



# Convention de pré-accueil

Comité Départemental de la MAYENNE 053  
 Club de : **CYCLO CLUB MAYENNAIS** N° : 07 054

**Départ à la gare de Mayenne :**  
**14h le samedi**  
**9h le dimanche**

## Calendrier des sorties

Du **5 Avril 2014** au **8 Juin 2014**

N° de Sortie	Dates	Km	Objectif pédagogique	Intérêt touristique
<b>Sortie N°1</b>	Samedi 5 Avril 2014	25	<i>Vérification des équipements Comment se déplacer en groupe en toute sécurité</i>	<i>Plan d'eau Parc des Forges d'Aron Mystère de la tour ronde Chapelle Saint Anne</i>
<b>Sortie N° 2</b>	Dimanche 13 Avril 2014	28	<i>Quand, pourquoi et comment utiliser son dérailleur</i>	<i>Barrage de Saint Fraimbault de Prières Communauté religieuse de Saint Georges de l'isle</i>
<b>Sortie N°3</b>	Samedi 19 Avril 2014	37	<i>Distance de sécurité lors des déplacements en groupe</i>	<i>Rue de Baladé Aron Site Archéologique de Jublains Cité Gallo-Romaine Chapelle Saint Denis de Grazay</i>
<b>Sortie N°4</b>	Dimanche 27 Avril 2014	29	<i>Boire avant d'avoir soif, comment s'alimenter pendant l'effort</i>	<i>Fontaine Daniel Toile de Mayenne</i>
<b>Sortie N°5</b>	Samedi 3 Mai 2014	36	<i>Bien s'équiper pour devenir autonome sur la route Que faut-il emmener avec soi ?</i>	<i>Château de Bourgon à Montourtier</i>
<b>Sortie N°6</b>	Samedi 10 Mai 2014	30	<i>Comment gérer une crevaison</i>	<i>Parc des Vaux à Ambrières Vélo rail à Saint Loup du Gast</i>
<b>Sortie N°7</b>	Dimanche 18 Mai 2014	46	<i>Lecture d'une carte routière</i>	<i>Château de la Roche Pichemer à Saint Ouen des Vallons</i>
<b>Sortie N°8</b>	Samedi 24 mai 2014	29	<i>Règles pour mieux utiliser les changements de vitesse</i>	<i>Bois de Belleray Halage Ecluse de Montgiroux</i>
<b>Sortie N°9</b>	Dimanche 1 Juin 2014	30	<i>Comment s'habiller ? Journée conviviale avec les licenciés du club : « Journée Grillades »</i>	<i>Cimetière désaffecté de la Chapelle au Grain Chapelle de Notre Dame du Hec</i>
<b>Sortie N°10</b>	Dimanche 8 Juin 2014	46	<i>Révision Débriefing avec tous les participants</i>	<i>Visite d'un élevage de cerfs Château/Etang de Neuvilette</i>
<b>Bilan</b>	21/11/2014	<i>Lors de l'AG du club où nous inviterons les conjoints et les enfants des participants</i>		