

Bulletin d'information du Vélo-Club de Brignais



L'AUTOMNE EST LA



Sommaire du N° 284 Septembre 2025

<i>Sujet</i>	<i>Page</i>	<i>Auteur</i>
Couverture	Page 1	Jean Pierre
Sommaire	Page 2	Jean Pierre
Editorial	Page 3	Jean Michel
CR CA de Septembre	Page 4	Nicolas
Dates à retenir	Page 7	Jean Pierre
Sortie Partenaire ECOL	Page 8	Pierre Yves
Actu Matos	Page 10	Guillaume
CR commission HA sept	Page 14	Pierre Yves
Actualités de l'été	Page 16	Jean Pierre
Challenge VCB 2025 juillet août	Page 17	Jean Michel
Classement Challenge	Page 21	Jean Michel
Parcours route septembre 2025	Page 23	Guillaume
Parcours route octobre 2025	Page 24	Guillaume
Parcours route Novembre Décembre	Page 25	Guillaume
VTT loisirs octobre	Page 26	Antho&Pierre Yves
Petites annonces	Page 27	Abel
Partenaires VCB	Page 28	





Vélo Club de Brignais

Salle du Garon3, boulevard des Sports 69530 BRIGNAIS
Agrément D R D J S R A n° 69.01.1146 délivré le 04 octobre 2001

www.velo-club-brignais.com

contact@velo-club-brignais.com

Septembre 2025

Chers amis Sportifs

Eh bien voilà, c'est la fin de l'été, j'espère que le plus grand nombre d'entre vous a bien profité de cette saison pour randonner dans les massifs montagneux ou pour tout simplement faire un break.

L'école de VTT a débuté la saison 2025/2026 avec un effectif en légère diminution de façon à s'adapter au nombre d'encadrants dont nous disposons. En revanche, bonne nouvelle, quatre nouveaux volontaires vont effectuer la formation d'encadrement. Nicolas Duperron d'Orientation Vélo assurera comme les saisons précédentes des séances techniques un samedi sur deux. Comme l'an passé, l'accent sera mis sur l'aspect sportif, la compétition et moins sur celui d'un simple loisir. Cela permettra de consolider et d'améliorer les résultats très encourageants des trois dernières saisons. Cette année un bon petit groupe de juniors va prolonger au sein de l'école comme l'an passé.

Malgré le peu d'épreuves organisées pendant juillet et août, nos coursiers ont tout de même engrangé quelques podiums sur route, avec tout d'abord la belle performance de Marcel Nollot qui ne conserve pas son 3^{ème} titre national consécutif, mais assure la seconde place le 6 juillet à Esserts Blay (74). En août et septembre, c'est Jean Pierre Chapuis et Jean-Claude Frassanito qui se sont illustrés en allant gagner des courses dans les départements voisins. Début octobre verra le retour des cyclo-cross avec celui de Genas le 4 et un enchaînement d'organisations quasiment tous les week-ends jusqu'en février.

Septembre a commencé par notre participation au forum des associations, nous permettant de combler les quelques places disponibles à l'école de VTT.

Place maintenant, à la montée en puissance de notre organisation phare la Henry Anglade, qui va mobiliser nous l'espérons environ une centaine de bénévoles, avant, pendant et après l'évènement. Je tiens dès à présent à encourager les potentiels bénévoles qui ne se sont pas encore manifestés, à le faire. C'est très important pour l'équipe d'organisation de pouvoir finaliser au plus tôt la liste des postes.

Bonne rentrée et bel automne à tous

Sportivement,

Jean-Michel

Conseil d'administration VCB
Vendredi 12 septembre 2025 – 18H30 chez Jean Michel Belin
1 Lotissement « Le panorama », chemin du Cantonniau Brignais
Compte rendu

Composition du CA :

Jean Michel BELIN, Xavier Berteau, Nicolas BOURGUE, Pierre Yves Coudert, Bernard RAGARU et Guillaume Raspail

Excusés : Anthony DELORME, Jean-Louis FAUROUX

Effectifs : Adhésions et licences

Adhésions et licences

- 174 adhérents à date (2024 : 164 adhérents) : 155 Hommes / 19 Femmes
 - o FFC : 90 / FSGT : 41 / FFC+FSGT : 5
 - o Nouveaux : 39 dont 32 pour l'école de VTT
 - o Retours : 3 dont 2 pour l'école VTT
 - o Ecole VTT : 70 élèves (5 filles et 65 garçons)

Trésorerie :

Pas de chiffres ce mois-ci, prochaine mise à jour au CA de novembre

Sponsors :

- Paiement d'ECOL en juillet, Skoda : relance en cours mais intéressé de renouveler
- Bon retour de notre partenaire Krys suite à la sortie club sponsor organisée avec eux
- Culture Vélo est intéressé pour refaire un atelier entretien/réparation
- Autres sponsors en vue que Pierre Yves prospecte

FSGT :

- CR de la commission cycliste FSGT du 1er septembre
 - o Travail en cours sur le calendrier des courses 2026
 - o Peu de courses en juillet-août, la dernière course de la saison route prévue le 27 septembre
 - o Une proposition de modification du règlement va être mise à disposition des clubs
 - o Le fédéral VTT aura lieu dans le Pas de Calais les 25 et 26 octobre
 - o Trophée Cycle wheel : en progression avec 15 coureurs qui ont fait toutes les courses. Dernière épreuve lors de la HA.
 - o La saison cyclocross débute le 4 octobre
 - o L'AG aura lieu le 21 novembre (Lieu à confirmer)

Challenge :

- Point au 31/08/25 :
 - o Prix de Balbigny : 2 podiums pour le VCB avec Jean-Claude Frassanito (1^{er}) et Joël Chomaud (3^{ième})
 - o Le prévisionnel sera dans le bulletin
 - o Classement provisoire : 1^{er} Daniel Olivier, 2^{ième} Jean-Pierre Revol et 3^{ième} Jean-Louis Fauroux

Route et VTT :

- Sorties club réalisées et à venir :
 - o Volonté de proposer un calendrier plus tôt pour l'année 2026
- Sorties spéciales sponsors à venir :

- o Sortie ECOL prévu le samedi 4 octobre : photo de groupe puis des parcours VTT et route
- Retour sur le Raid GTML :
 - o Retour positif des participants, état d'esprit intimiste, prévenir plus tôt, baisser le prix...
 - o Première estimation du bilan financier : léger déficit d'environ 100€ avec un avoir disponible de « Au P'tit Ampuisais »
 - o L'équipe d'organisation se prépare à la session de 2026 :
 - o Déterminer une date à mettre au calendrier
 - o Adapter les parcours pour ceux qui viennent de loin
 - o Proposer d'autres formules

FFC :

- **Ecole de VTT :**
 - o A l'issue du forum des associations, 67 demandes dont 25 nouveaux : après des séances de tests 10 jeunes ont été pris en tenant compte de la limite de l'encadrement des effectifs -> 52 enfants inscrits au final.
 - o Notre capacité d'accueil est limitée avec 3 animateurs bénévoles réguliers avec Nicolas Duperron (~30 séances) ainsi qu'un moniteur supplémentaire venant d'Irigny (~20 séances). A voir avec Anthony si c'est aligné avec le budget de l'école VTT
 - o Bonne nouvelle : 4 parents vont démarrer la formation
 - o Les jeunes sont répartis en 4 groupes de niveau
 - o Les résultats de l'année dernière sont en progression avec des jeunes du VCB bien placés. Le VCB reste deuxième derrière Pommier VTT mais ça s'est joué de peu.
 - o Le samedi 20 : réunion d'information aux parents avec une mise à l'honneur des jeunes qui ont participé et brillé aux TDJV
 - o Proposition aux jeunes de participer à la HA (cross-country ou randonnée) ainsi qu'à la ronde de Brignais
 - o Les vêtements ont été reçus, la distribution va bientôt avoir lieu dans les semaines à venir
 - o L'équipe recherche des solutions pour la réparation, la location ou l'achat à crédit de matériel pour les plus petits
 - o Renouvellement de la convention avec le collège de Chaponost (option entraînement sportif)
 - o Une séance de sécurité sera reconduite avec les jeunes en septembre
 - o Un fichier des effectifs de l'école de VTT sera envoyé à Jean Michel
 - o L'école va modifier sa gestion des casques et protection proposé aux jeunes et réduire progressivement son stock
 - o Groupe junior : volonté de leur proposer une activité enduro avec Guillaume Botti et l'école de VTT d'Irigny. Certain pourraient passer dans le groupe XC du dimanche matin

Vêtements :

- Aucun élément à reporter au compte rendu

HA :

- CR de la dernière réunion de la commission et points encore à résoudre. Dernière ligne droite avec les reconnaissances des parcours puis l'épreuve le 28 septembre.

Bulletin mensuel :

- Choix 1^{ère} page → Suggestion à soumettre à JPR
- Edito : Le président ou un volontaire
- Fichiers à transmettre à JP. Revol dès que possible après la réunion
- Date de diffusion du bulletin : septembre après rédaction CR réunion du CA

Site internet :

- Actualités, infos à prévoir
- Abonnement, mise à jour sponsors, archives

Questions et informations diverses :

- L'AG du VCB aura lieu le 6 décembre
- Notre club est sollicité par le pays mornantais (COPAMO) pour devenir club support affilié FFC : accord de principe du bureau si ça se passe comme proposé, c'est-à-dire avec le minimum d'implications actives du club
- Jean Michel a des difficultés à accéder au site vie associative de Brignais, à voir avec Anthony et Nicolas

Date prochaine réunion : mi-novembre (préparation de l'AG) [horaire et Lieu à définir](#)

Fin de réunion : 20h50



DATES A RETENIR

Vendredi 18 Septembre 2025 : Briefing Bénévoles HA, Salle Convivialité , Minssieux , 18h30

Dimanche 21 Septembre 2025 : reconnaissance HA Randos

Dimanche 28 septembre 2025 : Henry Anglade VTT 34ème édition . Organisation

Samedi 04 octobre 2025 : sortie sponsor ECOL

Vendredi 10 octobre 2025 : Remerciements partenaires et bénévoles Salle Convivialités, Complexe P Minssieux , 19h00

Samedi 6 décembre 2025: Assemblée Générale

La prochaine édition du bulletin vous sera transmise par Email

PS : Les personnes désirant faire paraître des articles ou des annonces dans le bulletin sont priées de remettre ceux-ci à Jean Pierre REVOL au 06 14 67 91 17 ou par email : revol.jean-pierre@orange.fr au plus tard le 10 du mois en cours

RAPPEL des départs

Le lieu de rendez-vous pour les sorties route est fixé au

BRISCOPE

Les samedis après-midi à 13h30

Salle du Garon

Les dimanches et jours fériés

8h30 en septembre, octobre, novembre, décembre

Le lieu de rendez vous pour les sorties **VTT Loisirs** est fixé à MINSSIEUX

Les dimanches et jours fériés

jusqu'au 15 oct RV à 8h20, Départ 8h30

à partir 15 oct RV 8h45 Départ 9h00



Miel des Monts du Lyonnais

Producteur Daniel Fourny

06 78 27 29 17





SORTIE Route et VTT

Samedi 04 Octobre 2025

DEPART BRISCOPE BRIGNAIS A 13H30

RDV Sté ECOL à MESSMY 14H



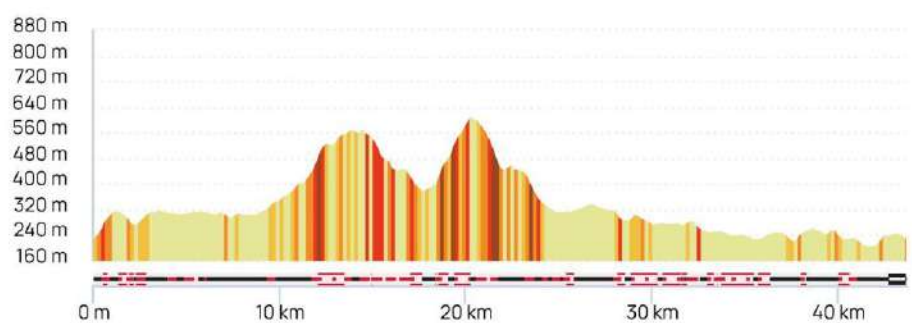
ROUTE : 62 kms - Dénivelé 1017m		https://www.openrunner.com/route-details/22438366
VTT : 43 kms - Dénivelé 945m		https://www.openrunner.com/route-details/18708912

Sortie Sponsor ECOL Messimy 2025- 60 kms 1000m+ #22438366



Le droit de reproduction est strictement réservé à un usage personnel et privé. Lors de la pratique de votre activité, veuillez à respecter les propriétés et chemins privés et assurez-vous de la praticabilité du parcours.

Sortie Partenaire - ECOL - VTT 43kms 945 m+ #18708912



Le droit de reproduction est strictement réservé à un usage personnel et privé. Lors de la pratique de votre activité, veuillez à respecter les propriétés et chemins privés et assurez-vous de la praticabilité du parcours.



L'ACTU MATOS



Quand ChatGPT devient ton entraîneur personnel

Le Tour de France vient de se terminer après 3 semaines d'intense bataille sur notre terrain de jeu favori, le bitume.

Tu rêves de devenir le futur Pogacar ou Vingegaard mais malgré tes allers / retours à Sainte Croix plusieurs fois par semaine, tu ne progresses toujours pas.

Nous avons peut-être une solution : un entraînement complet, structuré et guidé.

Plusieurs solutions existent :

- Suivre un plan générique trouvé par hasard dans un magasin spécialisé. Oui, mais peut-être non adapté à tes capacités et à tes envies.
- Suivre un plan sur les plateformes telles que SWIFT, ROUVY, Oui, un bon début...
- Se faire coacher par un vrai professionnel qui analyse ton état de forme, ton potentiel et

qui adapte tes entraînements avec tes objectifs. Très efficaces mais onéreux.

- Et pourquoi ne pas utiliser de l'intelligence artificielle ?

Nous vous proposons donc de tester la puissance de l'IA afin de te guider dans la création d'un plan d'entraînement personnalisé.

Dans les pages suivantes, tu découvriras un exemple de diverses syntaxes permettant la création d'un plan d'entraînements de tes rêves à travers l'IA la plus connue : **ChatGPT.**

N'hésite pas à partager ton expérience et tes questions à tous sur le divers supports du club VCB Email, WhatsApp, Instagram... et surtout lors de nos sorties club hebdomadaires !



Quand Chat GPT devient ton entraîneur personnel

Copiez et collez le texte ci-dessous, remplissez les champs, puis collez l'invite dans ChatGPT (<https://openai.com/fr-FR/index/chatgpt/>)

Ce qui suivi ci-dessous est un exemple qui peut servir de base de travail, libre à toi de le modifier et/ou de l'améliorer.
(Traduit de l'anglais)

ChatGPT, j'aimerais que tu deviennes mon nouveau coach cycliste et que tu m'aides à créer un programme d'entraînement personnalisé.

Voici quelques informations pour t'aider à concevoir un programme adapté à mes objectifs, à mon calendrier et à mon mode de vie :

- Je suis cycliste amateur, pas athlète de haut niveau, mais je cherche à progresser.
- Mon temps d'entraînement est limité, je recherche donc un programme qui privilégie les entraînements rentables, optimisant les résultats dans le temps que je peux y consacrer.
- Format : Présentez le programme sous forme de journal avec les entraînements quotidiens, répartis comme suit :
 - Entraînements en salle : Incluez un entraînement Zwift correspondant à la séance (base de données ici : [Zwift Workouts](<https://whatsonzwift.com/workouts/>)).
 - Sorties en extérieur : Simplifiez-les et divertissez-les ; inutile de consulter constamment vos statistiques.
- Au cours des deux premières semaines, aidez-moi à établir des points de référence pour suivre mes progrès.
- Limitez les tests à un par semaine et privilégiez-les à l'entraînement, car la météo n'est pas idéale pour les tests en extérieur.
- Indiquez-moi comment vous fournir un feedback hebdomadaire afin que vous puissiez adapter le programme au fur et à mesure.
- Présentez le plan d'entraînement sous forme de tableau pour une consultation facile.
- Inclure des descriptions claires de chaque entraînement et de son objectif (par exemple, endurance, puissance, récupération).
- Si un entraînement est de niveau Z2 ou Z3, indiquez les paramètres (par exemple, puissance, cadence élevée ou niveau d'effort) auxquels il doit être effectué.



Quand Chat GPT devient ton entraîneur personnel

Copiez et collez le texte ci-dessous, remplissez les champs, puis collez l'invite dans ChatGPT

SECTION PERSONNALISABLE

Objectifs :

1. Mon objectif principal en cyclisme est _____ (par exemple, terminer une sortie de 160 km, améliorer mon FTP de 20 %, m'entraîner pour un événement/défi spécifique).
2. Mon objectif secondaire en cyclisme est de _____ (par exemple, améliorer mes efforts de puissance de 5 minutes, établir un KOM dans ma montée locale).
3. Je souhaite atteindre cet objectif d'ici le _____ (date ou échéance précise).

Niveau de forme physique actuel :

1. Je fais actuellement du vélo _____ (par exemple, nombre de fois par semaine) et je fais un temps total de _____ par semaine (par exemple, 5 à 6 heures en moyenne).
2. Mon entraînement consiste en _____ (par exemple, principalement des sorties faciles en zone 2 avec quelques fractionnés).
3. En plus du vélo, je pratique également _____ (par exemple, course à pied, natation, musculation) environ _____ (fréquence par semaine).
4. Mon FTP actuel est de _____ (si connu).

Limites :

1. Je peux consacrer environ _____ (heures par semaine) à l'entraînement.
2. L'équipement dont je dispose comprend _____ (par exemple, vélo de route, vélo gravel, vélo de contre-la-montre, home trainer) et j'aimerais m'entraîner à un ratio d'environ _____ (par exemple, 50 % en intérieur / 50 % en extérieur).
3. J'ai les limitations ou blessures suivantes à prendre en compte : _____ (veuillez les indiquer).

Mesures :

1. Je surveille mes sorties à vélo avec _____ (par exemple, cardio-fréquencemètre, capteur de puissance) et mes statistiques habituelles sont _____ (par exemple, FTP, fréquence cardiaque, cadence).



Quand Chat GPT devient ton entraîneur personnel

Copiez et collez le texte ci-dessous, remplissez les champs, puis collez l'invite dans ChatGPT

J'aime/Je n'aime pas :

1. Ce que je préfère en cyclisme, c'est _____ (par exemple, longues sorties, sorties en groupe, sorties sur terrain plat, sorties en côte).
2. J'ai des difficultés avec _____ (par exemple, fractionnés, montées) ou je n'aime pas ces activités, mais j'aimerais (ou non) m'améliorer.
3. Je souhaite également ajouter _____ (par exemple, yoga, séances de gym) à ma routine.



Soyez toujours à l'écoute de votre corps et faites preuve de discernement lorsque vous suivez un programme d'entraînement.

En cas de doute ou de besoins spécifiques, nous vous recommandons de consulter un coach cycliste qualifié ou un professionnel du fitness afin de vous assurer que votre entraînement est sûr et adapté à vos objectifs et à vos capacités.

Votre santé et votre sécurité doivent toujours primer !

Présents

1. Jean-Pierre REVOL
2. Pierre-Yves COUDERT
3. Dominique AUDIGIER
4. Jean-Michel DUPEUBLE
5. Xavier BERTEAU
6. Michel MAZZOCCO
7. René CHARRY
8. Gilles ARNAUD
9. Jean-Louis FAUROUX

Excusés

1. Bernard RAGARU
2. Gilles ARNAUD

Ouverture de la séance à 18h30

1- Rétroplanning :

- Dimanche 14 Septembre => Reconnaissance circuits courses
- Vendredi 19 Septembre 18h30 => Briefing des bénévoles (centre Minssieux)
- Dimanche 21 Septembre => Reconnaissance rando 8h
- Mercredi 24 au samedi 27 Septembre => Balisage des circuits
- Remerciement bénévoles et partenaire => Vendredi 10 Octobre à 19h (18h30 pour la Commission)

2- Relance des bénévoles :

- Relances nécessaires sur appel bénévole de Muriel => Affectation des relances au sein de la Commission

3- Parcours marche 8 kms :

- Danger au retour sur 200m où le parcours cohabite avec les coursiers
- Passage par la Jamayère
- Maintient du barnum avec circuit affiché de la rando + tables pour ravito

4- Communication :

- Facebook ok
- Relance J-20 sur les autres supports par Nicolas Bourgue
- Post Strava sur les groupes VTT par PY

5- Ravito & Cuisine :

- Tableaux transmis par Daniel Olivier sur organisations des ravitaillements et repas
- Inventaires au local à faire avec rubalise, flèches, poteaux, rilsans.

6- Diffusion des plaquettes :

- A poursuivre sur les rallyes VTT et les commerces manquants

7- Récompences :

- CULTURE VELO (1 BA 150€ + 8x25€), MORPHOLOGICS (9 BA à 30€ + 1 BA à 230€), HASTAG & AROBASE (BA à 50€) en cours par PY
- Relance SKODA par Xavier
- Relance KRYSS par PY
- CYCLEXPERT par JLF
- Montures KRYSS H et F transmises par PY à Michel
- 10 paquets cafés CAFEONE
- Morphologics 230€ 1^{er} au scratch + 9 à 30€ par catégorie

COMPTE RENDU HENRY ANGLADE vendredi 05 Septembre 2025 18h

- Commande de 54 médailles nécessaire (Décathlon)

8- **ADMINISTRATIF :**

- RAS sur les retour de mairie

9- **LA JAMAYERE :**

- Débroussaillage et tronçonnage prévu semaine prochaine avec Jean-Louis, Dominique, Jean-Michel

10- **MATERIEL :**

- Inventaire lundi matin 8h au garage

11- **Affichage circuits et balisage :**

- Gilles transmet les plans à PY pour impression
- Balisage la semaine avant du 24 au 27 Septembre

12- **Divers :**

- Réception des clefs avec le vigile le vendredi 26 Septembre 2025

Prochaine réunion à venir : Briefing Bénévoles Vendredi 19 Septembre 18h30
– Minssieux

Fin de la réunion à 20 H 30

Actualités de l'été



Les Balcons de l'Ain



montée de Chaussan



Reconnaissance HA



CHALLENGE VCB 2025

JUILLET : Activités du 1er au 31 juillet 2025

➤ Organisation (0)

➤ Épreuves sportives (6)

Rallye-Randonnée Route et VTT (0)

Course sur route FSGT (2)

- « **Championnat Fédéral route** » : le 05 et 06/07/2025 à Esserts Blay (74)

Ancien	Dominique Paquet (8 ^{ème})
Super Ancien	Marcel Nollot (2 ^{ème}), Jean Louis Fauroux (8 ^{ème})

Points bonus : 12 points à Marcel pour sa 2^{ème} place dans la catégorie (70+).

- « **39ième course cycliste d'Hauterive** » : le 20/07/2025 – **Coupe des coursiers – épreuve n°16**

Annulée

Grimpée chronométrée (1)

- « **CLM Grimpée du Grand Colombier** » : le 06/07/2025 à Culoz (01).

Pas de participation du VCB

Cyclosportive (3)

- « **Les Copains - Cyfac** » : le 05/07/2025

FFC – Ambert (63) –montagne– 121 km (3406 m) ; 114 km (2063 m) ; 87 km (1693 m)

Participation de 2 adhérents du VCB : 1 sur le 121 km et 1 sur le 87 km

121 km

Judicaël Emerite :	Scratch (237 ^{ème} / 548)	Cat M31-40 (51 ^{ème} / 113)	Tps : 05 :33 :35	moy : 21,76 km/h
--------------------	------------------------------------	--------------------------------------	------------------	------------------

87 km

Frédéric Delayre :	Scratch (82 ^{ème} / 274)	Cat M61-70 (10 ^{ème} / 42)	Tps : 03 :38 :47	moy : 23,86 km/h
--------------------	-----------------------------------	-------------------------------------	------------------	------------------

Points bonus : 1 à Frédéric pour sa 10^{ème} place en catégorie d'âge.

- « **La Grenobloise cyclosportive** » : le 06/07/2025

FFC – Eybens (38) –montagne– 130 km (3500 m) ; 92 km (2500 m) ; 45 km (1300 m)

Pas de participation du VCB.

- « **L'étape du tour** » : le 20/07/2025

FFC – Albertville (73) – haute montagne – 131 km (4500 m)

Participation de 3 adhérents du VCB : 3 sur le 131 km

131 km

Y. Morvan :	Scratch (1442 ^{ème} / 13784)	Cat M2 (322 ^{ème} /2043)	Tps :06 :18 :46	moy : 20,67 km/h
J. Emerite :	Scratch (4933 ^{ème} / 13784)	Cat M3 (738 ^{ème} /1886)	Tps :07 :37 :11	moy : 17,13 km/h
T. Bernet :	Scratch (10265 ^{ème} / 13784)	Cat M5 (944 ^{ème} /1345)	Tps :10 :24 :47	moy : 13,94 km/h

Points bonus : Aucun, seulement les 30 points de participation.

CHALLENGE VCB 2025

AOUT : Activités du 1er au 31 août 2025

➤ Organisation (0)

➤ Épreuves sportives (6)

Rallye-Randonnée Route et VTT (0)

Course sur route FSGT (1)

- « **Prix de Balbigny** » : le 03/08/2025 à Balbigny (42)

Catégorie 1/2	
Catégorie 3	
Catégorie 4	Marcel Nollot (5 ^{ème})
Catégorie 5	Jean-Claude Frassanito (1^{er}), Joël Chomaud (3^{ème})

Points bonus : 16 points à Jean-Claude pour sa victoire et 10 à Joël pour sa 3^{ème} place dans la catégorie 5. 6 points à Marcel pour sa 5^{ème} place en catégorie 4.

Grimpée chronométrée (1)

- « **CLM Grimpée La Verticale du Thou** » : le 31/08/2025 à Culoz (01).

Pas de participation du VCB

Cyclosportive (4)

- « **Lélex-Pays de Gex Cyclo** » : le 09/08/2025
FFC – Lélex Monts Jura (01) –vallonné– 120 km (2495 m) ; 81 km (1321 m)

Pas de participation du VCB.

- « **L'Etape Sanfloraine** » : le 10/08/2025
FFC – St Flour (15) – moyenne montagne – 159 km (3202 m), 122 km (2324 m), 86 km (1747 m)

Pas de participation du VCB.

- « **La Louis Pasteur** » : le 24/08/2025
FFC – Dôle (39) – vallonné – 130 km (1500 m), 80 km (800 m)

Pas de participation du VCB.

- « **Dvélos lac d'Annecy** » : le 24/08/2025
FFC – Saint Jorioz(74) – Haute montagne – 125 km (2850 m), 100 km (1900 m) et 55 km (1150 m)

Pas de participation du VCB

Prévisionnel : Septembre - Octobre

➤ **Organisation (1) :**

« **La Henry Anglade** » : Le **28/09/2025**

- Randonnée + Chrono VTT – Draisienne - Randonnée pédestre

- 1^{er} jour (27/09) : Installation et préparation (50 points)
- 2^{ème} jour (28/09) : Missions et rangement (50 points)

➤ **Epreuves sportives (26)**

Rallye-Randonnée Route et VTT (3)

- « **Reconnaissance Henry Anglade VTT – 1^{ère} session** » : le 14/09/25

- « **Randonnées Les Vel'Ollières** » : le 14/09/25 (Route et VTT)

Voir détails sur www.cyclismerhonefsgt.fr

- « **Reconnaissance Henry Anglade VTT – 2^{ème} session** » : le 21/09/25

Course sur route FSGT (3)

Voir détails des courses en consultant les affiches sur le site internet cyclismerhonefsgt.fr

- « **GP cycliste de Vénissieux Parilly** » : le 13/09/2025 - **Coupe des coursiers – épreuve n°17**

- « **Grand Prix R+R** » : le 21/09/2025 – à St Vulbas (01) - **Coupe des coursiers – épreuve n°18**

- « **42^{ème} Prix de Romans** » : le 27/09/25 - Romans (01) - **Coupe des coursiers – épreuve n°19**

Course VTT XC - Gravel FSGT (2)

Voir détails des courses en consultant les affiches sur le site internet cyclismerhonefsgt.fr

- « **La Henry Anglade VTT** » : le 28/09/2025 - Dernière épreuve du challenge VTT FSGT

- « **Championnat fédéral VTT** » : le 25 et 26/10/2025 -

Grimpée chronométrée (1)

Voir détails des courses en consultant les affiches sur le site internet cyclismerhonefsgt.fr

- « **27^{ème} Grimpée de Chaussan** » : le 06/09/2025

Classements par catégories d'âge

Contre La Montre (6)

Voir détails des courses en consultant les affiches sur le site internet cyclismerhonefsgt.fr

- « **Chronos de Corbas** » : le 07/09/2025

- « **10^{ème} Gentleman du plateau de Brenod** » : le 27/09/2025

- « **CLM + Gentleman Cours et Buis** » : le 05/10/2025

- « **CLM + Gentleman du Poulet** » : le 12/10/2025

- « **CLM + Gentleman St André d'Huiriat** » : le 19/10/2025

- « **CLM + Gentleman de Culoz souvenir Gérard Actis** » : le 26/10/2025

Cyclo-cross VTT (4)

Epreuves ouvertes à tous les licenciés pré-inscrits sur le site : <http://www.cyclismerhonefsgt.fr> avant le mardi minuit précédant l'épreuve - VTT autorisé sans corne.

Voir détails des courses en consultant les affiches sur le site internet cyclismerhonefsgt.fr

- « **Cyclo-cross de Genas** » : le 04/10/2025 - **Challenge FSGT des cyclo-cross – épreuve n°1**
- « **Cyclo-cross de Saint Priest** » : le 11/10/2025 - **Challenge FSGT des cyclo-cross – épreuve n°2**
- « **Cyclo-cross de Chatonnay Saint-Anne** » : le 19/10/2025 - **Challenge FSGT des cyclo-cross – épreuve n°3**
- « **Cyclo-cross des Lônes-Grigny** » : le 25/10/2025 - **Challenge FSGT des cyclo-cross – épreuve n°4**


Cyclosportive (3)

- « **La Rémi Cavagna** » : le 07/09/2025
FFC – Saint Just en Chevalet 42) – Moyenne montagne – 150 km (2343 m), 107 km (1500 m) et 68 km (1200 m)
Prix : 45 € à www.cyclosportive-laremicavagna.com
- « **La Drômoise** » : le 21/09/2025
FFC - Die (26) – vallonnée – 138 km (2200 m); 115 km (1800 m) et 78 km (1300 m)
Prix : 52 € - www.cyclodromoise.fr
- « **Le Raid des Alpilles** » : le 19/10/2025
FFC – Maussanne les alpilles (13) – vallonnée – 120 km (1150 m); 96 km (880 m)
Prix : à partir de 35 € - www.cycling-challenge.fr/raid-des-alpilles


Epreuve VTT (4)

- « **L'Ecureuil du pays viennois (36ème édition)** » : le 07/09/2025
Formules chrono et rando ; Renseignements – tel : 04 26 05 29 06 - www.cvac.fr/ecureuil.htm
- « **La Forestière** » : le 20 et 21/09/2025
Plusieurs parcours rando et chrono dans le Jura. Voir détails sur le site internet ci-dessous.
www.la-forestiere.com
- « **La Henry Anglade VTT** » : le 28/09/2025
Formules chrono et rando
- « **Le Roc d'Azur** » : du 8 au 12/10/2025
(83) Fréjus (Base nature François Léotard) - Renseignements - www.rocazor.com

CHALLENGE VCB 2025

<div><div>Classement provisoire au 31/08/2025</div></div>			Course sur route Fédéral FSGT Evires 05/07/25	Cyclospor t e Les Copains d'Ambert 05/07/25	Cyclospor t ve La Grenobloise 06/07/25	CLM grimpée du Grand Colombier 06/07/25	Cyclo sportive Etape du Tour 20/07/25	Course sur route Balbigny 03/08/25	Cyclospor t e Lélex pays de Gex 09/08/25	Cyclospor t e L'étape Sanfloraine 10/08/25	Cyclospor t e D'vélos lac Annecy 24/8/25	Cyclospor t e La Louis Pasteur 24/8/25	CLM La Verticale du THOU 31/8/25	Tot.
1	OLIVIER	Daniel												324
2	REVOL	Jean-Pierre												310
3	FAUROUX	Jean Louis	4											304
4	PIRAT	Abel												290
5	BERTEAU	Xavier												290
6	FRASSANITO	Jean Claude						16						290
7	CHOMAUD	Joël						10						284
8	NOLLOT	Marcel	12					6						277
9	DUPEUBLE	Jean-Michel												272
10	BELIN	Jean Michel												254
11	BRUN	Pierre												254
12	COUDERT	Pierre-Yves												234
13	HAUSTRATE	Jean-Luc												204
14	OLIVIER	Annette												200
15	BELIN	Muriel												200
16	DI RUZZA	Mario												200
17	MOLLON	Michel												200
18	LANARD	Benoit												196
19	DELORME	Anthony												188
20	VIEL	Marc												184
21	PEGEON	Martine												168
22	ANDRE	Alain												160
23	ROBACZEWSKI	Nicolas												152
24	GODON	Bruno												150
25	GODON	Valérie												150
26	CHOMAUD	Maryse												150
27	REFK	Amandine												150
28	RAGARU	Bernard												150
29	DELAYRE	Frédéric		31										145
30	TAMBELLINI	Marie Claude												138
31	GUYOT	Sylvain												134
32	PAQUET	Francis												132
33	ARNAUD	Gilles												130
34	EMERITE	Judicaël		30			30							120
35	CHAMERAT	Valérie												116
36	PEILLON	Jean Noël												116
37	TABERLET	Sylvie												104
38	DESRAYAUD	Alain												100
39	JANET	Christian												100
40	WNEK	Guy												100
41	HAUSTRATE	Dominique												100
42	REFK	Younes												100
43	MOUGIN	Vincent												100
44	PAQUET	Dominique	4											98
45	BERNET	Thomas					30							98
46	PEILLON	Eddy												90
47	RASPAIL	Guillaume												90
48	CHAPUIS	Jean-Pierre												76
49	BRUYERE	Alain												72
50	CATRY	Xavier												67
51	FABRE	Emmanuel												64
52	BOURG	Camille												62
53	FRAGNAUD	Clément												62
54	BOFFETY	Florian												60
55	MORVAN	Yannick					30							60
56	CHARRY	René												54
57	PECHERIC	Bruno												54
58	CHABANCE	Pascal												54
59	TREVES	Alain												50
60	FAURE	Gérard												50
61	MOLLON	Christiane												50

CHALLENGE VCB 2025

 Classement provisoire au 31/08/2025		Course sur route Fédéral FSGT Evres 05/07/25	Cyclosportiv e Les Copains d'Ambert 05/07/25	Cyclosportiv e La Grenobloise 06/07/25	CLM grimpée du Grand Colombier 06/07/25	Cyclo sportive Etape du Tour 20/07/25	Course sur route Balbigny 03/08/25	Cyclosportiv e Lélex pays de Gex 09/08/25	Cyclosportiv e L'étape Sanfloraine 10/08/25	Cyclosportiv e D'vélos lac Annecy 24/8/25	Cyclosportiv e La Louis Pasteur 24/8/25	CLM La Verticale du THOU 31/8/25	Tot.
62	AZAIS Marc												50
63	BOURGUE Nicolas												50
64	CIOLINO Antoine												50
65	DUPERRON Nicolas												50
66	BOTTI Guillaume												50
67	COUDERT Aurélien												50
68	LE SAUX Erwan												50
69	AUDIGIER Dominique												46
70	CHAPELLE Pierre												30
71	ANQUETIL Gabriel												30
72	LEMIRE François												30
73	DUBOUIS Hervé												4
74	CARDINAL Marie Pierre												4
75	PEILLON Antoine												4
76	MARTY Albert												4
77	MEYNAUD Thierry												4
78	POYOL Georges												4
79	TRIBOT Daniel												4
80	TISSANDIER Pierre												0
81	MAZZOCCO Michel												0
82	DELORME André Jean												0
83	GRILLON Pierre												0
84	NIGON Roger												0
85	TERZANI Mattéo												0
86	DESROCHES Maurice												0
87	RIONDET Marc												0
88	VETTRAINO Jérôme												0
89	DEMIAZ Maurice												0
90	MERLE Eric												0
91	PAGOT Alexandre												0
92	JOLY Nicolas												0
93	HENOT Rodolphe												0
94	GIBERT Maxime												0
95	JALLADE Bastien												0
96	RAGOT Fabrice												0
97	DEPREZ Robert												0
98	JOLIVET Pascal												0
99	MONNET Brigitte												0
100	PAILLARD Etienne												0
101	ROSILLO Joseph												0
102	VERMOREL Annick												0
103	VINCENT Olivier												0
													9645

Points Bonus distribués :

Aux top 10 des cyclosportives et/ou des épreuves VTT :

Aux podiums des CLM et du challenge des C-C :

Aux top 5 des courses en ligne et/ou de VTT : Jean-Claude Frassanito, Joël Chomaud et Marcel Nollot

Aux vainqueurs de championnats :

Rappel : Pour déclarer sa participation aux rallyes sur route et randonnées VTT et bénéficier des points challenge, veuillez prévenir JM Belin par email ou téléphone : jeanmichel.belin@free.fr
 sur internet. (je me débrouille) Tel : 04 72 31 02 21. Pour les autres épreuves les résultats sont accessibles






VC BRIGNAIS - Parcours route MaJ 31082025.xlsx
31/08/2025



VELO CLUB DE BRIGNAIS

Parcours route OCTOBRE 2025

Départs fixés à 13h30 les Samedis au Briscope & à 8h30 les Dimanches à la salle du Garon BRIGNAIS

samedi 4 octobre & dimanche 5 octobre 2025		samedi 11 octobre & dimanche 12 octobre 2025		samedi 18 octobre & dimanche 19 octobre 2025		samedi 25 octobre & dimanche 26 octobre 2025	
Le LONG	Le COURT	Le LONG	Le COURT	Le LONG	Le COURT	Le LONG	Le COURT
Parcours unique	97 KM & 1599 D+	97 KM & 14491 D+	83 KM & 1007 D+	105 KM & 1821 D+	84 KM & 1431 D+	96 KM & 1451 D+	80 KM & 1332 D+
à définir	VCB083	VCB084	VCB085	VCB086	VCB087	VCB088	VCB088b
<div></div> <div></div> <div>X</div> <div></div> <div>Départ BRISCOPE 13h30</div>	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais
	Orléanas	Givors	Givors	Soucieu en Jarrest	Soucieu en Jarrest	St Laurent d'Agn y	St Laurent d'Agn y
	St Laurent d'Agn y	Rive de Gier	Saint Romain en Gier	Thurins	Thurins	Mornant	Mornant
	Mornant	Trèves		Rontalon	Rontalon	St Sorlin	St Sorlin
	Rontalon	Ech alas	Ech alas	Ht Marjon	Ht Marjon	Riverie	Riverie
	St Martin en Ht	Croix Régis	Croix Régis	Chaussan	Chaussan	Ste Catherine	Ste Catherine
	Le Nezel	Les Haies	Les Haies	St André la Côte	St André la Côte	St Martin la Plaine	St Romain en Jarez
	Larajasse	Condrieu	Condrieu	Riverie	Riverie	Col de la Gachet	Col de la Gachet
	Châtelus	La Chapelle Villars	La Chapelle Villars	Ste Catherine	Ste Catherine	St Christo en Jarez	St Christo en Jarez
	St Symphorien s/Coise	Col de Grenouze	Col de Grenouze	But d'Arpin	L'Aubepin	But d'Arpin	St Appolinaire
	Pomeys	Dizimieux	Dizimieux	Marcenod		L'Aubepin	
		Rive de Gier	Rive de Gier	Coise		Ste Catherine	Ste Catherine
	Grézieu le Marché	Givors	Givors	Pt Colas		Riverie	Riverie
	Aveize	Brignais	Brignais	Larajasse	Larajasse	St Sorlin	St Sorlin
	Duerne			Le Nezel	Le Nezel	Chaussan	Chaussan
	Col des Brosses			St Martin en Ht	St Martin en Ht	Ht Marjon	Ht Marjon
	Maison Blanche			Yzeron	Yzeron	Soucieu en Jarrest	Soucieu en Jarrest
	Brindas			Col de Malval	Col de Malval	Brignais	Brignais
	Chaponost			Vaugneray	Vaugneray		
	Brignais			Chaponost	Chaponost		
				Brignais	Brignais		



VELO CLUB DE BRIGNAIS

Parcours route NOVEMBRE & DECEMBRE 2025

Départs fixés à 13h30 les Samedis au Briscope & à 8h30 les Dimanches à la salle du Garon BRIGNAIS

samedi 1 novembre & dimanche 2 novembre 2025		samedi 8 novembre	samedi 15 novembre	samedi 22 novembre	samedi 29 novembre	samedi 6 décembre	samedi 13 décembre	samedi 20 décembre	samedi 27 décembre
Le LONG	Le COURT	Parcours unique	Parcours unique	Parcours unique	Parcours unique	Parcours unique	Parcours unique	Parcours unique	Parcours unique
85 KM & 1074 D+	82 KM & 955 D+	78 KM & 877 D+	89 KM & 966 D+	77 KM & 640 D+	78 KM & 635 D+	82 KM & 900 D+	74 KM & 114 D+	74 KM & 1006 D+	72 KM & 990 D+
VCB095	VCB096	VCB110	VCB111	VCB114	VCB112	VCB011	VCB093	VCB115	VCB116
Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais
Soucieu	Givors	Vourles	Irigny	Les Barolles	7 Chemins	Givors	Le Boulard	Les 7 Chemins	Chaponost
Thurins	Loire s/Rhône	Charly	Charly	Vourles	Givors	Loire/Rhône	Rte de Prasseytout	Montagny	Vaugneray
Brindas	D45E	Solaize	Millery	Charly	Loire-sur-Rhône	St Romain-en-Gal	Bas et Ht Marjon	Chassagny	Pollionnay
Mon Blanche	Le Recru	St-Symphorien-d'Ozon	Grigny	Vernaison	Vienne	Vienne	Chaussan	Saint-Martin-de-Cornas	Lentilly
Yzeron	Vienne	Simandres	Givors	Sérézin	> Pont-Evêque	Pont-Evêque	St Martin en Ht	Saint-Andréol-le-Château	Pont Dorieux
Col des Brosses	Pont Evêque	Marennes	Chasse-sur-Rhône	Communay	Charlemagne	Eyzin-Pinet	St André la Côte	Bellevue	Lozanne
Duerne	Septème	Col de Bel-Air	Chatenay	Bellair	Gemens	Meys siez	Riverie	Saint-Maurice-sur-Dargoire	Dommartin
St Symphorien/Coise	St Just Chaleyssin	Villette de Vienne	Chuzelles	Col de Bel-Air	Eyzin-Pinet	La Détourbe	St Didier s/Riverie	Saint-Didier-sous-Riverie	La Tour de Salvagny
Le Nezel	Valencin	Serpaize	Villette-de-Vienne	Villette de Vienne	Meys siez	Moidieu-Detourbe	Flassieux	La Jurière du Bas	Marcy l'Etoile
Ste Catherine	Chaponnay	Pont Eveque	Serpaize	Chasson	Cours-et-Buis	Septeme	La côte Boissin	Saint-Joseph	L'Hôpital
Riverie	Communay	Eyzin Pinet	Septème	Mollie et Marais	Jardin	Le Péage	Ste Catherine	La Madeleine	Grezieu-la-Varenne
St Sorlin	Ternay	Saint Sorlin de Vienne	St-Georges-d'Espiranche	Septème	Vienne	St-Just-Chaleyssin	But d'Arpin	Tartaras	Brindas
Mornant	Vernaison	Jardin	Valencin	Oytier-Saint-Oblas	Chasse-sur-Rhône	Valencin		Dargoire	Chaponost
St Laurent d'Agn y	Brignais	Vienne	Flassieu	Moidieu-Détourbe	Serézin	Chaponnay		Saint-Jean-De-Touslas	Soucieu-en-Jarrest
Brignais		Saint Romain en Gal	Chaponnay	> Eyzin-Pinet	Vernaison	Marennes	Le Nezel	Bellevue	Le Violon
		Loire sur Rhône	Marennes	Chaumont	Charly	Communay	St Martin en Ht	Mornant-la-Gare	Le Boulard
		Givros	Simandres	Gemens	Vourles	Ternay	Yzeron	Saint-Laurent-d'Agn y	Brignais
		Brignais	Saint-Symphorien d'Ozon	Pont-Evêque	Brignais	Serezin	Thurins	La Chapelle-Saint-Vincent	
			Solaize	Givors		Vernaison	Soucieu en Jarest	Montplan	
			Vernaison	Brignais		Charly	Brignais	Le Marjon	
			Charly			Vourles		Soucieu-en-Jarret (le Violon)	
			Brignais			Brignais		Le Boulard	
								Brignais	

VCB - Planning des circuits VTT

Saison 2025

RDV tous les dimanches matin au complexe Pierre Minssieux

Horaire d'hiver, du 16oct au 15 mars : RDV à 8h45 pour départ à 9h00

Horaire d'été, du 16mars au 15octobre : RDV à 8h20 pour départ à 8h30

Pour télécharger la trace .gpx, **se rendre sur OpenRunner et rechercher** via le nom du circuit ci-dessous.

[Lien vers OpenRunner](#)

Date	Nom circuit	Destination	Distance	Dénivelé	Commentaire
dimanche 28 septembre 2025	HENRY ANGLADE 2025 - Challenge VTT FSGT				
Samedi 4 Octobre	N° openrunner 18708912	Sortie partenaire ECOL MESSIMY	43	945	RV 13h30 Briscope
dimanche 12 octobre 2025	VCB_VTT027	Thurins - le barrage	45	885	
	VCB_VTT027 (2)	Thurins par Rontalon	32	650	
dimanche 19 octobre 2025	VCB_VTT028	Montagny - Tour de Chassagny	42	713	
	VCB_VTT028 (2)	Montagny - Millery	34	500	
dimanche 26 octobre 2025	VCB_VTT029	Rochefort	47	1180	
	VCB_VTT029 (2)	Le Bois Bachat	36	715	
dimanche 2 novembre 2025	VCB_VTT030	Croix du Ban / Luere / Malval	44	1020	
	VCB_VTT030 (2)	Pollionay	39	700	
dimanche 9 novembre 2025	VCB_VTT031	Mornant / St Andre	51	1200	
	VCB_VTT031 (2)	Brasserie du Loup	43	930	

PETITES ANNONCES



A vendre Vélo PINARELLO carbone taille 51

+
1 paire de roues

1 500€

contact **ABEL 06 22 03 73 36**

PARTENAIRES 2025 du VC BRIGNAIS

