



## Journée du jeudi 4 août organisée autour du Handisport et du Sport Adapté

Le jeudi 4 août 2016 jour du pique-nique la semaine Fédérale de cyclotourisme en Côte d'Or organise la journée dédiée aux personnes en situation de handicap.

Cette journée est ouverte à tous les amoureux de la « Petite Reine » pratiquant le handibike, tandem, tricycle, vélo couché, vélo de course, VTC, VTT.

Notre volonté est d'associer tous les sportifs valides ou non valides, pour partager ensemble la passion du vélo, la convivialité et une ambiance festive.

### Programme de la journée

Le jeudi matin à 8h, Accueil des participants et de leur accompagnateur au Boulodrome 17, rue Léon Mauris à Dijon.

Cette journée comportera plusieurs temps conviviaux.

- Elle commencera par une collation à 8h.
- Ensuite viendra la formation des groupes de 10 à 15 personnes avec un départ décalé pour assurer une meilleure sécurité sur la route.
- Chaque groupe constitué, aura un responsable qui connaîtra le programme et le parcours
- Tous les groupes seront formés de sportifs valides et de sportifs en situation de handicap.
- Départ à partir de 9h, avec la possibilité de choisir 1 des 3 circuits proposés 15 km, 43km Déniv.220 m, 77km Déniv.610m

Tous les participants pourront choisir leur parcours (voir fiche d'inscription)

Peu ou pas de difficultés sur les deux premiers circuits, le grand circuit vous emmènera découvrir les jolis villages de la Côte des vins, avant d'attaquer la Combe Lavaux, retour par le village d'Urcy. Ensuite, vous rejoindrez le chemin de halage du canal de Bourgogne aménagé en piste cyclable pour arriver au Lac Kir, lieu du pique-nique.

### A partir de 12h Repas :

Un espace au Lac Kir sera réservé par l'organisation pour tous les groupes qui pourront se retrouver en mangeant, se reposer et partager un moment convivial. Chaque personne prendra en charge le coût de son repas et pourra se restaurer sur les stands partenaires de la Semaine « Chouette une Semaine en Or ». Ils vous proposeront de quoi se régaler et se réhydrater.



**Commission d'Organisation de la Semaine Fédérale Internationale de Cyclotourisme 2016 (COSFIC)**

Adresse postale : 1 avenue du Lac, 21000 Dijon - [sf2016.secretariat@gmail.com](mailto:sf2016.secretariat@gmail.com)

Site <http://sf2016.ffct.org>



Le responsable du groupe pourra aider et veillera au bon déroulement de ce moment.

Les associations participantes prévoient, si nécessaire, les véhicules pour rapatrier les personnes qui ne pourront pas effectuer la totalité du parcours.

Le centre nautique au Lac Kir propose aux participants de cette journée de s'initier aux premières sensations en bateau, un baptême Aviron de 5 € pendant 30 minutes. Il offre la possibilité facultative de naviguer à plusieurs (8) sur le canal de Bourgogne pour partager un moment de détente (voir bulletin d'inscription). Il est nécessaire de savoir nager.

#### 14h30 Retour sur Dijon

Après un début d'après-midi passé au Lac Kir avec diverses animations, les participants se dirigeront vers le centre-ville pour y découvrir son architecture, son patrimoine où des arrêts commentés sont prévus.

Les derniers coups de pédales amèneront nos cyclistes au Vélodrome de Dijon où ils pourront voir et apprécier gratuitement une démonstration de vélo sur piste organisée par le SCO Dijon.

A cette occasion, des motos de la marque Dijonnaise Terrot, fabriquées à Dijon jusque dans les années 1960, tourneront sur la piste.

#### 15h30 Arrivée au vélodrome

- Démonstration, animations constructeur de Handibike
- Présence Association handicap, Comités Départementaux, Conseil Départemental, Mairie

#### 16h30 à 17h Goûter de fin d'après midi

Vous trouverez sur le site de la SF 2016 le bulletin d'inscription.

(<http://sf2016.ffct.org/fr/inscriptions/bulletins/>)

NB : Tous les participants doivent être aptes à se déplacer seuls sur la voie publique dans le strict respect des règles du code de la route.