

Balade à vélo des 5 étangs

Une bonne occasion d'enfourcher les vélos en famille. Les itinéraires choisis sont plutôt pépères. Mais nous vous rappelons que si vous vous joignez à cette balade vous engagez votre propre responsabilité. Cette balade n'est pas organisée par une association et ne constitue pas une « prestation de service », elle constitue une balade entre amis et il n'y a aucune assurance en cas d'incident pour couvrir ce parcours sauf la vôtre (responsabilité civile); pensez-y. Votre présence au sein du groupe vous impose le strict respect du code de la route. Assurez-vous auprès de votre médecin traitant que votre état de santé vous permet de participer à ces activités. Ceci étant dit, savourez et cochez cette date sur votre agenda.

DATE : Dimanche 16 mars 2014

Type de vélo : VTT/VTC

Départ: Istres parking Gare SNCF

Heure de RDV : 9 h 30

Parcours :

1 boucle d'environ **40 km** environ à la découverte des étangs de l'Olivier, de Citis, de Lavalduc, de l'Engrenier et de l'Estomac.

Cette balade se fera sur routes (20 km environ) et sur chemins carrossables (20 km environ). Peu de relief dans l'ensemble mais quelques courtes montées (qui peuvent se faire en poussant le vélo). Quelques passages sur terrain au revêtement peu roulant. Quelques flaques en cas de pluie les jours précédents.

Voir tracé de la balade :

<https://maps.google.com/maps/ms?msid=217025749634822883751.0004e97f5e6feece10436&msa=0&ll=43.471608,5.001183&spn=0.086706,0.209255>

Repas :

Apporter votre pique-nique. Prévu à [Saint-Blaise](#) site archéologique vers 12h. N'oubliez pas vos gourdes (vous pouvez mettre ce que vous voulez dedans !)

Possibilité de faire seulement la boucle du matin (Istres Gare à Istres Gare = Tour de l'étang de l'Olivier) ou celle de l'après-midi après le pique-nique (St Blaise à St Blaise = Tour des Etangs de Lavalduc, Engrenier, Estomac)

Conseils et recommandations :

- ☐ Vérifier que votre vélo est en bon état, notamment les pneus (correctement gonflés), prévoir une chambre à air de rechange.
 - ☐ Cette balade se fera dans un esprit de convivialité :
 - vitesse modérée
 - nombreuses haltes, pour attendre les retardataires, pour rassembler le groupe aux intersections, pour admirer le paysage ou prendre un moment de repos.
 - temps de pique-nique largement suffisant.
 - entraide si problèmes techniques.
 - ☐ Les participants de moins de 18 ans participent sous l'entière responsabilité de leurs parents
 - ☐ Prévoir la journée : l'heure de retour ne peut être définie à l'avance.
- Inutile de s'inscrire : il suffit d'être présent à 9 h 30 à Istres parking Gare SNCF.
- ☐ En cas de mauvais temps ou mistral fort, la sortie sera annulée : téléphoner le dimanche matin pour savoir si la sortie a bien lieu (Tel : Alain MICHEL : **04 90 56 58 70** – (avant 8h 30) ou **Portable: 06 71 88 16 14**

Vous pouvez inviter des amis.

A bientôt, peut-être, Alain MICHEL

