

Quelques informations et rappels :

Assemblée générale du Codep FFCT 01 : elle se déroulera le samedi 14 novembre à Bellignat à partir de 16h. Réservez bien cette date. La convocation officielle vous parviendra dans le courant de la semaine prochaine.

Soirée « Conférence santé » : la commission féminine organise une soirée conférence dont le sujet est « la santé du cyclotourisme ». Bien qu'organisée par la commission féminine du Codep 01, cette conférence s'adresse à tous les cyclotouristes.

Les thèmes susceptibles d'être abordés :

- Les risques cardiovasculaires
- La reprise de l'activité après la coupure hivernale
- Conseils divers : étirement, alimentation

Cette conférence se déroulera le 3 novembre à 20h dans les locaux de l'ADEA, 12 rue du Peloux à Bourg en Bresse (derrière la gare SNCF).

Pour une meilleure qualité de l'organisation, il serait souhaitable de s'inscrire par mail en amont auprès de guillemot.danielle@orange.fr
En vous espérant nombreux pour cette soirée.

Assemblée générale de la ligue : elle se déroulera le samedi 28 novembre à Villars, dans la Loire. Vous recevrez prochainement les documents relatifs à cette AG. Nous vous rappelons qu'il est important d'être présent ou représenté.

Dans l'attente de vous revoir, profitez bien de vos dernières sorties.

Le comité directeur du Codep 01