

sommaire

Revue officielle de la Fédération française de cyclotourisme

février 2009 – n°577

Souriez, vous écrivez ! 4
Méli-Mélo 6
Du côté de chez vous..... 8

en

- Jeunes : du printemps à l'automne 14
- Présentation des Vertes 2009 16
- VTT : en suivant les sentiers..... 20
- Concentration nationale à Saint-Émilion 22
- Ascension à Brunelles 23
- Pentecôte à Vannes..... 24
- Semaine européenne, La Ferté-Saint-Aubin 26
- SF : randonnée des estaminets 27

dossier

- Prix Charles Antonin : le tour de France de l'Infante et du Comte - Bernard Del Socorro 28

rêve & découverte

- Cyclo-camping international 38
- L'AIT en photos 40
- BPF : Ermenonville (60) 42
- RP : Raid Océan - Suisse 44
- Nature : le figuier de Barbarie..... 46
- Cyclo-livres 47
- Croqu'vélo : Allez le France..... 48

conseils pratiques

- Santé : les fractures (2^e partie) 50
- Diététique : les pâtes..... 52
- Cyclotechnie : les pédales et les selles..... 54

la fédé en marche

- Vie fédérale : comité directeur, 17-18 janvier 58
- Sécurité : les angles morts des poids lourds..... 60
- Carnet – Petites annonces – Pêle-mêle..... 62-63
- Rendez-vous 64
- Ulti'mot..... 66

Le cyclotourisme, c'est mieux dans un club
Vélo et VTT : pensez FFCT