

## Compte-rendu d'activité des stages de formation mécanique

### Rappel :

Lors de la précédente mandature, un stage de formation initiation mécanique avait été réalisé pour nos féminines.

Le Codep 79, soucieux de communiquer à l'ensemble de ses adhérents les bases mécaniques, pour les réglages élémentaires du vélo et de son entretien, les gestes pour intervenir sur les petites réparations, a jugé utile le besoin de réitérer cette formation en 2010. Pour ce faire, un appel a été lancé afin de connaître les besoins et les attentes de nos adhérents.

Compte tenu de la demande, avec une quarantaine de candidatures, il a été décidé de procéder à la mise en place de cette formation, en deux sessions.



### 1<sup>ère</sup> session, Chauray le 23 octobre 2010 :

En raison de l'indisponibilité de Daniel MADIER, moniteur fédéral, en stage de formation cartographie organisé par notre fédération au gîte des 4 Vents à Aubusson-d'Auvergne, le Président du Codep Dominique BEAU et Marc CHARRIER, titulaire du brevet d'initiateur, prennent en charge l'organisation.

16 stagiaires, dont 6 féminines, y participent.

Ce sont les clubs de l'Amicale Cycliste Mauzéenne (3), de l'ASPTT Niort (1), de Chauray Cyclos et Randonneurs Pédestres (5), des Cyclos d'Epannes (5), des Joyeux Randonneurs de Parthenay (1) et du VTT Souché-Niort (1) qui se retrouvent autour des tables mises à leurs dispositions.



### 2<sup>ème</sup> session, Champdeniers le 6 novembre 2010 :



20 stagiaires, dont une seule féminine, sont pris en charge par les formateurs de service Dominique BEAU, Daniel MADIER et Michel FUZEAU, moniteur fédéral.

Ce sont les clubs de l'ASPTT Niort (2), la Bécane Romaine (1), de Champdeniers Cyclotourisme (5), des Cyclos Saint-Aubinais (4), des Cyclotouristes Thouarsais (2), des Routins de Boismé (4) et du VTT Souché-Niort (2) qui, comme lors de la première session, se retrouvent autour des tables mises à leurs dispositions.

Après une rapide présentation, nous rappelons le b.a.-ba de la bicyclette et de ses éléments liés à la sécurité, tout en développons le programme de ces journées :



Le matin, formation didactique : le choix des chaînes en fonction du nombre de vitesses du vélo 8, 9 ou 10, comment reconnaître lorsque celle-ci est usée et comment la raccourcir, dériver et river une chaîne, les freins, etc...



A midi, repas pris tous ensemble dans un restaurant, avec apéritif offert, le tout pris dans une ambiance amicale et chaleureuse.



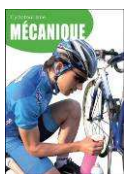
L'après-midi, place à la pratique : comment régler l'indexation (la hantise pour un grand nombre), les dérailleurs avant et arrière. Tous les stagiaires se sont exercés à ce type de dépannage et réglage qui demeure néanmoins la "bête noire" des cyclos... La séance se prolonge par le démontage des roues, réparation des chambres à air, et enfin par



quelques réglages sur les vélos (déailleurs, hauteur de selle, recul de selle et de potence, etc.).

Ces 2 journées se sont terminées en toute convivialité, autour du verre de l'amitié, après avoir eu le sentiment d'avoir transmis un savoir, au profit de membres de clubs avides de connaissances.

Avant de nous quitter, un classeur de cyclo-mécanique, ouvrage de la commission technique édité par la FFCT, a été remis à chacun des participants.



*On a coutume de dire que l'homme et sa machine sont indissociables. Un vélo de randonnée bien choisi, bien réglé, bien entretenu, procure beaucoup de plaisir à son propriétaire. Gage de sécurité et d'autonomie, c'est l'esprit libre que vous devez aborder chaque sortie. Cette tranquillité d'esprit, vis à vis des "pépins mécaniques" viendra s'ajouter à la surveillance indispensable de l'état de fonctionnement de votre matériel tant avant le départ qu'au retour d'une randonnée*

En conclusion, le Codep reste au service des clubs, dans tous les domaines de ses compétences.