

**INFORMATIONS GENERALES**

Club Léo Lagrange  
de Six Fours  
les Plages

**4<sup>ème</sup> TRIMESTRE 2009**

**CARTE DE MEMBRE :**

- Pour participer à toute activité du Club il faut être à jour de ses cotisations dès le début du mois de septembre
- Les cartes d'adhésion non distribuées sont à retirer à la permanence

**SECURITE, RESPONSABILITE :**

- Chaque cycliste devra s'assurer auprès de son médecin qu'il est apte à la pratique du VTT. Lors de chaque inscription annuelle un certificat médical est exigé
- Tout membre est totalement responsable de son état de santé
- Lorsqu'il roule sur une voie carrossable, le cycliste doit respecter le code de la route, il est pénalement responsable au même titre qu'un automobiliste. Par ailleurs, éviter de circuler en double file.
- Le port de casque, gants et chaussures à bout renforcé est obligatoire. Penser également à emmener une réserve d'eau
- Au cours d'une sortie aucun cycliste ne doit perdre de vue le responsable du groupe, il doit le cas échéant l'informer de son intention de quitter le groupe.
- En cas de nécessité, l'animateur se réserve le droit de modifier le lieu ou l'itinéraire de la sortie prévue.
- Un vélo en mauvais état provoquera forcément des ennuis, à vous-même mais aussi à l'ensemble du groupe ; après le nettoyage, penser à lubrifier votre vélo.
- Ne jamais rouler sans chambre à air de rechange.

**CLUB LEO LAGRANGE**  
**Espace J. de GRELING**  
**107, rue BONDIL**  
**83140 SIX FOURS LES PLAGES**  
**Tél. : 06 31 17 15 86**  
**<http://www.leolagrange-sixfours.net/>**



**PERMANENCES au CLUB**  
**le VENDREDI de 16 à 18h**  
**(Informations et inscriptions)**

Assurance MAIF Toulon

**Roulez en groupe, vous alliez ainsi sécurité, sociabilité  
et pour les débutants : soutien**

**I  
N  
F  
O  
  
V  
E  
L  
O**