

Dans ce numéro...

Le Pass Vélo et Assurance – Sécurité et histoire - Un séjour au féminin – BRM 200 - La Vélocio 2026 approche - Agenda printemps 2026 – Un tour du monde de piano – FFVélo + - Un club et son président : EC Poussan

### Editorial

Pour ce second numéro de notre « Lettre d'Information CD 34 » l'actualité est riche.

Le Pass Vélo est désormais disponible, profitez de vos événements pour le proposer, 20€ pour découvrir la vie de votre club pendant 2 mois, c'est là une belle opportunité. Pour chaque nouveau Pass, le club reçoit 10€ qu'il peut ristourner au nouvel adhérent s'il décide de prendre une licence normale par exemple.

La sécurité reste bien évidemment au cœur de nos préoccupations, adaptons sans cesse nos comportements, soyons vigilants et exigeants dans ce domaine en particulier dans le respect du Code de la route, trop souvent ignoré.

Notre projet de week-end au féminin avance bien et nous n'avons plus qu'une douzaine de places disponibles, il ne faut plus tarder maintenant.

Les brevets on en parle avec un cyclo un peu particulier, Djivann, boursier de la FFVélo et qui bat tous les records, 13 000 kms avec son piano et 23 pays visités.

Le club à l'honneur ce mois-ci est l'EC Poussan pour son Ecole Française de Vélo particulièrement dynamique et les 40 jeunes qui la compose.

Bonne lecture.

Je rejoins la communauté

FF Vélo



LA NOUVELLE OFFRE  
POUR NOUS REJOINDRE



✓ DES RÉDUCTIONS SUR TOUTES  
LES RANDOS FFVÉLO

✓ ASSURANCE INCLUSE

✓ DEUX MOIS POUR ESSAYER

✓ RENOUELABLE UNE FOIS



Je prends mon Pass'Vélo

### PASS VELO et ASSURANCE

Le Pass'Vélo est disponible sur le site de la FFCT. Il concerne toute personne de plus de 18 ans non adhérente à la FFVÉLO depuis au moins 3 ans.

#### Mode opératoire :

Dans un premier temps la personne doit demander le numéro fédéral du club auprès duquel il veut prendre ce Pass'Vélo.

Par la suite il se connecte sur le site « [ffvelo.fr](http://ffvelo.fr) », puis clique sur « adhérer », puis sur « achat du Pass'Vélo » et enfin saisit le numéro fédéral récupéré précédemment.

#### Les caractéristiques du Pass'Vélo :

- Le Pass'Vélo a une durée de validité de deux mois ;
- Il est renouvelable une fois ;
- Le renouvellement peut se faire auprès d'un club autre que celui initialement choisi ;
- La personne ayant souscrit le Pass'Vélo pourra souscrire à la licence 16 mois le moment voulu dans les conditions prévues pour son obtention ;
- Avec le Pass'Vélo la personne est couverte en responsabilité civile et individuelle accident, mais ne bénéficie pas de l'assurance rapatriement.

Vous recevez cette newsletter car vous êtes licencié(e) ou partenaire du CODEP.



→ [Vélo Hérault](http://Vélo Hérault)





# LETTRE INFO CD 34 – AVRIL 2026

Echanger – S’informer – Partager la passion du vélo

## Séjour cyclo au féminin

**Il y a encore des places...**

Le CODEP 34 a le plaisir de proposer aux pratiquantes féminines dans et hors département, un séjour cyclo touristique de 2 jours qui leur permettra de découvrir de magnifiques parcours au départ du centre nature (VVF) de Bessilles.

Les participantes pourront choisir la durée de leur séjour :

- 2 jours, arrivée le vendredi 19 et 2 parcours
- 1 jour, arrivée le samedi 20
- Véhicule d'assistance suivra
- Repas du samedi midi tiré du sac, celui du dimanche offert par le CODEP34.

**Weekend à Vélo pour féminines**

**20 et 21 JUIN 2026**

Partageons le plaisir de voyager à vélo !  
Visite de sites remarquables de l'Occitanie sur des parcours accessibles à toutes.

Accueil et hébergement au VVF Montagnac Méditerranée à Bessilles (34 530) en solo ou accompagnée.

Renseignements et inscriptions avant le 12 avril 2026 auprès de

06 87 09 84 26  
departement34-feminines@ffvelo.fr

Prévoir un vélo en bon état, un casque, de l'eau et bonne humeur ! Vélos à Assistance Électrique autorisés.

## Sécurité et histoire

*Le Code de la Route – Son histoire et ses vocations au service des populations à travers les premiers âges de la mobilité assurée par nos propres moyens.*

Instauré en France par le décret du 27 mai 1921, le Code de la route constitue bien plus qu'un ensemble de règles de circulation. Il représente un véritable pilier de la vie collective et de l'organisation des déplacements dans l'espace public.

Son premier objectif est la protection des usagers : automobilistes, cyclistes et piétons. Les limitations de vitesse, les priorités ou encore les équipements de sécurité ne sont pas de simples contraintes, mais des mesures destinées à prévenir les accidents et à sauver des vies.

Le Code de la route est également une convention commune qui permet à tous les usagers de partager la route selon des règles identiques. La signalisation, les feux tricolores et les marquages au sol constituent un langage universel qui permet d'organiser la circulation et d'éviter le désordre.

Avec l'augmentation des déplacements et la diversification des modes de transport, il joue aussi un rôle essentiel pour gérer les flux de circulation et faciliter les déplacements, en améliorant la fluidité et la sécurité sur les routes et en milieu urbain.



Enfin, le Code de la route possède une dimension juridique et éducative : il permet de déterminer les responsabilités en cas d'accident et rappelle, par les sanctions et les actions de prévention, que chaque usager est responsable de la sécurité de tous.

Au-delà des règles, le Code de la route repose sur une valeur fondamentale : le respect des autres usagers. La route est un espace partagé où la prudence, la courtoisie et le respect mutuel sont indispensables.

En résumé, le Code de la route peut être considéré comme un contrat social qui permet à chacun de circuler librement, en sécurité, tout en respectant l'intérêt collectif.

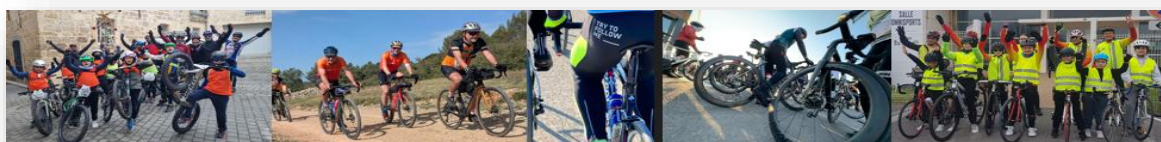
Plus d'infos → [Séjour féminin 2026](#)



Vous recevez cette newsletter car vous êtes licencié(e) ou partenaire du CODEP.



→ [Vélo Hérault](#)



### B.R.M 200km : Les 3 Cirques du Causse Larzac.

*Par Géraud RAZIER : Vingt ans d'organisation B.R.M, l'anniversaire d'un engagement à promouvoir les Brevets de Randonneur Mondiaux.*

Pour résumer toutes ces années passées, l'organisateur est resté dans ses convictions de composer les parcours, d'organiser pour fédérer autour de l'homologation des brevets sous l'égide de l'Audax-Club-Parisien, et aussi de participer avec les inscrits, afin de partager la réalisation de tous les brevets programmés au calendrier du club d'Assas-Cyclisme-Evasion.

Première réalisation des B.R.M en 1984, par la concrétisation de 2 brevets 200km et 300km, avec le maître formateur des années 80, Michel Ficheux.

Première participation au Paris-Brest-Paris : 1991.

Première organisation officielle des B.R.M France : 2006

Avant l'officialisation d'organisateur de brevet, c'est d'abord par les animations dans les divers clubs rencontrés, que j'ai organisé quelques premiers brevets et cela en interne, ce qui m'a amené à m'aguerrir, et dans les années 90 de me rapprocher du délégué A.C.P du département Hérault, François-Régis Pares membre du C.T. Montpelliérain.

A l'automne 2005 François-Régis Pares me confie le relais d'organisateur de B.R.M du département Hérault.

Et c'est sur la saison 2006 que je suis devenu officiellement délégué A.C.P des organisations des B.R.M France, et cela avec une formation de Madame Claude Lepertel, fille de Robert Lepertel organisateur du P.B.P des années 70/80/90.

Pour la saison 2026, animé d'une volonté de composer de nouveaux parcours, et persuadé que le guidage G.P.S ne remplacera jamais les qualités humaines des bons « capitaines de route », afin de continuer à échanger sur la route pour communiquer cette attention du partage de l'effort longue distance, je vous remercie d'être venus aussi nombreux sur les routes de ce brevet de 200km des 3 Cirques du Causse du Larzac.

Plus : <https://www.strava.com/activities/18069002201>



### Concentration nationale Vélocio 3 mai 2026

Col de Pierre Plantée  
Altitude 508 m

La Billière

l'Horte

Routes départementales

Lamalou-les-Bains  
Altitude 179 m

Col réservé à tous cyclistes

Contact : [departement34@ffvelo.fr](mailto:departement34@ffvelo.fr)  
Tél.: 06 74 52 74 70

Accueil dès 8h30  
Inscription au pied du col  
➤ Départ sous l'arche  
➤ Arrivée au sommet signature livre d'or au car podium  
➤ Pot du souvenir (clôture 13h00)

En partenariat avec les Municipalités de  
Lamalou-les-Bains et de Rosis




Itinéraire d'accès libre jusqu'à Lamalou-les-Bains  
Départ : Avenue François Boissier – D22

### Agenda printemps 2026

#### Mai

- 02/05/2026 LA VELO VIN'OC PIGNAN VTT
- 03/05/2026 CONCENTRATION NATIONALE VELOCIO
- 03/05/2026 LES PINEDES DU LEZ VTT
- 10/05/2026 7 COLS EN CEVENNES CC GANGES
- 14/05/2026 LA TEYRANNAISE VC TEYRAN
- 17/05/2026 LA MOLIERE PEZENAS
- 24/05/2026 RANDO RIQUET AUDAX BEZIERS
- 24/05/2026 RAID VTT DE L'AVY GRABELS

#### Juin

- 13/06/2026 LE HERISSON CLAIR DE LUNE ROUJAN
- 14/06/2026 RANDONNEE GAZELEC BEZIERS
- 18-21/06/2026 BRM 1 000 KM ASSAS CE ASSAS
- 20-21/06/2026 SEJOUR FEMININ CODEP 34 BESSILLES
- 21/06/2026 AUDAX 200 KM CC FABREGUES

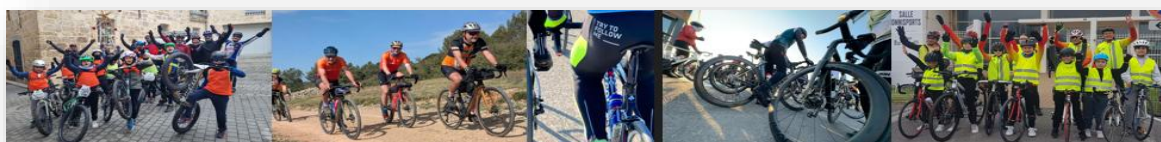
Calendrier complet :

➔ [Calendrier CoDep](#)

Vous recevez cette newsletter car vous êtes licencié(e) ou partenaire du CODEP.



➔ [Vélo Hérault](#)



### La chèvre piano : le tour du monde de Djivann

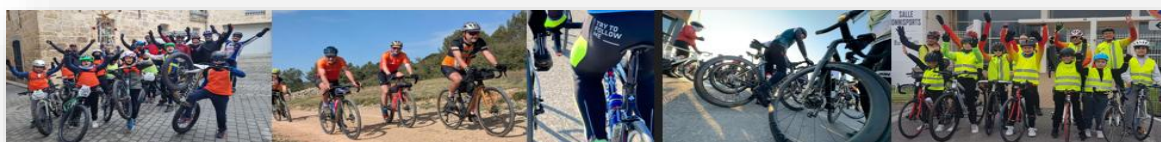
Le 8 avril 2025, Djivann Ostrowska, 22 ans, pianiste, s'élançait sur son vélo direction l'Italie pour un périple autour du monde, jusqu'à ce mercredi 8 avril 2026. Sa motivation à travers ce voyage : rendre la musique accessible à tous, comme il le fait déjà en intervenant dans les écoles et collèges, où il est déjà intervenu à 14 reprises.

Djivann a été lauréat de la bourse accordée par la Fédération française de cyclotourisme. Le président du comité départemental, François David, est venu le rejoindre à Gignac pour effectuer avec lui la dernière étape.

*"Son projet, qu'il a intitulé "La chèvre Piano", la chèvre étant sa peluche fétiche accrochée au guidon de son vélo, et le piano sa passion ainsi que sa volonté de transmettre la musique aux plus jeunes, nous a séduits, alors qu'il n'était pas encore affilié à notre fédération", a expliqué François David.*

*"J'ai parcouru l'Europe depuis la France en passant ma première frontière à Vintimille, avec pour seule assistance mes jambes, mon vélo, ma motivation et ma chèvre fétiche. J'ai pris la direction de l'Europe de l'Est : la Slovénie, la Croatie, la Hongrie, la Slovaquie, l'Autriche, l'Estonie, puis la Russie via le Transsibérien, la Corée du Sud, le Japon, le Vietnam, le Cambodge, le Laos, la Thaïlande, la Malaisie et l'Indonésie. Le 24 janvier, j'étais à Anaheim, aux États-Unis. J'ai longé toute la côte californienne, puis je suis revenu vers mon point de départ en passant par le Portugal et l'Espagne", déclare le cycliste.*

Au total, Djivann a traversé 23 pays et parcouru 13 000 km à vélo et plus de 65 000 km au total en 365 jours. Une fierté pour ce jeune aventurier montpelliérain.





# LETTRE INFO CD 34 – Avril 2026

## Echanger – S’informer – Partager la passion du vélo

Les brevets de cyclotourisme de la Fédération française de cyclotourisme sont l’occasion idéale de vivre l’aventure à vélo, quel que soit votre niveau. Débutant ou cyclotouriste chevronné, seul, en groupe ou en club, chacun trouve son défi, du parcours très facile pour s’initier, au brevet exigeant pour tester son endurance et repousser ses limites ou encore pour visiter la France à vélo. Ici, aucune compétition, aucun classement : le vrai challenge est personnel.

Avancer à son rythme, progresser étape après étape et savourer la satisfaction d’avoir relevé le défi. Plus qu’un effort sportif, les brevets sont une invitation au voyage : paysages variés, découverte culturelle, rencontres humaines et bienfaits du sport-santé.

Grâce à l’[application FFVélo+](https://app-mobile.ffvelo.fr/) -> <https://app-mobile.ffvelo.fr/>, certains brevets peuvent même être validés automatiquement, pour une expérience simple et toujours conviviale. Chaque participation devient un souvenir marquant, ponctué de badges et de trophées symbolisant votre progression. Les brevets, c’est le plaisir du vélo, la liberté de choisir son rythme et la fierté d’aller toujours un peu plus loin.

Plus d’info : <https://ffvelo.fr/brevets-defis-challenges/>

**ROULEZ  
JUEZ  
EXPLOREZ**

Téléchargez la nouvelle application...

**CHALLENGE DES DEPARTEMENTS FRAN...**  
91 défis à relever  
Pendant vos randos, faites étape sur un lieu touristique présent sur la carte, sauvegardez une preuve de votre présence et gagnez votre badge. Et si vous parvenez à collecter un lieu dans chaque département, vous obtenez votre Brevet de cyclotourisme national.

**PETIT DEFI DES PROVINCES**  
36 défis à relever  
Collectez 1 lieu d'intérêt touristique par ancienne province française. Les provinces sont au nombre de 36 et contiennent entre 5 et 20 lieux.

**GRAND DEFI DES PROVINCES**  
536 défis à relever

ACCUEIL DEFI SOCIAL ACTUS PROFIL

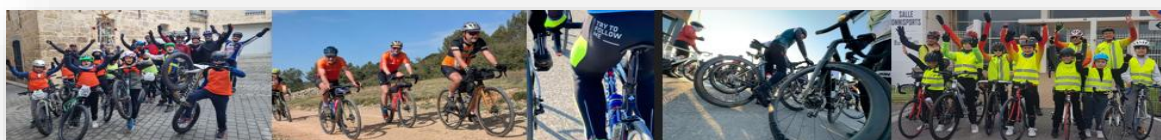
...et découvrez la France autrement avec FFVélo+

Disponible sur App Store / Disponible sur Google Play

Vous recevez cette newsletter car vous êtes licencié(e) ou partenaire du CODEP.



→ [Vélo Hérault](#)



### A la découverte de l'Entente Cycliste

#### Poussanaise

L'entente cycliste Poussan ECP a été créée en 1992 par Philippe Brun.

Durant les premières années, le club a eu comme activité principale la compétition cycliste sur route avec notamment Gérard ALIBERT lauréat de nombreuses courses FSGT.

A partir de 2002 Jean Grangeon est président du club. Ce dernier créé avec Dominique Brun la ronde des « piochs » ( rando VTT) qui est devenue rapidement un événement sportif incontournable jusqu'en 2022. Parallèlement l'ECP participe également aux nombreuses cycloportives (courses cyclistes de masse).

Au fil du temps l'ECP, voit son effectif grandir et ses activités se diversifier (Route/VTT/Cycloport).

En 2006 une compétition cycliste de type critérium est organisée sous l'égide de la FSGT : Les boucles de Belbezet.

2008 c'est au tour de Gérard ALIBERT de devenir président avec comme organisation les championnats de France SNCF.

La ronde des « piochs » VTT devient un événement incontournable avec une organisation chaque mois de mars et 400 participants...

En 2025 création de l'école de VTT (EFV) à l'initiative de Jean François Cherchi (40 enfants de 6 à 14 ans, 2 moniteurs pro et une douzaine d'animateurs FFVélo.



- ➔ Depuis quelques années, la section Gravel est très dynamique avec des sorties proposées 3 fois par semaine
- ➔ Depuis 2023 le club prend une dimension nouvelle avec l'arrivée de Thierry Crouzet qui nous permet d'organiser 2 événements Bike-packing par an : le 727 VTT au mois de mai et le 727 Gravel en septembre.
- ➔ Depuis 2025, nous organisons la Pou100 Gravel au mois d'avril (100 miles et 100 km la première année et depuis cette année une version longue sur 2 jours, 270km et 4700m de D+)
- ➔ Nous sommes aujourd'hui un club pluridisciplinaire du loisir à la compétition (route/gravel/vtt) d'une centaine d'adhérents.

Cet article est aussi un hommage que nous souhaitons rendre à Dominique Brun qui nous a quittés, il y a quelques semaines, nous avons une pensée toute particulière pour ses proches et amis.

#### Présidence ECP :

Philippe Brun 1992 à 2002  
 Jean Grangeon 2002 à 2010  
 Gérard Alibert 2010 à 2018  
 Philippe Brun 2019 à 2022  
 Dominique Brun 2022 à 2025  
 Cyril Corrales 2025

