

# CYCLO CLUB RUPIFICALDIEN

## REGLEMENT INTERIEUR

### *Adhérer - Animer - Rassembler*

#### *Tout licencié a des droits et des devoirs*

- **J'adhère** et j'accepte les règles de la Fédération Française de Cyclotourisme (statuts fédéraux, charte de publicité, charte des organisations, règlement médical, règlement disciplinaire, règlement financier). Je valide et je signe cette charte de comportement.
- **Je fais en sorte d'Animer** le Cyclo club Rupificaldien par mon comportement, mon aide en tant que bénévole et contribue à la convivialité humaine et sportive. J'informe mes camarades si un adhérent rencontre des difficultés nécessitant du réconfort. Je participe à l'Assemblée Générale et diverses réunions programmées par le président.
- **Je rassemble** autour de moi et diffuse la bonne parole sportive pour conquérir de nouveaux adeptes du « vélo ensemble ». J'informe de la vie de mon club, de ses objectifs et de ses moyens.

### *Tenue - Matériel - Aptitude - Bien être*

*La fierté d'un bel équipement tout en couleur vous permettra, tout en sécurité, de vous surpasser et de rejoindre des contrées lointaines. En fonction de votre niveau et de votre assiduité, vous connaîtrez le bien-être du vélo.*

- **Tenue** : je porte la tenue officielle du club en priorité, par souci d'appartenance et de cohésion avec le groupe.
- **Matériel** : je m'assure du bon fonctionnement de mon vélo, pour ma sécurité et celle des autres, pour ne pas mettre à mal la sortie. Prévoir un nécessaire de réparation.
- **Aptitude** : je m'assure d'être en capacité physique pour réaliser la sortie sans pénaliser le groupe. A moi par la suite de rejoindre le groupe qui me convient.
- **Bien-être** : je prévois boisson et alimentation énergétique pour assurer mon autonomie. Prendre connaissance de la météo pour adapter mon équipement aux conditions climatiques.

## **Méthode - Sécurité - Dialogue - Environnement**

Rouler ensemble est l'objectif des Cyclos Rupificaldiens  
Pratique du cyclotourisme dans un esprit de convivialité où nous  
échangeons et partageons.

- **Méthode** : briefing de départ, avoir une allure modérée pour l'échauffement. Je choisis le groupe le plus adapté à mon niveau. Je roule de manière solidaire pour le groupe (relais, vitesse, observation). Si une cassure se produit, regroupement après la difficulté. Arrêt complet si dépannage ou tout autre intervention, si besoin pause « technique naturelle » collective avec arrêt du groupe.
- **Sécurité** : je porte un casque (obligatoire), j'ai une signalisation lumineuse à l'arrière, un gilet de sécurité voyant et une carte de renseignements en cas d'urgence. Les VAE sont tolérés à la condition qu'ils ne soient pas débridés et qu'ils respectent la réglementation en vigueur. Toute personne ne respectant pas ces conditions, se verra exclue de la sortie, pour raison de responsabilité, en cas d'accident. Rouler en file indienne ou 2 de front si le secteur le permet. Les arrêts se font dans une portion très sécurisée (visibilité, parking, bas-côté) la priorité dégager la route. Les dépassements se font par la gauche. Je respecte le code de la route en vigueur et je fais preuve de courtoisie avec les automobilistes.
- **Dialogue** : je n'hésite pas à alerter de tout danger à venir (voitures, animaux, intersections, gravillons). Je demande à réduire l'allure avant de subir, pour mes camarades et moi-même. J'informe le groupe ou « le capitaine de route » si je prends un raccourci pour quitter la sortie du club. En l'absence répétée d'un licencié, je m'informe et je transmets des nouvelles aux membres du club.
- **Environnement** : interdiction de jeter des papiers, des restes alimentaires sur la chaussée ou dans le fossé. Je ferai le tri à mon domicile.

**Je suis maintenant un licencié FFVélo du Cyclo Club Rupificaldien**

**Validité permanente et reconductible à chaque renouvellement de licence**

« Lu et approuvé »

Nom et Prénom

Signature

