**

Correspondant : AERNOUDTS Joël

104 rue de Cordon et Meillant

77111 Soignolles en Brie

🕽: 06 14 64 94 78

E-mail : 2023agde@gmail.com

Soignolles le 21/11/2022

***Présentation de la 8ème Semaine Cyclo VTT ASPTT Melun***

***Cap d’Agde (34) du Samedi 02 au Samedi 09-09-2023***

La section ASPTT Melun Cyclo organise la 8ème Semaine Cyclo VTT ASPTT Melun à Cap d’Agde (34). Ce rassemblement de toutes les ASPTT Cyclos, se tiendra du samedi 02 au samedi 09 Septembre 2023.

Le **Cap d'Agde** est une [station balnéaire](https://fr.wikipedia.org/wiki/Station_baln%C3%A9aire) dans la [commune française](https://fr.wikipedia.org/wiki/Commune_(France)) d'[Agde](https://fr.wikipedia.org/wiki/Agde) en [Occitanie](https://fr.wikipedia.org/wiki/Occitanie_(r%C3%A9gion_administrative)). Elle se situe au pied d'un ancien volcan, le [mont Saint-Loup](https://fr.wikipedia.org/wiki/Volcan_d%27Agde), au bord de la [mer Méditerranée](https://fr.wikipedia.org/wiki/Mer_M%C3%A9diterran%C3%A9e).

Le Club a des allures de petit village avec ses différents bungalows de style languedocien. Ceux-ci sont équipés d’une terrasse ombragée ou couverte, depuis laquelle vous pouvez vous détendre en profitant de la nature environnante, de la piscine et des animations ludiques organisées par les équipes du Club

Cap d’Agde Club Belambra"Les Lauriers Roses"

3 impasse des consuls  
34300 Cap d’Agde

**Tel**: 04 73 79 60 11

E-mail : l@belambra.fr

Site : [http://www.belambra.fr/](http://www.belambra.fr/%20)

**Accès :**

Avion :



**Aéroport de Béziers à 17 km**

Aéroport de Montpellier situé à environ 70 km du Cap d’Agde.

Train :

La gare SNCF d’Agde, à 7 km reliée au réseau TGV, Service de cars "Cariane Languedoc-Roussillon" (Arrêt devant le Club) : 04 67 94 23 87

voiture.png Voiture :

L’accès au Cap d’Agde par l’autoroute A9, échangeur Agde, par la D612 et la D612A ou l’A75 ou par la D617, la D612A la D13 et la N9

Cette 8ème Semaine Cyclo VTT ASPTT Melun est ouverte aux licenciés 2023 de la Fédération Sportive des ASPTT pratiquant ou non cyclo, cyclisme, ou vtt. Cette semaine n‘est pas une compétition, ne génère aucun classement et s’effectue à allure libre.

Le prix du séjour après négociations **est de 511€ par personne** (du samedi 02 septembre repas du soir au samedi 9 septembre petit déjeuner)pour cyclo, cyclisme ou vtt, comprenant activités, organisation, pension complète (avec boisson) en chambre double et assurance annulation.

Pour les accompagnants nous avons maintenu **un surcoût de 81 €** pour l’utilisation d’un bus confortable et climatisé de 53 places loué pour les différentes visites touristiques, avec un guide malgré la hausse des prestataires dûes aux carburants.

**Les cyclos et accompagnants n’ayant pas de licence devront impérativement souscrire une Licence Loisir dans leur ASPTT ou à défaut prendre une adhésion à l’ASPTT Melun de 25€ en fournissant une photo lors de l'inscription.**

La date limite d'inscription individuelle auprès du responsable est fixée au **mercredi 22 mars 2023** avec 30% d’acompte, le solde étant versé avant le **vendredi 30 Juin 2023**

1- chèques vacances acceptés libellés à l’ordre de : **Belambra Clubs**,

2- les chèques libellés au nom de : **ASPTT Section Cyclisme),**

3- Virement : **Association Sportive PTT :** IBAN **FR74 2004 1000 0120 9828 9E02 061 BIC PSSTFRPPPAR**

Fournir obligatoirement avant le 22/03/2023 photocopie de la licence 2023 FSASPTT avec photo **à l’ASPTT Melun** afin de valider l’inscription.

Le nombre de places est limité à 250 personnes (dont 53 accompagnants maximum)

*Il* sera *prudent de s'inscrire très rapidement car* ***dès* le *chiffre de 250 atteint, les inscriptions seront closes*** et une liste d'attente sera dressée afin de combler les éventuels désistements. Les inscriptions étant retenues **par ordre d'arrivée du courrier postal**, un accusé de réception **par e-mail** stipulant que vous êtes retenus ou sur liste d’attente, vous sera adressé dans les meilleurs délais à réception du bulletin individuel d'inscription et des arrhes.

Vous voudrez bien trouver ci-dessous diverses informations, ainsi que le programme.

**Encadrement/organisation**

Joël AERNOUDTS, responsable de l'organisation, assisté de l'équipe de bénévoles de l’ASPTT Melun que nous remercions par avance pour leur dévouement.

**Hébergements/Restauration :**

•Des **chambres 2 places** lits individuels et couple, avec salle de bains, lavabo et WC, télévision

•Toutes les chambres ont un niveau de confort équivalent.

•Dans la mesure du possible nous essaierons de vous donner satisfaction selon vos souhaits exprimés dans le bulletin individuel d’inscription. L’affectation se fera par regroupement d’ASPTT de même secteur.

•Merci de préciser votre choix de cohabitation lors de l'inscription.

•Possibilité de chambres individuelles moyennant **149.50€ pour le séjour** (sous réserve de disponibilité).

•Nous signaler les problèmes de santé ou de handicap sachant que vous ne serez pas forcement hébergés avec les membres de votre club.

•Les draps sont fournis dans tous les hébergements.

•Une grande et petite serviette de toilette, et tapis de bain sont fournis leur changement est prévu en milieu de semaine.

**Restauration :**

•Les repas complets avec boissons, se feront en pique-niques le midi et au restaurant self le soir.

•Un ravitaillement (eau, fruits, pain d'épices, chocolat, etc. ...) est prévu en général le matin sur les grands parcours.

•Attention le repas du samedi midi 9 septembre 2023 n’est pas compris (réservation du pique-nique à l’arrivée auprès de Belambra).

**Véhicules :**

•1 camion pour transport du matériel des pique-niques et sécurité avant.

•1 camion réfrigéré pour le transport des aliments afin d’éviter la rupture de la chaîne du froid

•1 camion pour transport des ravitaillements intermédiaires et sécurité entre-deux.

•1 Mini-bus + remorque porte-vélos pour transport des défaillants et sécurité arrière.

•1 bus climatisé 53 places pour les accompagnants.

**Parcours :**

-Les itinéraires vous feront découvrir le département de l’Hérault.

Le canal du midi itinéraire de loisirs à découvrir à pied, à vélo, ou en bateau**.**

L’Etang de Thau de Sète à Marseillan, une fine langue de terre sépare la lagune de Thau des plages de la Méditerranée.

Les huitres de Bouzigues sont exclusivement produites sur le Bassin de Thau

Le Cirque de Moureze un site naturel surprenant ! A mi-chemin entre un paysage lunaireet un décor de western**,**

Oppidum d’Enserune constitue l’un des joyaux de l’Hérault, un paysage hors du commun

Cathédrale de Maguelone au cœur de cette presqu'île posée au milieu des étangs,

Saint Guilhen le Desert est construit autour de l’Abbaye de Gellone.

L’Abbaye de Valmague est une des plus belles abbayes cisterciennes de France

Sete, et la mont St Clair, le cimetière où Brassens est enterré

Lac de Salagou en plein cœur de l’Hérault et du Languedoc

Lodeve entre Larzac**et**Salagou, au confluent de deux rivières

Capestang la [collégiale\* Saint-Etienne de Capestang](https://www.tourismecanaldumidi.fr/lieux/activites-culturelles/occitanie/capestang/collegiale-saint-etienne/) fut élevée au XIIIe siècle

Pézenas Ville d'art et d'histoire avec ses jolies rues pavées bordées d'échoppes d'artisanat,

Marseillan entre plages dorées, [Etang de Thau](https://www.herault-tourisme.com/fr/decouvrir/nos-incontournables/etang-de-thau/) et vignobles réputés,

Voici un échantillon de ce qui vous attend pour la 8ème semaine Cyclo VTT ASPTT Melun.

Pour les vététistes des parcours seront proposés comme l’an dernier autour du lieu de pique-nique du midi d’une distance d’une cinquantaine de kms.

Nous avons à nouveau tenu compte du souhait des participants(es) depuis plusieurs années en proposant 2 parcours chaque jour (sauf le mercredi). Celles et ceux qui feront les grands parcours totaliseront 700kms. Quant à celles et ceux qui préféreront *"ménager leurs forces"* 400 km sont au programme, mais le panachage entre grands et petits parcours est possible. Les parcours sont proposés, mais non obligatoires à vous d'en faire le choix selon votre envie et forme du moment.

Nous emprunterons à plusieurs reprises les mêmes routes, mais il a fallu « composer » avec les lieux pouvant nous accueillir le midi. Ces parcours seront reconnus entièrement à bicyclette par l’équipe de l’ASPTT Melun et validés par Joël AERNOUDTS en juillet 2023. Les parcours définitifs seront peut- être légèrement différents en vue de travaux éventuels et des restrictions/obligations préfectorales.

Un parcours détaillé de chaque circuit vous sera expédié début Aout 2023 après homologation/autorisation par les différentes préfectures.

- Pour ce qui est du pique-nique le midi, il aura lieu dans un endroit fixe, connu de tous par avance (voir les parcours), ainsi vous pourrez aisément vous y rendre au plus court ou en approche voiture personnelle si vous le souhaitez. Aucune prestation de notre part ne sera servie en d'autres lieux.

- Les défaillants pourront être récupérés soit aux divers ravitaillements ou au pique-nique du midi.

- L'allure adoptée sera celle à votre convenance.

- Il ne sera pas formé de pelotons par les organisateurs, les cyclos rouleront par affinités d'allures.

•Comme nous allons emprunter de très petites routes sinueuses, souvent touristiques, et parfois d'autres à forte circulation, vous devrez respecter les articles 189-190 du Code de la Route et rouler obligatoirement à droite.

**Sécurité :**

• Tous les participants devront se conformer aux consignes de sécurité formulées par les organisateurs et tous manquements graves à ces règles pourraient entrainer l’exclusion définitive des contrevenants sans remboursement de la prestation restante.

•Le port du casque est **fortement conseillé.**

**Dépannage :**

•Assuré dans la mesure des possibilités mécaniques par mise à dispo d'une caisse d'outillage et diverses pièces mécaniques. Nous rechercherons un vélociste à proximité du Club Belambra «Les Lauriers Roses» si possible.

•A disposition petit matériel à prix coûtant : pneus de 23 tringles souples, chambres à air valve courte et longue, câbles, etc.

**Assistance médicale :**

•Assurée dans la mesure des possibilités médicales par nos soins. Le véhicule d’assistance assurera une intervention sur de petits incidents mécaniques et sera équipé d’une trousse de secours pour les premiers soins d’éventuelles contusions.

•En cas d'accident, le blessé sera pris en charge par le SAMU Tel : 15 ou les Pompiers locaux Tel : 18

•Ne pas oublier de prévenir l'organisation, nos N° de téléphone seront en bas des parcours.

**Assurance Annulation :**

•La Section ASPTT Melun Cyclo a souhaité que l'assurance annulation de séjour soit incluse dans le prix de la prestation afin que chaque personne puisse en bénéficier, car malheureusement entre le jour de votre inscription et les dates du séjour, bien des événements peuvent arriver.

•Les conditions d'annulation fixées par le prestataire de service en accord avec la Section ASPTT Melun Cyclo sont les suivantes :

•un courrier postal ou électronique sera adressé au responsable de l'organisation : Joël AERNOUDTS, dans les meilleurs délais,

Pour une réception au plus tard le 19 août 2023. Remboursement 100% moins 12€ d’assurance.

Pour une réception entre le 20 et le 30 août 2022. Remboursement 50% avec certificat médical, moins 12€ d’assurance.

Si désistement après le 2 septembre 2023 et en cas de non-présentation à la date du début de l'organisation ou de départ anticipé durant la Semaine Cyclo.Pas de remboursement.

Pour l’article 1§3, Pas de remboursement si cas exceptionnel (hospitalisation, décès, événement familial grave) le taux de remboursement sera laissé à l'appréciation du prestataire de service après "négociation" par la Section ASPTT Melun Cyclo moins 12€ d’assurance.

**Divers :**

•Ne pas oublier appareil photos pour les paysages et sites touristiques, petit matériel vélo.

•Les bicyclettes (sous votre responsabilité) seront garées dans un endroit clos.

•Le mercredi 6 septembre 2023 après-midi, sortie libre afin de visiter la région.

•Des animations diverses sont prévues tous les jours.

•Les visites payantes lors des ballades touristiques des accompagnants seront à leur charge. Le programme des excursions vous parviendra ultérieurement. Le tarif est de **52€** par personne pour un groupe de 53 personnes maximum, le solde est à régler pour le Vendredi 30 juin 2023 afin que l’on puisse faire les réservations.

De votre participation dépend la réussite et la continuité de l’aventure. N’hésitez pas à nous contacter pour toutes informations complémentaires souhaitées.

*La Section ASPTT Melun Cyclo*

Joël AERNOUDTS

**Programme de la 8ème Semaine Cyclo ASPTT Melun**

Samedi 02 septembre 2023

A partir de 17 H 00, accueil à Cap d’Agde « Les Lauriers Roses » (Herault)

Remise des dossiers (hébergement/restauration, dernières infos, etc.).

19 HO0, bref discours d'accueil et repas avec boisson.

Les chambres devront être libérées le matin du départ le Samedi 9 septembre 2023 avant 10H.

INFORMATIONS GENERALES QUANT AU DEROULEMENT DU PLANNING JOURNALIER

De 6 H 30 à 8 H 30, petit-déjeuner.

De 7 H 30 à 9 H, départs à votre convenance pour les différents parcours

A 9 H 00, départ de la ballade touristique des accompagnants

A partir de 19 H 30, repas avec boisson.