



L'info du V.C.B

SEPTEMBRE 2025 n°284

Bulletin d'information du Vélo-Club de Brignais



L'AUTOMNE EST LA

Siège social : 3, Boulevard des sports 69530 BRIGNAIS

Site internet: www.velo-club-brignais.com



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	





EDITO >> Jean Michel Belin - Président

Vélo Club de Brignais

Salle du Garon3, boulevard des Sports 69530 BRIGNAIS
Agrement 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 illustré 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 enchainement 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 octRV 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





Electricité • Chauffage • Domotique

SORTIE Route et VTT

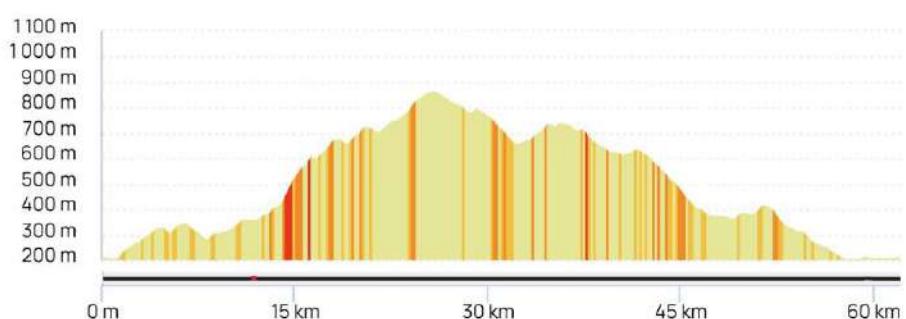
Samedi 04 Octobre 2025

DEPART BRISCOPE BRIGNAIS A 13H30
RDV Sté ECOL à MESSMY 14H



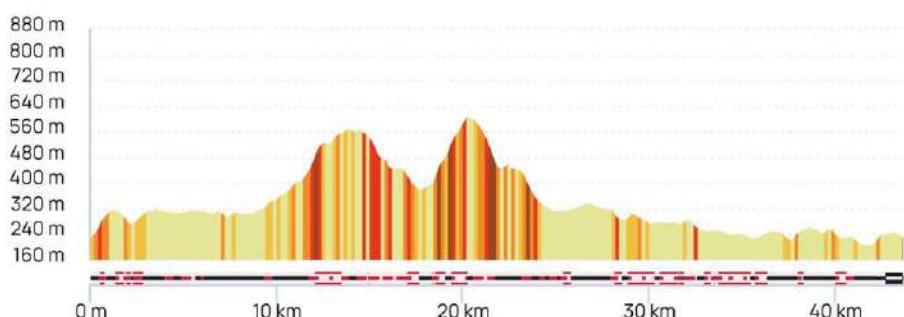
ROUTE : 62 kms - Dénivelé 1017m		https://www.openrunner.com/route-details/2243836
VTT : 43 kms - Dénivelé 945m		https://www.openrunner.com/route-details/18708912

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, veillez 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, veillez 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 suit 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, cardiofréquencemètre, 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 !

COMPTE RENDU HENRY ANGLADE vendredi 05 Septembre 2025 18h

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 KRYSTAL par PY
- CYCLEXPERT par JL
- Montures KRYSTAL 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 Delaire :	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 (322ème/2043)	Tps :06 :18 :46	moy : 20,67 km/h
J. Emerite :	Scratch (4933 ^{ème} / 13784)	Cat M3 (738ème/1886)	Tps :07 :37 :11	moy : 17,13 km/h
T. Bernet :	Scratch (10265 ^{ème} / 13784)	Cat M5 (944ème/1345)	Tps :10 :24 :47	moy : 13,94 km/h

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

CHALANGE 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 précédent l'épreuve - VTT autorisé sans corne.
Voir détails des courses en consultant les affiches sur le site internet [cyclismerhonefsgt.fr](http://www.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.rocazur.com

CHALENGE VCB 2025



Classement provisoire
au 31/08/2025

CHALENGE VCB 2025

 Classement provisoire au 31/08/2025		Course sur route Fédéral FSGT Evières 05/07/25	Cyclosportive Les Copains d'Ambert 05/07/25	Cyclosportive 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	Cyclosportive Lélex pays de Gex 09/08/25	Cyclosportive L' étape Sanfloraine 10/08/25	Cyclosportive Dvélos lac Annecy 24/8/25	Cyclosportive La Louis Pasteur 24/8/25	CLM La Verticale du THOU 31/8/25	Tot.
62	AZIAS	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	DUBOIS	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	MAZZOCCHIO	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 :

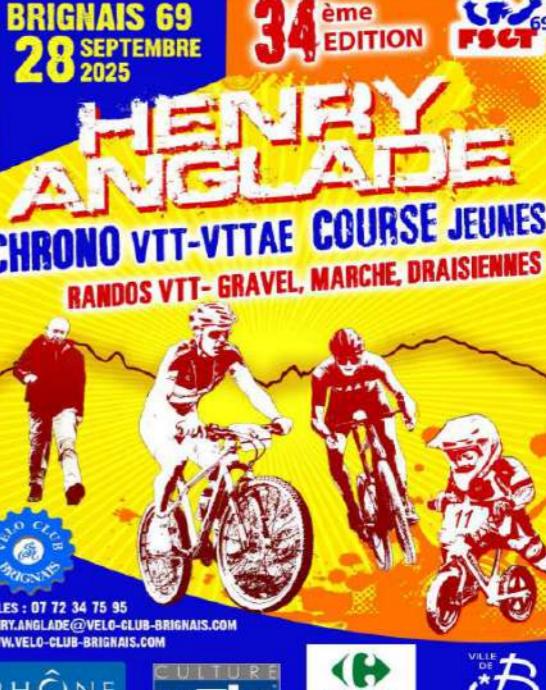
Rappel : Pour déclarer sa participation aux rallyes sur route et randonnées VTT et bénéficier des points challenge, veuillez prévenir JM Belin par email ou téléphone : jeanmichel.belin@free.fr
Tel : 04 72 31 02 21. Pour les autres épreuves les résultats sont accessibles sur internet. (je me débrouille)



VELO CLUB DE BRIGNAIS

Parcours route SEPTEMBRE 2025

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

samedi 6 septembre & dimanche 7 septembre 2025		samedi 13 septembre & dimanche 14 septembre 2025		samedi 20 septembre & dimanche 21 septembre 2025		dimanche 28 septembre
Le LONG	Le COURT	Le LONG	RECONNAISSANCE	Le LONG	RECONNAISSANCE	HENRY ANGLADE VTT
89 KM & 1246 D+	83 KM & 1079 D+	99 KM & 1278 D+	HENRY ANGLAGE VTT	93 KM & 1322 D+	VCB077	
VCB078	VCB079	VCB140				
Brignais	Brignais	Le Pilat en 5 Cols	 Départ BRISCOPE 9h00 PARCOURS VTT HA 2025 à définir	Brignais	 Départ BRISCOPE 9h00 PARCOURS VTT HA 2025 à définir	
Chaponost	Chaponost	Brignais		7 Chemins		
Mon Blanche	Maison Blanche	Givors		Orliénas		
Yzeron	Yzeron	Col du Bourin 471m		St Laurent d'Agny		
Croix de Pars	Col des Brosses	Col de la Croix Régis 503 mè		Mornant		
Montromant	Duerne	Col du Pilon 408m		St Sorlin		
Ste Foy l'Argentière	Aveize			Riverie		
Grézieu le Marché	Grézieu le Marché			Ste Catherine		
St Symphorien/Coise	St Symphorien/Coise			Le Nezel		
Ste Catherine	Ste Catherine	Col de Pavezin 651 mètres		Larajasse		
Riverie	Riverie			L'Aubépin		
Mornant	Mornant			St Christo en Jarrest		
St Laurent d'Agny	St Laurent d'Agny	Collet de Doizieux 946m		Col de la Gachet		
Brignais	Brignais	Doizieux		Valfeury		
		La Terrasse-sur-Dorlay		Cellieu		
		Saint-Paul-en-Jarez		Rive de Gier		
		La Grand Croix		Givors		
		Rive de Gier		Brignais		
		Givors				
		Brignais				



VELO CLUB DE BRIGNAIS

Parcours route OCTOBRE 2025

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



VELO CLUB DE BRIGNAIS

Parcours route NOVEMBRE & DECEMBRE 2025

Départs fixés à 13h30 les Samedis au Brisque & 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
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+
VCB095	VCB096	VCB110	VCB111	VCB114	VCB112	VCB011	VCB093	VCB115
Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais	Brignais
Soucieu	Givors	Vourles	Irigny	Les Barolles	7 Chemins	Givors	Le Boulard	Les 7 Chemins
Thurins	Loire s/Rhône	Charly	Charly	Vourles	Givors	Loire/Rhône	Rte de Prasseytout	Montagny
Brindas	D45E	Solaize	Millery	Charly	Loire-sur-Rhône	St Romain-en-Gal	Bas et Ht Marjon	Chassagny
Mon Blanche	Le Recru	St-Symphorien-d'Ozon	Grigny	Vernaison	Vienne	Vienne	Chaussan	Saint-Martin-de-Cornas
Yzeron	Vienne	Simandres	Givors	Sérézin	> Pont-Evêque	Pont-Evêque	St Martin en Ht	Saint-Andréol-le-Château
Col des Brosses	Pont Evêque	Marennes	Chasse-sur-Rhône	Communay	Charlemagne	Eyzin-Pinet	St André la Côte	Bellevue
Duerne	Septème	Col de Bel-Air	Chatenay	Bellair	Gemens	Meyssiez	Riverie	Saint-Maurice-sur-Dargoire
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
Le Nezel	Valencin	Serpaise	Villette-de-Vienne	Villette de Vienne	Meyssiez	Moidieu-Détourbe	Flassieux	La Jurière du Bas
Ste Catherine	Chaponnay	Pont Eveque	Serpaise	Chasson	Cours-et-Buis	Septeme	La côte Boissin	Saint-Joseph
Riverie	Communay	Eyzin Pinet	Septème	Mollie et Marais	Jardin	Le Péage	Ste Catherine	La Madeleine
St Sorlin	Ternay	Saint Sorlin de Vienne	St-Georges-d'Espéranche	Septème	Vienne	St-Just-Chaleyssin		Tartaras
Mornant	Vernaison	Jardin	Valencin	Oytier-Saint-Oblas	Chasse-sur-Rhône	Valencin		Dargoire
St Laurent d'Agny	Brignais	Vienne	Flassieu	Moidieu-Détourbe	Sérézin	Chaponnay		Saint-Jean-De-Touslas
Brignais		Saint Romain en Gal	Chaponnay	> Eyzin-Pinet	Vernaison	Marennes	Le Nezel	Bellevue
		Loire sur Rhône	Marennes	Chaumont	Charly	Communay	St Martin en Ht	Mornant-la-Gare
		Givors	Simandres	Gemens	Vourles	Ternay	Yzeron	Saint-Laurent-d'Agny
		Brignais	Saint-Symphorien d'Ozon	Pont-Evêque	Brignais	Serezin	Thurins	La Chapelle-Saint-Vincent
			Solaize	Givors		Vernaison	Soucieu en Jarret	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

