

## A L'UFOLEP : TOUS LES SPORTS AUTREMENT, c'est quoi ?

### 1 - Tous les sports pour tous :

- Le sport est adapté à l'individu, tenir compte du sexe, de l'âge, des aptitudes (chez nous pas de laissés pour compte), des moments, des lieux, des motivations.
- Notre intérêt dans le sport est celui de l'individu.
- La compétition est mise à la portée de tous.
- Notre fédération est multisports (toutes les disciplines et toutes leurs formes de pratique sans en privilégier aucune).

### 2 - Une vie fédérative agissante :

- La base est force de proposition. Les associations locales, les comités départementaux sont les éléments moteurs des transformations du Mouvement.
- Une réelle vie associative est recherchée, prise en compte des aspirations de chacun, droit à la différence, apprentissage de la vie démocratique.

### 3 - Le sport : porte ouverte sur la société :

- Apprentissage de la vie en société : jouer avec les autres et non contre les autres, en respectant joueurs, arbitres et règles du jeu.
- Apprentissage de la solidarité : le sport est un moyen de communication et d'entraide.
- Autonomie partagée : se prendre en charge, être responsable de ses choix tout en respectant le choix des autres.

### 4 - Le plaisir par le sport :

- Le jeu prime sur l'enjeu. Il faut vouloir gagner tout en sachant perdre. Le jeu reste l'enjeu et doit toujours l'emporter sur le résultat final. Il faut être conscient de ses possibilités pour améliorer ses capacités et prendre du plaisir. Il faut savoir mesurer le risque.
- Le sport : lieu d'échange et de connaissance. La rencontre privilégie, au même titre que le fait sportif, les relations entre les gens ; elle est un moment de fête.

### 5 - Le sport : élément de culture

- "Un esprit sain dans un corps sain". L'UFOLEP est la seule fédération sportive intégrée à une Fédération d'Éducation Permanente. A la Ligue de l'Enseignement, l'éducation est simultanément le développement corporel et intellectuel de l'individu.
- Rencontres sportives / rencontres culturelles. A l'occasion des rencontres sportives, on favorise les manifestations culturelles et réciproquement.
- Le sport est un support culturel.

Union Française des Œuvres Laïques d'Éducation Physique de la Charente  
14 rue Marcel Paul - BP 70334 - 16008 ANGOULEME - Tél 05 45 95 17 89  
assoc.fol16@ac-poitiers-fr - www.ufolep16.fr



**ufolep**  
TOUS LES SPORTS AUTREMENT  
CHARENTE

# CALENDRIER 2020 des MANIFESTATIONS VTT et Pédestres UFOLEP CHARENTE

*Ouvertes à tous*

Pour tout jeune de moins de 16 ans : gratuit

Rando VTT : licenciés toutes fédérations confondues : **4,00 €**

Non licenciés : **6,00 €**

Rando pédestre : licenciés : **3,00 €** / Non licenciés : **5,00 €**

Les distances sont indicatives.

Les clubs s'engagent à indiquer les véritables distances le jour du départ.

### Pensez toujours sécurité et développement durable !

L'UFOLEP est engagée dans une démarche de développement durable :

Ayez le réflexe covoiturage,

Pensez à prendre davantage encore votre vélo plutôt que votre auto,

et Donnez-nous vos idées

pour améliorer dans ce sens nos manifestations.

**Nous vous rappelons qu'à l'UFOLEP, le port du casque à coque rigide est obligatoire pour toutes activités cyclistes qu'elles soient ou non compétitives.**

## Calendrier 2020

MANIFESTATION	CLUB ORGANISATEUR
<b>Dimanche 5 avril</b> «La Randonnée des Martinets» Rando VTT : 10 km et 2 boucles de 20 km Rando Pédestre : 3 boucles de 5 km Départ: 8h00 du domaine de Galienne à <b>Louzac Saint-André</b>	CLUB CYCLOS LOISIR MARTELL Ludovic BERNADET : 06 81 96 53 79 admin@clmartell.fr
<b>Dimanche 5 avril</b> «La rando des Ecureuils» Rando pédestre, Rando Trial : 8, 13, 17 km Marche nordique : 8, 13, 17 km Départ : 8h de l'Aire de Loisirs la Combe à Roux à <b>Jauldes</b>	JAULDES SL Patrice BERNADET 06 22 86 60 37 jauldes.sl@gmail.com

# Calendrier 2020 des Manifestations VTT et Pédestres UFOLEP CHARENTE

MANIFESTATIONS	CLUB ORGANISATEUR
<p><b>Lundi 13 avril</b> « L'Yvracoise » Rando VTT : 25, 35, 45 km Rando pédestre : 9 et 13 km Départ : 8h30 du stade de foot d'<b>Yvrac</b></p>	<p>FOYER RURAL D'YVRAC ET MALLEYRAND Daniel MARCHAND 06 80 64 96 95 daniel-marchand@wanadoo.fr</p>
<p><b>Dimanche 19 avril</b> «9ème Randonnée VTT des Lumas Furieux» 4 circuits de Rando VTT de 20 à 60 km 3 circuits de Rando Pédestre 10,15 et 21 km 1 Trail non chronométré de 21 km Départ : 8h00 de la Salle des Fêtes de <b>Taizé-Aizie</b></p>	<p>EC TAIZE-AIZIE Sébastien CHASSELOUP 06 33 24 41 80 schasseloup@wanadoo.fr</p>
<p><b>Vendredi 5 juin</b> « L'Exideuilaise » Rando VTT semi-nocturne d'environ 30 km Rando pédestre : d'environ 15 km Départ : 20h00 d'<b>Exideuil</b></p>	<p>Cyclo Club d'EXIDEUIL Michel GRANET 06 89 99 22 30 michel.granet@yahoo.fr</p>
<p><b>Dimanche 28 juin</b> « La Montbronnaise » 3 Rando VTT : 20, 30 et 50 km Rando pédestre : 8 ou 14 km En option : Repas complet après randos avec réservation par courrier ou sur site team16vtt Inscriptions et covoiturage possibles en ligne sur site team16vtt Sur place : parking/douche/buvette ! pas de gobelets plastiques sur les ravitos : gourde ou camelback fortement conseillé pour les vtt Départ : de 8h00 à 9h00 de l'Espace Francis Bousseton (ancien camping de Montbron à côté de la piscine) à <b>Montbron</b></p>	<p>TEAM 16 CLUB MULTISPORTS DE MONTBRON Jean-Philippe et Sandrine DUMONT 06 46 17 98 23 - 06 14 04 31 15 sandy.d@sfr.fr www.team16vtt.com</p>

MANIFESTATIONS	CLUB ORGANISATEUR
<p><b>Dimanche 20 septembre</b> «La Castel Plaisir» Raid VTT : 60, 80 km non chronométré Rando VTT : 20, 35 et 45 km Rando Pédestre : de 5 à 7 km et de 14 à 17 km Départ : à 7h45 de <b>Châteauneuf sur Charente</b></p>	<p>CYCLO CASTEL PLAISIR CHATEAUNEUF Serge PUAUD 06 73 88 13 21 puaudserge@free.fr</p>
<p><b>Dimanche 20 septembre</b> «T.G.C : le Trail des Gorges du Chambon» et du Montbronnais Trail (course à pied nature) - Canitrail (11km) épreuves chronométrées avec classement (tarifs spéciaux, rens. auprès du club) Rando Pédestre et Marche Nordique : 14 et 29 km Départ : 5h00 pour le 80 km (frontale oblig.) 8h30 pour le 42 km 9h15 le canitrail de 11 km 9h30 pour les 29 km et 14 km Marche de 29 km à 7h30 - 14 km à 9h35 Départ et arrivée à <b>Montbron</b></p>	<p>TEAM 16 CLUB MULTISPORTS DE MONTBRON Jean-Philippe DUMONT 06 14 04 31 15 dumont.jeanphilippe@club-internet.fr www.team16vtt.com</p>
<p><b>Dimanche 4 octobre 2020</b> «La Rando des 3 Vallées» Rando VTT : 25, 35 et 55 km Rando Pédestre : 5, 10 et 15 km (distances précises à confirmer) Départ : 7h30 de la Salle polyvalente de <b>Puymoyen</b></p>	<p>CC PUYMOYEN Olivier GOUEDO 06 08 91 53 99 olivierccp@orange.fr</p>
<p><b>Dimanche 25 octobre</b> « Rando Braconne Charente » Rando VTT : 35 et 50 km Départ : 8h - Maisons des Associations de <b>Brie</b></p>	<p>BRIE LC Julien MAROT 06 81 56 68 00 marion.julien@hotmail.fr Corentin LIVERTOUT 06 30 30 59 23</p>