

Retour du printemps ?

Mars est donc là et annonce l'arrivée imminente du printemps. Cela va nous permettre de briser la malédiction du mauvais temps de ce début d'année.

En effet, nous sommes fin prêts pour accueillir à nouveau les habitués, les revenants (!), certains anciens et vous tous les nouveaux randonneurs !

Nos randonnées vous permettront de découvrir ou redécouvrir l'agglomération lyonnaise par ses rues, ses routes, ses quais et ses montées / descentes.

Si vous appréciez plein air, sport et bonne humeur, rejoignez Macadam Roller !

A très bientôt !

Sortie Patin à glace au lac de Genin

Suite à une précédente annulation le 18 janvier dernier, nous avons décidé de reprogrammer cette sortie inédite afin de bénéficier du lac gelé.

Ce dimanche 1er mars, la météo annonçait la pluie sur la région du lac. Mais une vingtaine de courageux ont décidé de braver cette mauvaise augure. Quelques gouttes de pluie étaient effectivement visibles sur les pare-brises mais cela n'a pas ébranlé notre volonté de découvrir un lac gelé et de pouvoir faire du patin à glace dessus !

Comme prévu, la pluie était présente mais en faible quantité et finalement elle nous a juste privé du soleil !

Les 22 présents ont pu apprécier de patiner sur la glace à l'air libre dans un joli cadre. Ensuite, nous avons pique-niqué à l'auberge du lac et nous avons été très bien reçus !

La prochaine sortie au lac se fera l'hiver prochain et nous pourrons proposer plusieurs activités différentes : patins à glace, raquettes à neige et luge !

Prochaine sortie : dimanche 29 mars, voie verte du Beaujolais.



Sortie du dimanche :
Patin à glace ...



... et luge !

Décrassez vos rollers !

13 Mars Gare de Vénissieux

La plus longue de nos balades,

27 Mars : Gerland

La randonnée la plus facile de Macadam, l'occasion ou jamais d'essayer le vendredi.

Agenda

Dimanche 08/03

- ▶ initiation roller à la Doua.

Dimanche 22/03

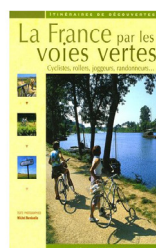
- ▶ initiation roller à la Doua

Bientôt

Le week-end du 30 et 31 Mai, nous vous proposerons un week-end à la découverte du Valais, en Suisse.

Nous vous donnerons rapidement plus d'infos sur notre site (lieu, coûts...) !

Idée Cadeau



Faites plaisir à toute la famille, avec l'arrivée des beaux jours, offrez lui ce guide des voies vertes praticables en vélo et/ou en roller pour de belles balades en amoureux, en famille ou entre amis !

Randonnée Sidaction - 27 mars

Cette année, Macadam Roller a souhaité s'associer à nouveau à la campagne du Sidaction en organisant une randonnée spéciale dédiée à cette cause.

Il s'agira de réunir le plus de personnes possible afin d'afficher notre soutien et solidarité à la communauté de chercheurs et aux personnes atteintes.

Nous avons programmé un parcours accessible au plus grand nombre : Gerland. De cette manière nous pourrons afficher les couleurs du Sidaction par l'intermédiaire des t-shirts qui vous seront distribués à cette occasion.

Nous vous demandons de prévoir de la monnaie car nous ferons une collecte à laquelle l'association contribuera également.

Parlez-en autour de vous, venez nombreux ! Plus nous serons, mieux ce sera !

La vie au sein du CA : La création d'un parcours de A à Z

Macadam Roller dispose aujourd'hui d'une vingtaine de parcours, dont une quinzaine tournent régulièrement toute l'année. Or il est toujours agréable de rouler sur un nouveau parcours avec de nouvelles destinations en utilisant des rues que nous n'avons pas l'habitude de parcourir !

Mais comme vous devez vous en douter, la création d'un parcours roller n'est pas facile. Il faut d'abord avoir la bonne idée. Cela peut être soit une destination inédite, soit une rue intéressante à rouler, ou encore un paysage dépaysant par exemple. Ensuite il faut étudier par où pourrait-on faire passer la boucle ? Un simple aller-retour vers la destination en question ne serait pas intéressant pour les randonneurs. L'idéal est de trouver plusieurs points attrayants, et de former une boucle en les reliant. Il faut aussi veiller à utiliser un maximum de rues inédites par rapport à nos autres parcours.

Une fois le parcours tracé sur une carte en respectant les nombreux sens uniques de la ville, il faut tester le parcours : la meilleure partie ! Pendant ces repérages, il faut veiller à la qualité du bitume, à la faisabilité d'un cortège roller (pas de rue trop étroite ni de voie rapide), de l'éclairage nocturne... Le plus primordial est de veiller au dénivelé qui doit être praticable par la majorité des patineurs, nous ne sommes pas tous des descendeurs ou des grimpeurs ! Un long plat est désirable après chaque descente un peu raide. La longueur est aussi à surveiller, qui doit être comprise entre 20 et 35 km.

Et en tout dernier lieu vient la décision d'un joli nom pour le parcours. Généralement on prend la ville atteinte avec la rando : Vénissieux, St Priest, Vaulx-en-Velin, Villeurbanne... Mais ces noms sont pour la plupart déjà pris par nos parcours existants ! L'astuce ultime consiste à piquer le nom d'un arrêt bus TCL situé sur

En chiffre

3

Vendredi 13 en 2009, de quoi faire trembler plus d'un randonneur !

Après un dur labeur, voici enfin les nouveaux documents qui serviront à communiquer davantage.

La carte de visite est d'un format pratique car elle se range facilement dans un porte-feuille. L'autocollant vous sera distribué en plusieurs exemplaires afin que vous puissiez porter fièrement nos couleurs !

Enfin, nous allons imprimer des affiches A4 et A3 que vous pourrez afficher dans votre fac, école, entreprise, hall d'entrée ou tout autre support prévu à cet effet.

le tracé ! En effet ces noms sont souvent représentatifs d'un nom de quartier oublié ou d'un détail de l'histoire du quartier traversé. On peut ainsi embellir même le pire secteur de l'agglomération ! Exemple avec notre parcours Moulin à vent. Vous imaginez un petit moulin au milieu des champs ? Perdu ! C'est un carrefour de Lyon 8ème !

Voilà maintenant que vous savez tout vous pouvez créer votre propre parcours et pourquoi pas le proposer à Macadam Roller ?!

Mike

à suivre...