

Projet « Mobile atout âge »

1-Objectif :

Permettre à des aînés de découvrir le Vélo à assistance électrique et ses bienfaits en termes de santé, lutte contre la sédentarité, autonomie, mobilité, découverte. Ce projet s'adresse à des personnes désireuses de découvrir le vélo à assistance électrique.

2-Moyen :

Organisation d'une randonnée en VAE sur 1,5 jours (les 30 et 31 mai 2024) avec hébergement, sur le territoire de Vitré Communauté. Ces 2 jours de randonnée sont précédés de 2 jours d'atelier (les 6 et 7 mai 2024). Il faut s'engager sur la totalité des 4 jours (les 6/7/30 et 31 mai 2024)

3-le calendrier : en 2 temps sur le mois de mai 2024(horaires provisoires)

J1	6 mai 2024	9h30-10h	Accueil et Présentation projet PowerPoint vidéoprojecteur	Local BMX St Etienne	
		10h-11h	Point code de la route (rond-point-nouveau panneaux, zone de rencontre...)	Local BMX St Etienne	
		11h-12h	Attribution des vélos/réglage selle	St Etienne plateforme	
		14h-16h30	Remise en selle partie1	St Etienne plateforme	
J2	7 mai 2024	10h-12h	Remise en selle partie 2	Bois de l'étoile	
		14h-16h30	Test en milieu urbain rural sur 15/20 km	Ville et périphérie	
		16h30/17h	Remise des sacoches prépa randonnée liste des affaires à emmener	Local BMX	

J3	30 mai 2024	9h30-rdv	Rdv	Circuit tour de bretagne Vitré>St M'Hervé=50 km	Jardin de bel air/golf des rochers et château Mme de Sévigné ? Base nautique chapelle erbrée carrière st pierre la cour
		10h	Point presse +Départ rando		
		Midi	Pique-nique à l'étang du Pertre		
		13h30/14h	Départ rando		
		17h30/18h	Arrivée lieu d'hébergement ecolodge la belle verte		
		Soirée + nuit Ecolodge			
J4	31 mai 2024	Départ 8h30 après petit déjeuner	Départ rando	Circuit St M'Hervé>Montautour>Chatillon en Vendelais >Vitré 30 km	Église Montautour ?
		Arrivée vitré 12h30/13h			

4-le circuit : le tour des portes de Bretagne

Composition : 1/3 voie verte+1/3 route de campagne+1/3 chemin de randonnée et VTT.

Distance totale : 80 km divisé en 50 km en J3 et 30 km en J4.

Parcours :

J3 : Vitré>Argentré du plessis>Le Pertre (pique-nique midi)>St Pierre la cour>direction Bourgon puis base nautique de la Chapelle Erbrée>St M'Hervé

J4 : St M'Hervé>Montautour>Chatillon en Vendelais>Vitré



5-le matériel

11 vélo de marque O2Feel Adventure boost. Autonomie :70 à 80 km+11 sacoches+11 casques.



6-l'encadrement

-la Police Municipale

-l'association TREMPLIN : Loïc Desmoulin (animateur mobilité) et Ludivine Gautier (animateur mobilité et pompière)

-2 personnels du CCAS : Sébastien Bréhin et Michel Gilles

-Le Club de BMX de Vitré : Jeremy Lepennedu, BPJEPS.

-Station Vélo : M. Pierrick Lagoutte, en charge de la maintenance

7-le -Public

8 séniors retraités(es)

Eloignés.es du vélo et désireux de découvrir le VAE,

résidant à Vitré ou vitré communauté

dont l'état de santé est compatible avec une randonnée en vélo à assistance électrique(certificat médical à fournir)

d'une distance totale de 85 km max.

sur 1,5 jours

avec hébergement

Justificatifs à fournir :

-certificat médicale (voir fiche aide)

-justificatif de domicile

-droit à l'image : la ville de Vitré et ses partenaires communiqueront sur cette action (film, clip, réseaux sociaux, photos, articles de presse...).

8-coût

Le matériel (vélo+casques+sacoche) sont fournis. L'hébergement, le repas, le petit déjeuner, dans la nuit du jeudi 30 mai au vendredi 31 mai, à l'écolodge de St M'Hervé sont pris en charge. Au frais des participants : le pique-nique du jeudi 30 mai midi et des vêtements de sports éventuels (kway...)