annuel Cœur&Vélo.
- Vous contribuez à faire connaître notre Amicale dans votre département
- Vous soutenez notre association en participant à nos séjours.
- Nous ne délivrons pas de licence , juste une adhésion annuelle

Votre contact : Sylvain GLUSSOT :

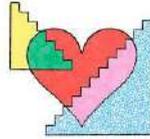
Toutes les informations sont sur la page 13 du bulletin cœur & vélo 161. C'est le moment de le faire, n'attendez plus !

Merci beaucoup !



Pourquoi vous devez monter 50 marches chaque jour en chantant

Une campagne de la Fondation Cœur&Recherche invite les Français à monter 50 marches par jour en chantant. L'objectif est de réduire de 20 % le risque de maladies cardiovasculaires.



50 marches par jour, c'est le défi lancé par la fondation Cœur&Recherche

Êtes-vous prêts à relever le défi de " **50 marches par jour en chantant!** ". La fondation Cœur&Recherche incite chacun à prendre les escaliers au lieu de l'ascenseur. L'idée est d'entraîner son cœur et constater comme ce simple exercice peut améliorer la capacité respiratoire, mais aussi de prévenir certaines maladies.

La Fondation s'appuie sur une étude de l'université de Tulane, aux États-Unis et publiée dans la revue scientifique « **Atherosclerosis** ». Celle-ci démontre que monter cinq étages ou plus à pied est associé à une diminution de 20 % du risques de maladies cardiovasculaires.

Une campagne labellisée "Grande Cause Nationale"

Muriel KAISER le 26/07/2024



L'Atelier Vél'aube

39 AVENUE GENERAL LECLERC
10440 LA RIVIERE DE CORPS
07.68.34.24.33
latelier.velaube@gmail.com

Entretien - Réparation / Vélo tout type & toute marque
Electrification de vos vélos musculaires
Atelier agréé Canyon & Origine
Vente de vélo neuf WELT & SUPERIOR

WELT CYCLE
CANYON SUPERIOR.
VIRVOLT PIRELLI



37 départements sans correspondants dans notre Amicale



Ensemble, relevons le défi de mettre en couleur toutes nos régions

Auvergne Rhône Alpes : Ain – Cantal - Rhône- Savoie.

Bretagne : Finistère. **Centre val de Loire** : Indre – Loir et Cher.

Grand Est : Ardennes – Marne – Meuse – Moselle.

Hauts de France : Oise.

Ile de France : Seine – Essonne – Hauts de seine – Seine ST Denis – Val de Marne -

Pays de Loire : Loire Atlantique – Mayenne.

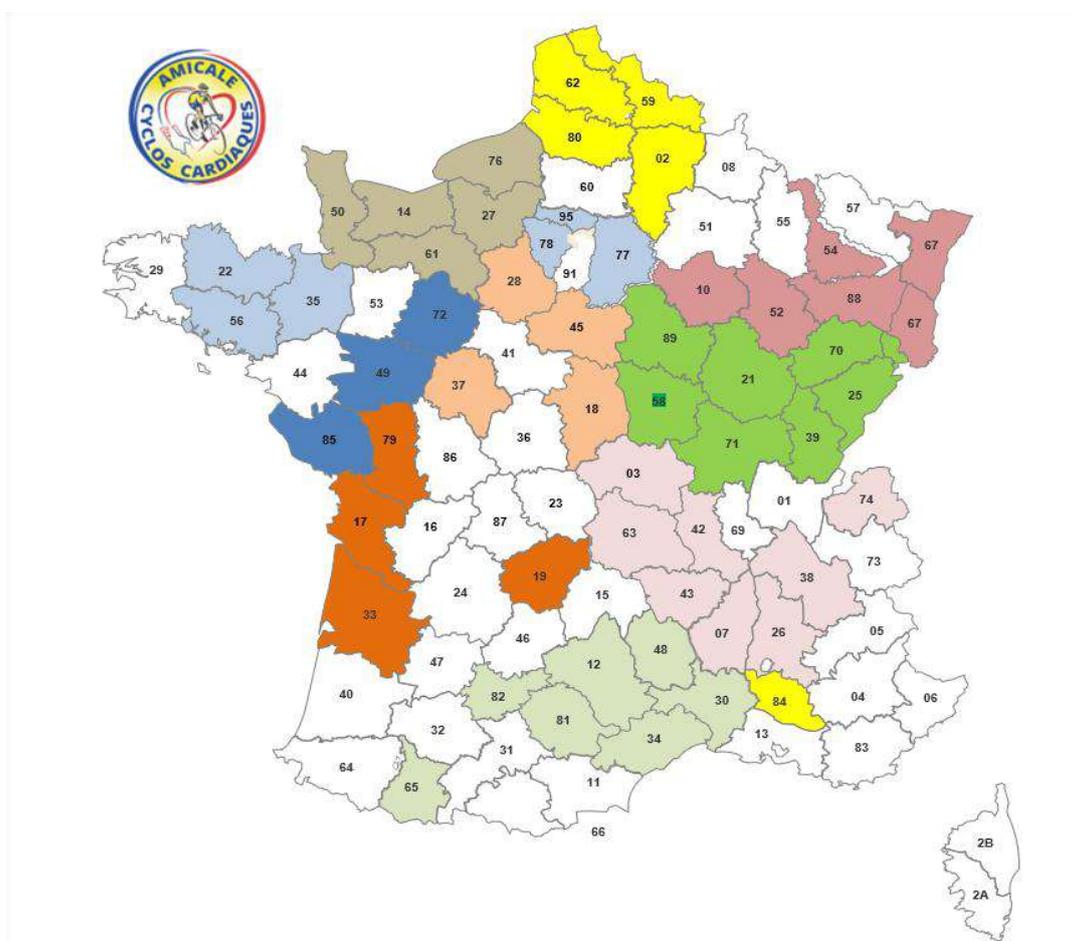
Provence Côte d'Azur : Alpes de Haute Provence – Hautes Alpes – Alpes Maritimes – Bouches du Rhône - Var.

Occitanie : Ariège – Aude – Haute Garonne- Gers – Lot – Pyrénées Orientales.

Nouvelle Aquitaine : Charente – Creuse – Landes- Lot & Garonne – Pyrénées Atlantique - Vienne – Haute Vienne.

Un beau challenge qui mérite avec votre soutien d'être rectifié

Un grand merci à tous !



Les cafés vélos : culture vélo et détente



Ils continuent à se développer dans les villes françaises où le vélo urbain occupe une place majeure ; ce sont les "cafés cyclistes" ou "cafés vélo". Entre 2 coups de pédales, ces nouveaux types de bar-café proposent des terrasses et endroits cosy où le cycliste peut se relaxer et parler vélo, se fournir en vêtements & matériels adaptés, ou encore laisser sa bicyclette dans un atelier de réparation. Autre option, y télétravailler dans un environnement détendu.

Nous vous présentons une petite liste des cafés vélo en France, il y en a encore beaucoup d'autres :



AGEN - 05 53 96 15 51



GRENOBLE - 09 84 15 23 25



CLERMONT-FERRAND - 07 88 37 39 32



RENNES - 02 21 67 15 07



LYON - 07 71 26 57 80



NEVERS - 07 86 29 96 67



POITIERS - 05 49 88 13 25



BORDEAUX - 09 83 59 85 26



NICE - 09 67 02 04 17



COL DU TOURMALET - 06 61 39 19 40



THAON DES VOSGES - 03 29 39 93 10



BREST - 09 54 47 55 23



LILLE - 06 48 35 81 52



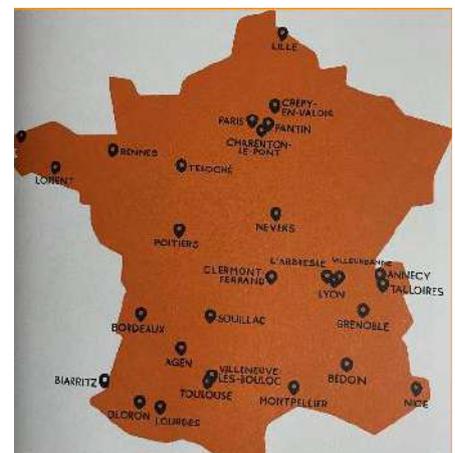
PARIS 11^{ème} - 06 47 58 32 46



BEAUMES DE VENISE - 07 83 34 43 59



SOUILLAC - 06 83 73 12 96



Carte des lieux pour passer un bon moment

Le moteur magnétique MGM (Magnetic Gear Motor) débarque dans les VAE

Plutôt que d'utiliser des engrenages, ce moteur de pédalier mise sur un système à bobine pour transmettre le couple nécessaire à l'assistance électrique. D'après le fabricant, cela permet de réduire significativement les frictions. Les avantages sont doubles : une efficacité améliorée avec jusqu'à 90 % de la puissance restituée, et une moindre résistance au pédalage au-delà des 25 km/h.



L'absence d'engrenages permet également de concevoir un moteur très compact, facilitant des intégrations discrètes, à l'image du moteur ZF Centrix ou Dij Avinox. Côté poids, il reste compétitif avec ses 2,3 kg, proche du moteur Bosch Performance Line SX qui, lui, pèse 2 kg.

Le moteur allemand, bien plus volumineux, délivre une puissance de 600 W en pic pour 55 Nm de couple. Le MGM, de son côté, affiche une puissance maximale de 580 W et un couple impressionnant de 75 Nm, maintenable durant 2 minutes. Au-delà, il peut soutenir 60 Nm pendant 8 minutes, ce qui reste idéal pour affronter des montées prolongées.

Enfin, Star Union affirme que son moteur est nettement moins bruyant que les moteurs à engrenages traditionnels. Cette technologie avancée améliore non seulement les performances, mais réduit aussi les besoins en maintenance, faisant de ce moteur une solution haut de gamme pour les amateurs d'aventures a déclaré Zhi Pan, directeur de la Star Union.

Star Union est un industriel chinois qui, depuis 1997, propose toutes sortes de composants pour vélos. Une entreprise qui a su prendre le train du vélo à assistance électrique, développant moteurs et écrans pour ces derniers, en plus des freins à disque hydrauliques qui sont à son catalogue.

Les premiers prototypes ont déjà quitté les chaînes de production, et les partenaires de Star Union recevront les moteurs de test en décembre. La production en série débutera au second trimestre 2025, ce qui laisse présager l'arrivée des premiers vélos équipés du MGM pour l'été prochain.

https://www.youtube.com/watch?v=IBxP_3CghHQ&t=2s

Eau minérale, eau de source ou eau de robinet : Quelle différences ?

Quelles sont les différences clés en termes de source, de traitement, de composition minérale et de goût de l'eau ?

L' eau minérale



- **Source** : l'eau minérale provient de sources souterraines protégées et non polluées. Elle est naturellement riche en minéraux, et sa composition doit rester stable et inaltérée.
- **Traitement** : elle est généralement mise en bouteille à la source sans subir de traitement de désinfection chimique, préservant ainsi sa pureté et sa composition minérale naturelle.
- **Composition minérale** : l' eau minérale est connue pour sa teneur élevée en certains minéraux, tels que le calcium, le magnésium et le bicarbonate. Ces minéraux peuvent varier d'une source à l'autre.
- **Goût** : le goût de l'eau minérale peut varier en fonction de sa composition minérale. Certaines peuvent avoir un goût légèrement salé ou sulfuré, tandis que d'autres sont plus neutres.

L' eau de source



- **Source** : Comme l'eau minérale, l'eau de source provient également de sources souterraines. Cependant, les critères concernant la composition minérale ne sont pas aussi stricts que pour l'eau minérale.
- **Traitement** : L'eau de source peut subir un traitement de désinfection léger, mais elle conserve généralement ses caractéristiques naturelles.
- **Composition minérale** : La composition minérale de l'eau de source est souvent plus équilibrée et moins concentrée en minéraux spécifiques par rapport à l'eau minérale.
- **Goût** : L'eau de source a tendance à avoir un goût plus frais et plus léger, en raison de sa faible minéralisation et de sa pureté naturelle.

L' eau du robinet



- **Source** : L'eau du robinet provient généralement de sources de surface, telles que les rivières et les lacs, ou de sources souterraines.
- **Traitement** : Elle est traitée dans des usines de traitement de l'eau pour enlever les contaminants et les bactéries. Ce traitement inclut souvent la filtration, la désinfection avec des produits chimiques comme le chlore, et parfois la fluoruration.
- **Composition minérale** : L'eau du robinet a une composition minérale variable, qui dépend de la source de l'eau et du traitement qu'elle subit. Elle peut contenir des minéraux ajoutés pour des raisons de santé publique, comme le fluor.
- **Goût** : Le goût de l'eau du robinet peut être affecté par le traitement chimique et la présence de certains minéraux. Dans certaines régions, elle peut avoir un goût légèrement chloré.

L' Impact de l'eau sur la santé et la nutrition

L'eau joue un rôle essentiel dans de nombreux aspects de la santé et de la nutrition. Elle est non seulement vitale pour la survie, mais également importante pour le bon fonctionnement du métabolisme, la gestion du poids et l'apport en minéraux essentiels.

Hydratation et métabolisme : Le rôle clé de l'eau

Importance de l'hydratation :

- L'eau est indispensable pour le maintien des fonctions corporelles. Elle régule la température corporelle, aide au transport des nutriments et des hormones, et facilite la digestion.
- Une hydratation optimale est nécessaire pour le bon fonctionnement des reins et pour aider à l'élimination des déchets et des toxines du corps.

Eau et métabolisme :

- L'eau participe activement au métabolisme énergétique. Une hydratation insuffisante peut ralentir le métabolisme, entraînant une diminution de l'énergie et une moins bonne efficacité dans le traitement des nutriments.
- Boire de l'eau, en particulier de l'eau froide, peut légèrement augmenter le métabolisme en activant la thermogénèse, le processus par lequel le corps produit de la chaleur.

Eau et perte de poids : faits et fictions - Eau et “Contrôle de l'appétit” :

- Boire de l'eau avant les repas peut aider à réduire l'appétit, ce qui peut conduire à une consommation calorique légèrement amoindrie.
- Cependant, l'eau ne doit pas être considérée comme un substitut à une alimentation équilibrée et une activité physique pour la perte de poids. D'autant plus que si le repas n'était pas suffisamment calorique, la faim se représentera rapidement.

Hydratation et exercice :

- Une bonne hydratation est essentielle pour optimiser les performances physiques. La déshydratation, même légère, peut affecter la force, l'endurance et la concentration pendant l'exercice.

Les minéraux dans l'eau : Calcium, Magnésium et d' autres

Le Calcium :

Le calcium présent dans certaines eaux, en particulier l'eau minérale, peut contribuer à l'apport quotidien recommandé en calcium. Ce minéral est essentiel pour la santé des os et des dents.

Le Magnésium :

Le magnésium, souvent présent dans l'eau minérale, joue un rôle essentiel dans plus de 300 réactions enzymatiques dans le corps, y compris la production d'énergie et la régulation de la pression artérielle.

Les autres minéraux :

D'autres minéraux comme le Potassium et le bicarbonate peuvent également être présents dans l'eau et contribuer à l'équilibre électrolytique et à la santé digestive.

Une consommation régulière d'eau de qualité, adaptée aux besoins de chacun, est donc essentielle pour maintenir une bonne santé globale.

Publié le 7 décembre 2023, mis à jour le 10 août 2024

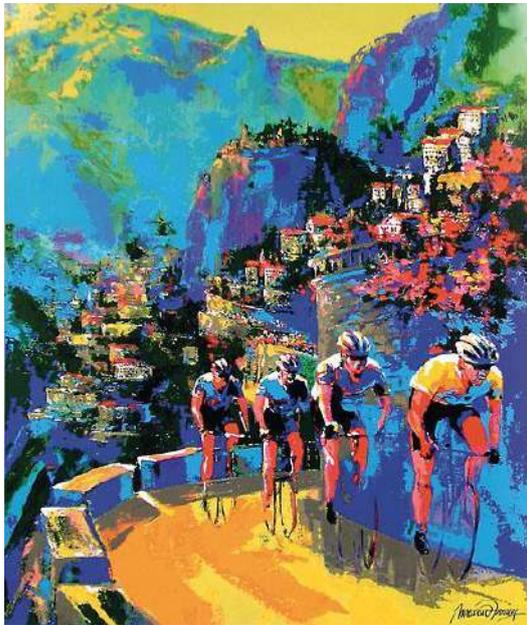
Marine

Dététicienne-Nutritionniste et Co-fondatrice de Madietenligne

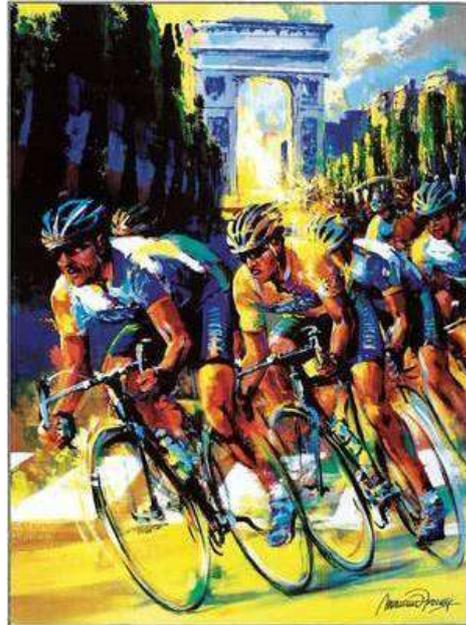




Malcom FARLEY : Impressionniste américain



The climbers



Victory on the Champs Elysées

" *Chaque jour, il y aura toujours une image ancrée dans la conscience de la société qui nous rendra fiers, nous impressionnera ou nous donnera envie de nous lever et de nous réjouir. Je serai toujours déterminé à donner vie à ce moment, et je remercierai toujours d'avoir pu le faire !* » Malcolm FARLEY est un artiste américain au style impressionniste reconnaissable. Ses œuvres époustouflantes capturent les moments d'action mémorables et le suspense des événements. Avec des touches audacieuses de couleurs vives, des athlètes éclatants et la capacité de donner à chaque spectateur l'impression d'être dans l'instant présent, son immense talent est évident.



À BIENTÔT

NOS OUTILS DE COMMUNICATION

Webmaster : Christian Robin

webmaster@cyclocardiaques.org

www.cyclocardiaques.org

Rédacteur : Joël Grandjean
 Président de l'ACC

 LETTRE AUX ADHÉRENTS
joel_grandjean2@gmail.com

Rédacteur : Pierre Lescure
 Communication et rédaction cœur & vélo


pierrelescore@hotmail.com

