



Guide de la gravelle



Club cycliste de Sherbrooke

Le Guide de la gravelle

Le vélo de gravelle ou «gravel bike» est en plein essor au Québec depuis quelques années. En Estrie nous avons la chance de posséder un immense réseau de routes de gravelle, probablement le plus grand du Québec. Il n'en tient qu'à nous d'en profiter.

Ce type de vélo nous permet de découvrir la magnifique campagne estrienne par des routes peu fréquentées par les automobiles. Le Club cycliste de Sherbrooke (CCS) a mis en place le volet «gravelle» pour organiser des sorties de groupe. Axées sur la découverte de nouveaux parcours et paysages, les sorties se font dans un esprit convivial et festif. Les parcours contiennent parfois des pauses-café (optionnelles) de même que des activités «après ride» ou les microbrasseries régionales sont à l'honneur.

La raison d'être

La raison d'être du volet gravelle du Club Cycliste de Sherbrooke est de permettre aux membres d'avoir du plaisir à rouler en sécurité en socialisant avec des amis et des amies qui partagent la même passion.

Les valeurs

Dans la pratique des activités du club, les membres s'engagent à faire preuve : de générosité, de tolérance, d'honnêteté et d'inclusivité dans un esprit de respect et d'entraide.

Les règlements

- Conditions d'adhésion
 - Remplir le formulaire d'adhésion (à partir du site web du CCS) et payer la cotisation annuelle;
 - Être âgé de 18 ou plus ;
 - Avoir une capacité et forme physique minimale
- Convention du club
 - Rouler avec un groupe de sa capacité;
 - Respecter le code de la sécurité routière;
 - S'arrêter et venir en aide lors de crevaison, bris mécanique ou chute;
 - Avoir un vélo adapté pour la gravelle
 - Avoir avec soi une carte d'identité et d'assurance-maladie,
 - Nécessaire de réparation pour crevaison, outils, eau et nourriture;
 - Port du casque obligatoire

La description des sorties

- Itinéraires
 - Les itinéraires sont disponibles sur le site du CCS avec l'application Ride with GPS qui vous est fourni avec votre inscription au CCS.
 - Cinq minutes avant l'heure de départ, tous les participants sont invités à former des groupes d'environ 10 cyclistes maximum et selon une vitesse de croisière déterminée. Formez votre groupe ou joignez-vous à un groupe existant selon vos capacités (habileté et endurance) et votre expérience. N'ayez crainte, si vous les surestimez, nous vous assurons qu'aucun cycliste n'est laissé à lui-même.
- Les départs
 - Les départs se feront à l'heure et au lieu indiqué dans le calendrier sur le site web du CCS et sur l'application Ride with GPS (RWGPS) du CCS. Soyez prévenant, arrivez au moins 15 minutes avant l'heure indiquée. **Nous partons à l'heure.**

Préparation d'une sortie

- Chaque membre est responsable de son comportement et de son matériel. Il doit s'assurer qu'il est prêt pour les activités du Club. Ainsi, avant et pour chaque randonnée, vous devez vous assurer avant la randonnée :
 - que votre vélo est en bon état
 - que vous pouvez effectuer les réparations élémentaires requises sur votre vélo (crevaisin, etc.), et que vous avez en votre possession les bons outils pour les effectuer;
 - que vous avez mangé suffisamment avant l'heure du départ. Soyez autonome pour l'eau et la nourriture. Certains circuits n'ont pas d'endroit pour se procurer eau et nourriture
 - d'apporter les articles essentiels pour les premiers soins en cas d'urgence;
 - d'apporter une carte d'identité valide, votre carte de membre, votre carte d'assurance-maladie, ainsi qu'une note indiquant le nom et le numéro de téléphone de la personne à rejoindre en cas d'urgence;
 - pour les randonnées traversant la frontière américaine, d'apporter votre carte d'identité, votre passeport, et la preuve d'une couverture d'assurance-maladie appropriée (certaines polices d'assurance ne couvrent pas les incidents survenus aux États-Unis - vérifiez attentivement!).

À tous et toutes, une très belle saison de vélo !!