

L'ESPEROU - 30- Dimanche 26 Juin 2011

Rando à allure libre au cœur du
massif de l'Aigoual et XC
pour tous!

23^e MIDILIBRE VTT AIGOUAL

2 parcours RANDO du CG-30 km et FENIOUX- 45 KM
1 rand'Aigoual familiale de 17 km
& XC'Aigoual à partir de 7 ans
comptant pour coupe régionale

RENSEIGNEMENTS : www.midilibre-velo-aigoual.com

Midi Libre

Fenioux
multi-SPORTS®
www.laboratoires-fenioux.com



la Région
Languedoc
Roussillon


LE GARD
CONSEIL GENERAL

COMMUNAUTÉ
DE
COMMUNES
DE L'AIGOUAL

PAYS
Viganais
cévennes

EDITO

Toujours du nouveau pour le VTT au sommet de l'Aigoual ! La vice doyenne des manifestations VTT Française vous propose cette année pour la 23eme MIDI LIBRE VTTAIGOUAL un parcours XCO court, ludique et ... ouvert à tous ceux qui veulent faire chauffer leurs mollets !! Comme la rando, cela peut se faire entre amis en améliorant les passages entre les 2 ou 3 tours selon les catégories...

Pour les parcours Rando CG-30km et Fenioux-45km du nouveau avec des parcours inédits qui vous permettront d'aller surplomber la Vallée de la Dourbie, ce qui n'avait pas été le cas depuis quelques années. L'objectif du 30 km, énorme bol d'air abordable au plus grand nombre et du 45-50 km la même chose avec en prime de bons passages techniques (inaccessibles le reste de l'année) sur la Vallée du Trevezel.

Enfin, les parcours et courses XC des plus jeunes seront également le plus soignés possibles. Nous vous attendons nombreux.

Les habitants des villages de l'Aigoual et les enthousiastes membres du Vélo club Mont Aigoual Pays Viganais Cévennes.

Samedi 25 Juin

Retrait des plaques, reco du parcours xc et, à partir de 16h30 dernières inscriptions

sur place ou par Tel au 04 67 82 64 67 (+3€)

Dimanche 26 Juin

07h30 ouverture du site et retraits des plaques de cadre ; Début animation de Christian Veyrier sur le podium MIDI LIBRE
9H 00—>10 h 30 : Départ de la Rando Fenioux-50km avec départ groupé possible à 9h00, 9h30, 10h00 et 10h30
9h30 —> 11H00 : Départ de la Rando CG-30km et de la rando Famille avec départ groupé possible à 9h30, 10h00 et 11h00

MIDI LIBRE XC'AIGOUAL : (Circuit d'un peu moins de 10 KM)

Age dans l'année

10h30 : Kids'Aigoual un tour Spécial Kid —> avec 2 catés de 2003 et 2004 (microbes 7/8 Ans) & 2001 et 2002 (Poussins 9/10 ans)

10H45 Benjamins H et D 99 ET 2000 —> 2 demi tours !

11 H 15 : Minimes 97 et 98 1 tour

11 H 30 : Cadets H 95 et 96 pour 2 tours

11 H 40 : Dames —> Cadettes, Junior, Sénior Master pour 2 tours

13 H 00 : Hommes Juniors, seniors, Masters pour 3 tours

14 H 30 : début de la cérémonie de clôture avec tirage au sort du VTT de grande marque à l'issue.

Et toute la journée, animations à l'arrivée...

RENSEIGNEMENTS (Hébergement et manifestation)

O.T. Mont Aigoual Causses Cévennes

04 67 82 64 67

office-du-tourisme-causse@wanadoo.fr

office.tourisme.valleraugue@wanadoo.fr

www.midilibre-velo-aigoual.com

denis@cultureveloales.com



Mot du Parc National des Cévennes

Un parc national est un territoire d'exception, ouvert à tous et sous la responsabilité de chacun. Il est protégé par une réglementation. Merci de la respecter.

- Les chiens doivent être tenus en laisse, pour la tranquillité de la faune sauvage et des troupeaux.
- Ni cueillette, ni prélèvement. Animaux, plantes, minéraux font partie de notre patrimoine.
- Pas de feu, ses marques sont irréversibles, ses dégâts catastrophiques.
- Le camping est interdit; un réseau d'hébergements jalonne les différents itinéraires de randonnée. Si vous venez randonner à nouveau sur le massif, le VTT se pratique uniquement sur les chemins, pistes ou sentiers balisés. Partout ailleurs, la nature mérite également votre respect.

REGLEMENT....

Clauses générales de la MIDI LIBRE VTTAIGOUAL
Valables pour toutes les épreuves

1. Le règlement de la Fédération Française de Cyclisme est à respecter,
2. Même en rando, Port du casque rigide obligatoire.
3. Certificat médical de moins d'un an obligatoire mentionnant « apte à la pratique du cyclisme »
4. Respect des autres vététistes et des organisateurs.
5. Les « sans plaque de cadre » seront arrêtés pour des raisons de sécurité à l'entrée des sentiers privés
6. Respect de la nature et des autres utilisateurs. Ne jetez rien au sol.
7. Si vous venez à nouveau sur le massif, contentez vous des chemins et sentiers balisés.

8. Attention, en rando les croisements de route sont balisés mais les cyclistes ne sont pas prioritaires



Dietétique de l'effort

Fenioux multi-SPORTS®

Energie Marathon

DUO gagnant !
Pour cyclosportif et vététiste exigeant ne voulant pas finir... à pied !

Naturellement FORT !

Prochainement, ouverture d'une boutique en ligne

Gel Express

Boisson Energie Marathon

MAGNÉSIUM - ISOTOPIQUE

ENERGIE MARATHON

Fenioux multi-SPORTS®

Laboratoires FENIOUX
30, rue de la République
34000 Montpellier Cedex 03
Tel. : 02 54 27 16 94
www.laboratoires-fenioux.com

23ème MIDI LIBRE VTT AIGOUAL à L'ESPEROU

BULLETIN D'ENGAGEMENT

Nom : Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Année de naissance : Sexe :

Courriel : Tél :

Numéro de Rando

(Réservé organisation)

Licenciés FFC/ UFOLEP / FSGT/ FFCT / FFTRI : Joindre la copie de la licence.

N° de licence : Club :

Non Licenciés : Nous demandons de joindre un certificat médical de non contre indication à la pratique sportive de moins d'un an ou licence d'un autre sport avec certificat médical.

Autorisation parentale obligatoire sur papier libre pour les mineurs
Les jeunes de moins de 14 ans doivent être accompagnés sur la rando.
Parcours Midi Libre-20 KM ouvert à partir de 7/8 ans et la rando ludique de 30 km à partir de 12 ans

CHOIX DU PARCOURS

- MidiLibre Familiale-20km
- Rando CG 30 km ou Fenioux 50 km
- Midi Libre XC'Aigoual Compétition

26 JUIN 2011

TARIFS	licenciés	Non licenciés
Rando 20 30 et 50 XC'Aigoual ; cadets & plus jeunes Sans repas Photo individuelle offerte	7 €	9 €
Compèt' XC'Aigoual à partir de junior	11 €	13 €

INSCRIPTION et PAIEMENT entre le 22 et le 25 : + 3€
Tél. : 04 67 82 64 67



Inscriptions en ligne sur :
www.velo101.com

SPECIAL CLUB, FAMILLE ET GROUPE D'AMIS
7 inscriptions dans la même enveloppe,
Réglez en 6

Bulletin à renvoyer avant le 21 Juin 2011 à :

MIDI LIBRE VTTAIGOUAL chez Amélie et JF Barral 21 rue des Cistes 30 420 CALVISSON

Chèque à l'ordre du VC Mont Aigoual Pays Viganais

Seules les inscriptions accompagnées du règlement seront prises en compte. L'inscription implique l'adhésion au règlement

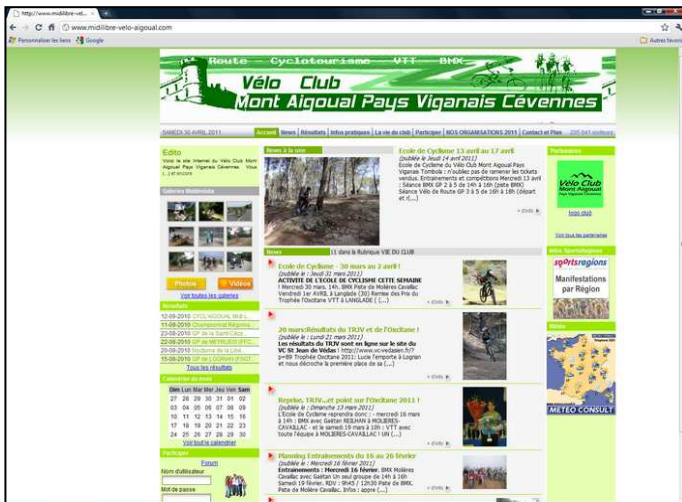
Tél. : 04 67 82 64 67

- Grande photo offerte sur place à tous (sous réserve de la bonne prise par Eric Jouve photo !)
- Lots dont 1 VTT à gagner par tirage au sort à l'issue de la journée

Eric JOUVE
PHOTOGRAPHIE & MULTIMEDIA
2010 2011

23ème MIDI LIBRE VTT AIGOUAL à L'ESPEROU

Venez sur notre site !
www.midilibre-velo-aigoual.com



Lu sur « Vélo 101.com »,
 les bonnes raisons de nous rejoindre,

Encore un bon cru ... un parcours de 30km (suffisant pour moi !!) vraiment top .Des chemins fantastiques , organisation au top . J'en redemande .

Merci et encore Merci. Super parcours, technique sur les premiers 20 km, mais quel régal dans les monotraces !!! Super organisation, très bon accueil, gentillesse des organisateurs et un bon repas pour finir. Je reviendrai l'année prochaine.

Pour ma première, j'ai vraiment trouvé le parcours génial, les ravitos très bons, et l'organisation excellente. Je reviendrais sans nul doute l'année prochaine... Merci

Un parcours vraiment magnifique !!!

Les prochains Rendez vous :

- Trail de l'Aigoual (03/07) - 4000 marches
- 16ème Ascension de l'Aigoual (07/08) -
- Championnats de France Master de Cyclisme (CLM 27/08)
- Midi Libre Cycl'Aigoual (28/08)



REMERCIEMENTS



30120 LE VIGAN
 Soutient l'école de VTT du
 Vélo club Mont Aigoual Pays
 Viganais

ALES



Midi Libre