



Club Inter-sports et de Haute Montagne

CIHM JOURNEE VELO EN ILE-DE-FRANCE

Vous trouverez ci-dessous le message de l'organisatrice ou organisateur.
Les consignes générales qui figurent en bas de page peuvent être modifiées par le message du jour. Bonne journée.

Bonjour

Pour le lundi 2 avril, je vous propose une sortie vélo de 70km environ en partant de Meaux et par de petites routes nous rejoindrons la piste cyclable au bord de la Marne pour revenir à Paris.

Rendez-vous Gare de l'Est devant le train à 9h30
Train pour Meaux à 9h51 (train ZIMO)

Vous pouvez utiliser votre Pass Navigo.

Retour à Paris vers 18h à la Porte de Vincennes.

D'après la météo, quelques nuages et du soleil.

Merci de me prévenir avant samedi à 18H00. de votre présence à la sortie par mail (claudine.olivier20@orange.fr) ou par SMS

au 06 77 95 96 29 en me laissant votre nom, prénom.

A bientôt, Claudine Olivier

Inscription : En principe il n'y a pas d'inscription, mais l'organisateur peut demander dans son message ci-dessus à être prévenu de la participation de chacun.

Les **nouveaux** sont toujours priés de contacter préalablement l'organisateur.

Equipement vélo : vélo personnel ou location en bon état, chambre à air de rechange, kit réparations, antivol,

Equipement personnel : cape de pluie ou k-way, **casque et gilet fluo conseillés, pique-nique et boisson.**

Carte d'adhérent : Carte d'adhérent CIHM 2018 ou bon d'essai ou **Carte participant CAF-IDF** disponibles sur le site www.cihm.info, rubrique Adhérer pour les sorties ordinaires.

Aucune carte n'est nécessaire pour les « Journées d'accueil ».

Papiers personnels : papier d'assurance, CNI, ...

Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont ni des guides, ni des moniteurs, ni des accompagnateurs professionnels. Chaque participant est responsable de sa propre sécurité. Chacun doit respecter le code de la route. Une assurance individuelle est fortement conseillée.

Ces informations pratiques sont disponibles sur le site au plus tard le vendredi soir qui précède la randonnée. Ces randonnées vélo ou VTC, en Ile-de-France, d'une journée entière avec pique-nique le midi, sont proposées certains dimanches et jours de fêtes, de mars à octobre. Le rendez-vous est fixé à environ 50 km de Paris pour profiter des petites routes de campagne. Il est toujours possible de rejoindre le point de départ en transport en commun depuis Paris. Si vous allez directement à la gare d'arrivée par vos propres moyens, vous devez en avvertir l'organisateur. La plupart de ces sorties, connues à l'avance, figurent sur notre programme, d'autres décidées en cours de semaine pour le dimanche sont ajoutées au site.