

A VENIR

VIE DU CLUB



Journée des associations: Elle aura lieu le samedi **5 septembre 2015** :

- dans le parc derrière Cergy Préfecture : de 10h à 18h et
- dans le gymnase du collège Sainte-Apolline à Courdimanche de 10h à 18h

Que vous soyez adhérents patineurs ou parents d'adhérents, nous avons besoin de vous pour partager votre expérience, renseigner les personnes potentiellement intéressées par le roller et aider aux inscriptions. Venez nous rejoindre sur le stand Zone 4 roller.

Afin d'organiser cette journée, Patrick a envoyé un mail le 13 août 2015 avec un formulaire d'inscription dans lequel vous pouvez préciser le lieu et le créneau horaire pour lequel vous êtes disponible pour venir nous aider sur le stand Roller zone 4.



Les groupes pour 2015-2016: Attention, nouvel horaire pour le **groupe adultes**

débutants/débrouillés : les cours auront lieu tous les vendredi soir à 20h30 au gymnase des Grès

Nom du groupe	S'adresse aux	Lieu et horaire
Baby 1 BE : Patricia	Enfants de 4 à 5 ans	Gymnase des Grès Samedi de 13h à 14h
Baby 2 BE : Patricia	Enfants de 6 à 7 ans	Gymnase des Grès Samedi de 14h à 15h
Enfants débutants/débrouillés BE : Patricia	Enfants de plus de 7 ans souhaitant acquérir les bases du roller	Gymnase des Grès Samedi de 15h à 16h30
Enfants confirmés BE : Patricia	Enfants de plus de 7 ans ayant obtenu la roue bleue et souhaitant découvrir les différentes disciplines du roller	Gymnase des Grès Samedi de 16h30 à 18h
Course enfants BE : Elhadi	Enfants de plus de 7 ans ayant obtenu la roue bleue et souhaitant s'initier à la course et participer à des compétitions de roller vitesse.	Gymnase des Grès Vendredi de 19h à 20h30 Pour les enfants de 12 ans et plus (mêlé au groupe adultes course), Gymnase des Grès : dimanche de 10h à 12h
Adultes débutants / débrouillés BE : Patricia	Adultes souhaitant acquérir les bases du roller (freinage, etc...)	Gymnase des Grès Vendredi de 20h30 à 22h
Randonnées adultes BE : Ludovic	Adultes maîtrisant les bases du roller (équivalent roue bleue) et souhaitant participer à des randonnées	Gymnase des Grès Mercredi de 20h30 à 22h
Course adultes BE : Elhadi	Adultes maîtrisant les bases du roller (équivalent roue bleue) et souhaitant participer à des compétitions de roller vitesse	Halle hockey – basket des Touleuses : Mardi de 20h30 à 22h Gymnase des Grès : Dimanche de 10h à 12h



Calendrier des cours du mois de Septembre : Réservez aux patineurs déjà adhérents zone 4

- **Baby** : samedi 12 et 19 septembre à 13h au gymnase des Grès
- **Enfants débutants/débrouillés** : à confirmer : un email sera adressé au groupe enfants deb
- **Enfants confirmés** : à confirmer : un email sera adressé au groupe enfants deb
- **Enfants course** : vendredi 11, 18 et 26 septembre à 19h au gymnase des Grès
- **Adultes débutants / débrouillés** : vendredi 11 et 19 septembre à 20h30 au gymnase des Grès
- **Randonnées adultes** : mercredi 9, 16 et 23 septembre à 20h30 au gymnase des Grès
- **Course adultes** : mardi 8 septembre



Randonnées mensuelles Zone 4: La prochaine randonnée mensuelle aura lieu le vendredi 4 septembre. Rendez vous place des 3 gares à Cergy le Haut à 20h45 pour un départ à 21h. Cette randonnée est ouverte à tous, vous pouvez donc venir avec des amis, voisins, etc... qui savent freiner. Petit rappel, n'oubliez pas votre casque.

LES NEWS DU MOIS



Les randonnées d'été dans le Vexin:

Tout l'été, les mardi et jeudi soir, ont lieu les randonnées d'été dans le Vexin.

Il n'est pas trop tard pour venir les découvrir ou les redécouvrir.

La randonnée fait 20 km, elle permet de profiter des petits villages du Vexin et de magnifiques couchers de soleil sur la campagne Vexinoise.



Pour participer, c'est simple, regarder le mail envoyé par Patrick pour avoir le lieu et l'heure du rendez-vous, se munir d'un gilet jaune et d'une petite lampe sur le casque, savoir freiner et c'est parti pour une soirée de pure bonheur.



Challenge IDF à Brétigny (dimanche 28 juin):



3 adultes et 2 enfants du groupe course sont allés participer au challenge IDF sur piste à Brétigny. Ils ont patiné pour la 1ère fois de leur vie sur une piste à bord relevée et ont défendu les couleurs de Zone 4.

Bilan : 1ère place : vétéran 1 H pour Frédéric, 1ère place : vétéran 2 H pour Patrick C. et 2ème place : vétéran 1 pour MG

(Certes nous étions seuls ou presque dans nos catégories à cause des 24h du Mans, du coup nous avons couru avec des jeunes de 15 à 18 ans et nous n'allons pas bouder nos coupes).

Les 6 heures de Paris (dimanche 2 août 2015 au bois de Boulogne) :

6 adultes du groupe course ont participé aux 6 heures de Paris, l'équipe de Perrine et ses papy : à savoir Jean-Victor, Robert, Patrick C et Elhadi ainsi que Patrick F et Olivier qui ont couru dans des équipes de potes.

En plus d'avoir profité de la super ambiance, ils ont brillé en terminant :

- 57ème / 252 au général et 6ème / 25 catégorie vétéran pour l'équipe de Perrine et ses papy en parcourant 153 km
- 33ème / 252 au général et 3ème / 25 catégorie vétéran pour l'équipe de Patrick F et Olivier en parcourant 169 km.



N'hésitez pas à aller lire les articles sur ces différents événements sur le site : [www. http://zone4roller.com](http://zone4roller.com) dans la rubrique **PapotMag**.

RENCONTRES SPORTIVES

 **Le calendrier des randonnées vertes** est disponible sur le site de la FFRS : <http://ffroller.fr/randonnee/randonnee-evenements/randos-vertes/les-etapes.html>

Voici la liste des prochaines randonnées à venir :

- **30 août 2015 : Rhine on skate (135 km à 20 km/h) – Rhin romantique – Rüdesheim am Rhein (Allemagne). Voir site : <http://www.rhine-on-skates.de/francais/>**
- **6 septembre 2015 : Rando verte roller 2015 : rando Angevine en bord de Loire**
- **13 septembre 2015 : 26ème édition de la randonnées roller du Marais Vernier (27)**
- **19 et 20 septembre 2015: La boucle du bassin d'Arcachon (33)**
- **27 septembre 2015: La rando verte des côtes d'Amour (44)**



Randonnée

Autres randonnées :

- **4 septembre 2015 : La randonnée mensuelle Zone 4 : RDV place des 3 gare à 20h45**
- **Les randonnées de l'été Zone 4 : RDV tous les mardi soir à 20h30 : Lieu communiqué par email aux adhérents Zone 4 (groupes adultes)**

 **Le calendrier des courses adultes (marathon / semi marathon).** Vous trouverez toutes les informations utiles sur les sites internet indiquées pour chaque course



Course

- **30 août 2015 : 10km de course à Villeparisis** sur un circuit fermé de 2km à 15h (catégorie minime à vétéran) : voir le mail de Patrick F à venir pour l'inscription
- **20 septembre 2015 : Lugdunum contest** : marathon et semi-marathon à Lyon
- **26 septembre 2015 : 42^{ème} édition du Marathon de Berlin**
- **4 octobre 2015 : championnat de France roller à la Ferté Bernard (72)**



Course



Le calendrier des 6/12/24 heures :

- 6 septembre 2015 : Les 6h de Strasbourg (67)
- 6 septembre 2015 : Challenge des 6h du Loiret à Loury (45)
- 20 septembre 2015 : Les 6h de roller à Pontarlier (25)
- 27 septembre 2015 : Les 6h de roller à Betz le château (36)
- 4 octobre 2015 : Les 6h de Varades (44)

Pour plus d'information, voir le site <http://www.rollerenligne.com/calendrier-competitions-roller> , et cliquer sur la compétition qui vous intéresse dans le calendrier.

LE SAVIEZ VOUS ?



Vous ne recevez pas les mails Zone 4: Et pourquoi donc ?

Zone 4 est abonné à un service qui permet d'envoyer des mails à un groupe de personnes prédéfinies dans une liste appelée la mailing liste.

Une mailing liste a été créée pour chacun des groupes (baby, enfant deb, enfant conf, enfant course, baby, adulte deb, rando et adulte course), ce qui permet de cibler les destinataires et éviter de polluer les personnes du groupe randonnée adultes par des mails concernant uniquement les enfants par exemple.

Une des raisons de la non réception des mails : votre adresse mail n'est pas déclarée dans la mailing liste.

Attention, votre adresse email est déclarée uniquement dans le groupe désigné sur la fiche d'inscription. Si vous changez de groupe en cours d'année, il faut envoyer un email à l'adresse suivante : zone4roller@gmail.com en indiquant votre ancien groupe et votre nouveau groupe, ainsi nous pourrons transférer votre adresse email dans le bon groupe.

L'autre raison de la non réception des mails : votre provider internet (free, orange, sfr, etc..), considère l'adresse mail zone 4 comme du spam et envoie directement les emails provenant de l'adresse zone dans les indésirables.

Dans ce cas, il vous faut vous connecter sur le site internet de votre provider, aller sur votre boîte mail dans les indésirable, cliquer sur un mail provenant de zone 4 roller et marquer l'email comme désirable. Normalement, les prochains mails Zone 4 seront déposés dans votre boîte mail.

Rendez vous en septembre pour notre prochaine newsletter Zone 4

Vous pouvez retrouver cette newsletter sur le site Zone 4 : www.zone4roller.com