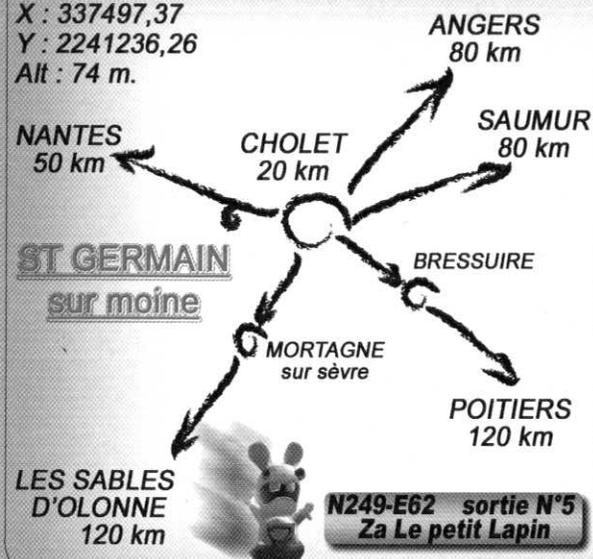


POSITION GPS :

X : 337497,37
Y : 2241236,26
Alt : 74 m.



N249-E62 sortie N°5
Za Le petit Lapin

REGLEMENT :

- ART. 1 : Il s'agit d'une randonnée se pratiquant à allure libre.
 ART. 2 : Chaque participant s'engage sous son entière responsabilité.
 ART. 3 : Tous les participants doivent respecter le code de la route et le port du casque est obligatoire sur les circuits 60/75/90/100/115 km.
 ART. 4 : L'organisation est assurée pour les risques civils et décline toutes responsabilités et ne peut-être poursuivi en cas :
 * D'accident ou défaillance dû à un mauvais état de santé.
 * D'accident provoqué par le non respect du code de la route et des consignes des organisateurs.
 * De vols ou de bris de matériels.
 ART. 5 : Les enfants mineurs de plus de 16 ans sont autorisés à participer sous la responsabilité d'un adulte (Signature du tuteur légal obligatoire). Il n'est pas nécessaire de présenter un certificat médical.
 ART. 6 : Restez sur les parcours balisés, respectez les nombreuses propriétés privées traversées uniquement le jour de l'épreuve.
 ART. 7 : Dernier ravitaillement fermé à 15hr30.
 Les circuits seront fermés à partir de 16hr00.
 ART. 8 : Droit à l'image: J'autorise l'ECG à reproduire librement ma photo sur le site la meduana ou dans la plaquette publicitaire.
 ART. 9 : Jeux: Les lots distribués par ECG ne pourront être échangés en valeur ou repris. Les modalités d'attribution sont définies au paragraphe "FASCHION WEAR".
 ART. 10 : Le fait de souscrire un engagement implique l'acceptation pure et entière du présent règlement.
 ART. 11 : L'E.C.G se réserve en outre le droit de modifier un ou plusieurs articles, pour parti ou dans sa totalité, si des circonstances indépendantes de notre volonté nous y contraignent.

LA MEDUANA 2008

EXPLOREZ vos limites <http://meduana.free.fr/>

BULLETIN D'INSCRIPTION LA MEDUANA

A remplir lisiblement et à expédier avant le 17 mai 2008

Chez: BASTIANELLI François et Laurence "E.C.G"
6 allée des érables 44330 VALLET (02.51.71.71.69)

Nom: _____ Prénom: _____
 Adresse: _____
 Code Postal: _____ Ville: _____
 N° tél: ___ / ___ / ___ / ___ / ___ @: _____
 Signature: _____ "J'ai pris connaissance du présent règlement et l'accepte sans restriction".

CIRCUITS	TARIFS
60 km	<input type="checkbox"/> 8
75 km	<input type="checkbox"/> 10
90 km	<input type="checkbox"/> 13
100 km	<input type="checkbox"/> 13
115 km	<input type="checkbox"/> 13
Tee-shirt biker	<input type="checkbox"/> x 7
Total:	<input type="text"/>

Cochez le circuit que vous avez retenu et notez le nombre de tee-shirt commandé.

Chèque libellé à l'ordre de E.C.G à adresser par envoi postal, avant le 17 mai 2008.

Confirmation d'inscription uniquement par @mail, liste sur notre site web --> <http://meduana.free.fr/>

TEE-SHIRT limited: SOYEZ NATURE !
 Choisissez la taille et la quantité

S	M	L	XL
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

--> Email: meduana@neuf.fr

FASHION WEAR GAME: Relevez votre numéro d'inscription sur notre site. Si, celui se termine par 9 (pour 9ème édition), Vous avez gagné un lot pour les cents premiers inscrits (suivant disponibilités).

ATTENTION un seul engagement par personne, Ce bulletin peut être dupliqué. Respectez la date limite d'inscription, la personnalisation de nos prestations l'impose.

*TEE-SHIRT biker thème: SOYEZ NATURE - ROULEZ A VTT
 Un collector limité à 150 exemplaires. affichez vos convictions!

Papier 100 % recyclé.
 Imprimerie: ART MEDIA Tél. 02 51 65 15 10
 85290 MORTAGNE sur sévre

JUIN 2008 à ST GERMAIN s/ moine

RAID series
 60 75 115 90 100

SPORT series
 25 50 35

SHOPI Le point de moine
 CYCLES MAUTRES
 ADIA
 TWINNER Sport
 commença
 SCANIA



LA MEDUANA 09

édition

FUTURE IS BIKE

MINI-VIEW

Avec Sébastien G. et le staff MEDUANA

Avec le slogan 2007 : **LA MEDUANA VTT MULTI COLORS**

Nous voulions démontrer que chacun peut rider comme il aime sur nos parcours VTT.

S.M. : Sébastien, peux-tu nous en dire plus sur ta pratique alternative ?

S.G. : J'ai fait en 2007, le raid 115 km en single-speed (mono-vitesse). Pourquoi une seule vitesse au lieu de 27 ? Je dirais pour le plaisir, même si ça peut surprendre, pour la simplicité du système et pour prouver que tout ce que l'on veut nous vendre n'est pas indispensable. Un retour aux sources, l'ancêtre du vélo était en singlespeed, il ne faut pas l'oublier. On roule différemment, mais sur les mêmes parcours que tout le monde. Croyez moi, l'essayer c'est l'adopter !

S.M. : Donc, tu t'impliques pour une pratique vtt ou le pilote redevient le maillon essentiel ?

S.G. : Je commençais à éprouver de la lassitude dans ma pratique, l'impression d'avoir fait le tour de la question depuis 15 ans. Ok, on a des vélos pleins de vitesses des suspensions partout et au final ça aseptise tout. On en oublie l'effort, le vélo travaille pour nous. Un jour un farfelu vous parle du singlespeed. Qu'il a retrouvé des sensations, des émotions et a redécouvert ses muscles, dont il ne soupçonnait pas l'existence. Au départ sceptique, on se monte un vieux cadre acier, l'investissement est limité et sur nos chemins 100 fois arpentés, le miracle! On les redécouvre, on se concentre sur les trajectoires pour ne pas perdre l'élan, on fait touter les jambes sur le plat, chaque côte est un nouveau challenge, on finit avec un sourire jusqu'aux oreilles. Avant, je subissais le dénivelé positif. Aujourd'hui, je tire le 32*16, on se tape sur les cuisses, on balance le haut du corps et ça grimpe bien. Les plaisirs simples en somme!

S.M. : Le mot de la fin. Alors, le singlespeed, un sport communautaire et une philosophie ?

S.G. : Carrément ! On ne sera jamais des milliers de pratiquants, il n'y aura jamais (je l'espère) de compétitions supportées par la fédé, ce n'est pas ce que l'on recherche. Le singlespeed s'est la convivialité, le bon esprit, la bonne humeur en faisant fi des chronos et des contraintes. Il y a plusieurs rassemblements par an en France et le programme est toujours le même. Des rencontres, du partage, la fête et du roulage ludique. Des grands moments qui nous unissent un peu plus et permettent d'accueillir les nouveaux venus. Bref, je suis "picoussé" si l'on peut dire!

S.M. : Et c'est parce que je retrouve ce bon esprit à la MEDUANA que je serai sur vos sentiers encore cette année

S.G. : C'est parce que je retrouve ce bon esprit à la MEDUANA que je serai sur vos sentiers encore cette année

S.M. : C'est parce que je retrouve ce bon esprit à la MEDUANA que je serai sur vos sentiers encore cette année

S.G. : C'est parce que je retrouve ce bon esprit à la MEDUANA que je serai sur vos sentiers encore cette année

S.M. : C'est parce que je retrouve ce bon esprit à la MEDUANA que je serai sur vos sentiers encore cette année

S.G. : C'est parce que je retrouve ce bon esprit à la MEDUANA que je serai sur vos sentiers encore cette année

S.M. : C'est parce que je retrouve ce bon esprit à la MEDUANA que je serai sur vos sentiers encore cette année

S.G. : C'est parce que je retrouve ce bon esprit à la MEDUANA que je serai sur vos sentiers encore cette année



RANDOS LIGHT

L'E.C.G ce sont aussi de nombreux circuits vtt, pédestres et cyclotouristes. Au prix de 4 € adulte et 2.5 € enfants de moins de 14 ans. Inscriptions sur place à partir de 7hr30 à la salle omnisport, chemin des dames à ST GERMAIN sur moine.

- Café au départ. - Ravitaillements sur tous les circuits. - Assiette garnie à l'arrivée.

INFOS RAID

Les dénivelées cumulés : 115 km / 2370m - 100 km / 2049m 90 km / 1742m - 75 km / 1351m - 60 km / 939 m



Ravitaillements tous les 20 km dont un équivalent repas en milieu de parcours.

Accueil à partir de 7 hr, salle omnisport de ST GERMAIN (49).

Inscriptions par courrier avant le 17 mai 2008 (voir bulletin d'inscription).

Tarifs : 8E/60 km, 10E/75 km, 13 Euros de 80 à 115 km.

RAID UNIQUEMENT SUR PRE-INSCRIPTION

Une question, un renseignement, Laurence notre standardiste glamour... Tél: 02 51 71 71 69

Gérard notre fidèle animateur toujours au coeur de l'info.

Météo : "je veux du soleil" La MEDUANA donne du soleil rien que du soleil...

Plaque de cadre personnalisée à votre nom et en couleur.

Départs de 8h à 8h30 -> 80 à 115 km, de 8h30 à 8h45 -> 60 et 75.

Assistance mécanique sur les points de contrôles.

Postes de lavage des VTT & douches chaudes.

Votre arrivée sera validé par PC. Vous avez droit à un seul tour !

Remise d'une boisson à l'arrivée.

Notre pizza power préparée à la main et cuite au feu de bois avec son assiette garnie et sa bière pression (au choix à l'arrivée).

Sécurité civile sur tous les points de ravitaillements pour votre sécurité.

FASHION WEAR by

STYLE URBAN OU FULL NATURE, UNIQUEMENT AVEC L'ESPRIT VERT

► **MISTER** 

Dépêchez-vous : Les numéros d'ordre d'inscription terminant par 9 jusqu'à la première centaine recevront des fringues COMMENCAL (Nombre de lots suivants disponibilités).

► **MEDUANA STAFF**

SOYEZ NATURE  en after, le NATURE. spécial Raid blanc Matière Taille à préciser à la commande. Sérigraphie couleur, qualité 190 gr. A commander avec l'inscription au prix EXCEPTIONNEL de 7euros. Détail sur le site <http://meduana.free.fr/>.

ROULEZ A VTT

(Photos non contractuelles)

en after, le NATURE. spécial Raid blanc Matière Taille à préciser à la commande. Sérigraphie couleur, qualité 190 gr. A commander avec l'inscription au prix EXCEPTIONNEL de 7euros. Détail sur le site <http://meduana.free.fr/>.

en after, le NATURE. spécial Raid blanc Matière Taille à préciser à la commande. Sérigraphie couleur, qualité 190 gr. A commander avec l'inscription au prix EXCEPTIONNEL de 7euros. Détail sur le site <http://meduana.free.fr/>.

en after, le NATURE. spécial Raid blanc Matière Taille à préciser à la commande. Sérigraphie couleur, qualité 190 gr. A commander avec l'inscription au prix EXCEPTIONNEL de 7euros. Détail sur le site <http://meduana.free.fr/>.

en after, le NATURE. spécial Raid blanc Matière Taille à préciser à la commande. Sérigraphie couleur, qualité 190 gr. A commander avec l'inscription au prix EXCEPTIONNEL de 7euros. Détail sur le site <http://meduana.free.fr/>.

en after, le NATURE. spécial Raid blanc Matière Taille à préciser à la commande. Sérigraphie couleur, qualité 190 gr. A commander avec l'inscription au prix EXCEPTIONNEL de 7euros. Détail sur le site <http://meduana.free.fr/>.

CYCLES DES MAUGES
ST MACAIRE EN MAUGES
02/41/55/30/49

ecommental

SCANIA
SCANIA PRODUCTION SAS
ANGERS

SHOPI
Le pont de moine

ADIA
JOBstore

CHOLET-CLISSON - ST MACAIRE
VALLET

M M A
MUTUELLES DU MANS ASSURANCES
AGENCE SULFOURT
MONTFAUCON - MONTIGNE

CA
AGENCE du PONT DE MOINE

TWINNER
SPORT
VALLET - ANGERS
CHEMILLE

SPORT



BOZARC
PIZZA
AU FEU DE BOIS

