GS Ajoie

Programme

2020

joliatcycles.ch
NOUVEAU
RABAIS SPÉCIAL POUR
LES MEMBRES DU
GS AJOIE

One
Suspension.ch
VOTRE CENTRE DE SERVICE
FOURCHE, AMORTISSEUR ET
TIGE DE SELLE.
ACCESSIBLE À TOUTES ET TOUS. AU MAGASIN JOLIAT CYCLES OU PAR ENVOI POSTALE

CYCLEFIT.ch
ÉTUDE POSTURALE & ANALYSES
ÉTUDE POSTURALE
PRESSION DE SELLE
SEMELLES SUR MESURE

COMITE 2020

Présidente	**Stephanie Schenk** Pont d'Able 3 2900 Porrentruy	**032 466 71 03** **079 406 48 42** stephanie.schenk@fermedubonheur.ch
Vice-président Groupe Compétition	**Romain Aubert** Rte de Courgenay 21 2942 Alle	**079 590 28 22** raubert4@hotmail.com
Secrétaire	**Mirielle Von Kaenel** La Chaive 143 2902 Fontenais	**079 854 50 17** m.vonkaenel@hotmail.ch
Caissier	**Michaël Maillard** Les Champs Morel 2950 Courgenay	**079 225 25 10** maza5@bluewin.ch
Ecole de Cyclisme Site internet	**François Gatherat** Route d'Alle 48 2900 Porrentruy	**032 475 60 76** **079 489 64 29** f.gatherat@gmail.com
VTT Championnat interne	**Karel Von Kaenel** La Condemenne 199 2944 Bonfol	**078 868 83 89** rossi4699@hotmail.com
Programme Championnat interne	**Damien Heiniger** Rue d'Argile 14 2900 Porrentruy	**079 436 59 52** damien.heiniger@gmail.com

Site internet **http://www.gsajoie.ch**

Webmaster François Gatherat

- ⇨ Pour contacter le webmaster **webmaster@gsajoie.ch**
- ⇨ Demande d'informations **info@gsajoie.ch**
- ⇨ Secrétariat **secretariat@gsajoie.ch**

Le comité se réjouit de vous retrouver à vélo, en vert !

INFORMATIONS

ENTRAINEMENTS HEBDOMADAIRES

Dès le 8 mars	« Les sorties pour **TOUS** » le **dimanche matin 9h00**
Dès le 14 mars	Entraînements route et VTT, le **samedi à 13h30**
Dès le 31 mars	Entraînements route et VTT, le **mardi à 18h00**
Dès le 2 avril	Entraînements route et VTT, le **jeudi à 18h00**

A la case du GS Ajoie
Route d'Alle 2, PORRENTRUY
(Jubin Frères SA)

- ⇨ Des sorties spéciales vous seront proposées en cours de saison
- ⇨ Les informations vous parviendront par courriel et seront également affichées à la case du club

- ⇨ **Le port du casque est obligatoire pour les activités du club**
- ⇨ **Le port du maillot du club est une excellente publicité**

Pour plus d'informations sur les sorties spéciales organisées par le GS Ajoie durant la saison, consultez notre site internet, www.gsajoie.ch !

sorties spéciales et évènements durant l'année ! MERCI aux organisateurs !

COTISATIONS du GS Ajoie :

Couple	CHF 100.-	
Individuel (adulte)	CHF 80.-	
Jeune (apprentis-es, étudiants-es)	CHF 30.-	jusqu'à 20ans
Jeune (apprentis-es, étudiants-es)	CHF 50.-	entre 21-25ans

Référence bancaire du compte GSA : BCJ IBAN N° : **CH15 0078 9042 5500 31077**

CHAMPIONNAT INTERNE ROUTE 2020

1ère MANCHE : Dimanche 19 avril

Course en ligne, Porrentruy – Haute-Ajoie – arrivée à Bressaucourt 45 km

2ème MANCHE : Mardi 26 mai

Contre la montre individuel Chevenez-Chevenez - 15 km

3ème MANCHE : Dimanche 16 août

Contre la montre individuel du Col de Montvoie – 7 km

4ème MANCHE : Samedi 26 septembre

Contre la montre par équipe de 2, parcours du PCA – 25 km
Tirage au sort des équipes sur place

Les résultats de 3 manches seront pris en compte pour le classement final
La participation en tant que bénévole compte comme participation

Un classement catégorie jeunesse sera établi

CASQUE OBLIGATOIRE

Les courses se déroulent sur routes ouvertes
Respectez le code de la route !

Le règlement détaillé est disponible sur notre site internet
www.gsajoie.ch

Autres Calendriers Jurassiens et Suisse pour tous les niveaux et disciplines

AIJC - Association Inter Jurassienne de Cyclisme **www.aijc.ch**
** *Toutes les courses marquées de ** font partie de la Coupe AIJC 2020*
*(Infos et règlement : **www.aijc.ch**)*

SwissCycling **www.swiss-cycling.ch**

CHARTE DU GSA

Plaisir

La pratique du vélo au sein de notre club est à considérer en priorité comme source de plaisir et de bien-être, les notions de compétition et de performance ne venant qu'en second lieu.

Solidarité

Le vélo est le centre d'intérêt commun des membres : il les unit dans l'effort quels que soient leurs origines, leur niveau social, leurs opinions ou leurs croyances. L'entraide fait pleinement partie du fonctionnement du club.

Respect

Chacun est tenu de respecter les autres membres en manifestant une attitude correcte envers eux. La pratique du vélo doit se faire dans le respect de soi-même, des autres et des règles.

Dialogue

Le dialogue est à la base de notre pratique sportive et de notre vie associative. Chacun a donc pleinement le droit de s'exprimer et d'être entendu.

Responsabilité

Le moniteur et les autres adultes du club sont des personnes de référence pour les jeunes. A ce titre, ils peuvent représenter des modèles à leurs yeux. Il est donc essentiel que leur comportement soit exemplaire.

TROPHEE JURASSIEN 2020

1	**RACE BIKE CHO** *di 26 avril à Develier*		20 km
2	**NARCISSES RUN** *sa 16 mai à Damvant*	8.8 km	
3	**TOUR DE R'BEUTZ** *ve 5 juin, sa 6 juin à Rebeuvelier*	14 km	27 km
5	**TJ SÉRIES** *me 10, 17 et 24 juin 3 régions*		12 à 16 km
4	**COURSE DES FRANCHES** *ve 19 juin au Noirmont*	10 km	
5	**VICQUES-RÉTEMBERG** *ve 26 juin à Vicques*	6.3 km	
6	**TOUR DU VAL TERBI** *ve 3 juillet à Montsevelier*	10.3 km	
7	**VALTERBIMANIA** *sa 4 juillet à Montsevelier*		22 km
8	**LES TCHÉRATTES** *sa 1er août à Epauvillers*	22.5 km	36 km
9	**CLM DU COL DE MONTVOIE** *di 16 août à Fontenais*		9.5 km
10	**P'TIT RAID** *di 6 septembre à Moutier*		19 km
11	**TOUR DES SOMMETRES** *di 20 septembre au Noirmont*		25 km
12	**TROPHEE DE LA TOUR DE MORON** *di 27 septembre à Malleray*	11.8 km	
13	**LE TABEILLON** *di 11 octobre à Glovelier*	14.3 km	21.5 km
14	**LES 10 BORNES** *sa 24 octobre à Courtelary*	10 km	

la Mobilière
Gilles Tissier
079 614 91 66

S.A.
PNEUS
Pneus - Jantes - Batteries -
Géométrie - Echappement -
Jean-François et Alain Chariatte
PORRENTRUY
Tél. 032 466 63 39
DELÉMONT
Tél. 032 423 26 62

Famille
André & Fabienne HEINIGER
Rue d'Argile 14
2900 PORRENTRUY

VENTE DE POMMES DE TERRE
1CHF/Kg

Tél. 032.466.66.16 Natel 079.699.52.69
E-Mail : andre.heiniger@bluewin.ch

MARS

Samedi 7 mars — **Assemblée Générale** — **Chevenez**
17h00 — Restaurant du Cheval Blanc

Dimanche 8 mars — **Parcours en groupe** — **58 km**
9h00
Tour de l'Ajoie pour commencer la saison :
Porrentruy – Alle – Miécourt – Fregiécourt – Cornol – Courgenay – Porrentruy – Chevenez – Rocourt – Grandfontaine – Fahy – Bure – Buix – Porrentruy

Apéro à la Colonie Italienne (11h00)

Samedi 14 mars — *Course d'entraînement* ** — *RBAcadémie*
Corban

Dimanche 15 mars — **Parcours en groupe** — **50 km**
9h00
Porrentruy – Courtedoux – Chevenez – Grandfontaine – Fahy – Bure – Buix – Montignez – Lugnez – Beurnevésin – Bonfol – Vendlincourt – Alle – Porrentruy

---

Samedi 21 mars — **Course ** d'entraînement** — **Porrentruy**
13h30 départ — Organisation GSA
Resp. Christian Rémy
079 / 663 76 40

Inscriptions 12h30-13h15 à l'Hôtel de la Gare (PMU)
pour les détails **http://www.gsajoie.ch**

Dimanche 22 mars — **Parcours en groupe** — **58 km**
9h00
Porrentruy – Coeuve – Lugnez – Courtelevant – Réchésy – Pfetterhouse – Moernach – Durlinsdorf – Courtavon – Miécourt – Fregiécourt – Cornol – Alle – Porrentruy

---

Dimanche 29 mars — **Parcours en groupe** — **62 km**
9h00

Porrentruy – Courtedoux – Chevenez – Rocourt – Grandfontaine – Fahy – Bure – Courtemaîche – Grandgourt – Montignez – Lugnez – Beurnevésin – Bonfol – Vendlincourt – Alle – Miécourt – Charmoille – Fregiécourt – Cornol –Courgenay – Porrentruy

Dimanche 29 mars — *Grand Prix de la Courtine* ** — *V.C.F.M.*
Les Genevez — *Course nationale élites/amateurs et régionale*

AVRIL

à partir du
Mardi 31 mars
18h00

Entraînements du mardi
pour toutes et tous

Route
VTT

1er entraînement de l'école de cyclisme

L'entraînement du mardi est ouvert à tous :

- Groupe Route
- Groupe VTT
- Groupe Dames
- Ecole de cyclisme VTT (sous la conduite de moniteurs)

à partir du
Jeudi 2 avril
18h00

Entraînements du jeudi

Route
VTT

L'entraînement du jeudi :

- Ecole de cyclisme Route (sous la conduite de moniteurs)

Dimanche 5 avril **Parcours en groupe** **78 km**
9h00
Porrentruy – Courtemaîche – Boncourt – Delle – Fêche-L'Eglise – Fesches-le-Châtel – Etupes – Taillecourt – Audincourt – Seloncourt – Hérimoncourt – Abbévillers – Fahy – Porrentruy

Dimanche 5 avril	*Ch. Romand + Cantonal Route*	*Fully, Valais*
4 et 5 avril	*Les Courses du Mont-Terrible*	*CA Fontenais*
		www.mont-terrible.ch

Lundi de Pâques 13 avril **Parcours en groupe** **57 km**
9h00
Porrentruy – Chevenez – Damvant – Pierrefontaine-lès-Blamont – Pont-de-Roide – St-Hippolyte – Vaufrey – Glère – Montvoie – Porrentruy

---

Dimanche 19 avril	**1ère Manche du championnat interne**	**45 km**
Course en ligne		**Ouvert à tous**

Départ : Porrentruy (garage Olivotti) – Courtedoux. – Chevenez – Rocourt – Grandfontaine – Fahy – Chevenez (rond-point) – Rocourt – Grandfontaine – Fahy – Courtedoux – rond-point Dinosaure direction Bressaucourt – Arrivée : Bressaucourt

17 au 24 avril	*Camp d'entraînement VCFM*	*VCFM, Croatie*
17 au 20 avril	*Camp pour les jeunes AIJC*	***www.aijc.ch***
		Münster/Alsace

Dimanche 26 avril **Parcours en groupe** **62 km**
9h00

Porrentruy – Alle – Miécourt – Charmoille – Lucelle – Petit-Lucelle à droite direction Huggerwald – Huggerwald – Liesberg – Soyhières – Mettembert – Lucelle – Miécourt – Alle – Porrentruy

Dimanche 26 avril *Race Bike Cho* *VTT Club Jura*
VTT Coupe Kids AIJC *Develier*

ORBEA CANYON TREK

r. boillat cycles

www.rboillat.ch

2900 PORRENTRUY
032 466 28 49

2340 LE NOIRMONT
032 953 11 67

VTT - Vélos de course
Vélos électriques

offre à tous les membres du GSA un rabais de 20% sur son assortiment (sauf vélos électriques)

F. Hänni SA
www.f-haenni.ch
Installations électriques 2900 Porrentruy 032 466 14 55

Boucherie Quiquerez Traiteur

Grandfontaine – Chevenez – Porrentruy

Boucherie Quiquerez - Ch. des Eperviers 64 - 2908 Grandfontaine
Tél. 032 / 476 66 52 - Fax. 032 / 476 72 52 - Natel 079 / 449 84 34
traiteurquiquerez@bluewin.ch

www.quiquereztraiteur.ch

MAI

Vendredi 1er mai — **Parcours en groupe** — **124 km**
9h00 — *Pause de Midi au Mont Crosin*
Organisé par Alain Wahl

Porrentruy – Courgenay – Cornol – La Caquerelle – Boécourt – Glovelier – Berlincourt – Le Pichoux – Bellelay – Tavannes – Pierre-Pertuis – Sonceboz – Courtelary – Saint-Imier – Mont-Crosin – Les Reussilles – Les Cerlatez – Saignelégier – Saint-Brais – Sceut – La Caquerelle – Courgenay – Porrentruy

---

Dimanche 3 mai — **Parcours en groupe** — **58 km**
9h00
Porrentruy – Courtemaîche – Boncourt – Delle – Fêche-L'Eglise – Fesches-le-Châtel – Etupes – Taillecourt – Audincourt – Seloncourt – Hérimoncourt – Abbévillers – Fahy – Grandfontaine – Porrentruy

---

Vendredi 8 mai — *Critérium de Boncourt* **** ***Coupe Kids AIJC*** — *TC Boncourt* *AIJC*

Dimanche 10 mai — Fête des mamans

un dimanche pour les mamans

Vendredi 15 mai — **Critérium de Porrentruy ****

Organisation GSA
Coupe Kids AIJC

GS Ajoie AIJC

Circuit : Ville de Porrentruy; 0.760 km
Vestiaires : Centre sportif les Tilleuls, rue du Temple 12, 2900 Porrentruy
Inscriptions : Camion jury / ligne d'arrivée devant l'Hôtel de Ville dès 18h00
Résultats : Sur la ligne d'arrivée dès 21h30

Petite restauration, venez nombreux !

Samedi 16 mai — *Narcisse run* *Tour de Bern* — *Damvant* *Lyss*

Dimanche 17 mai — **Parcours en groupe** — **57 km**
9h00
Porrentruy - Chevenez - Réclère - les Grottes - Vaufrey - Glère - Brémoncourt - Ocourt - Seleute - Col de la Croix - Courtemautruy - Courgenay – Porrentruy

---

Mercredi 20 mai — *Critérium de Bassecourt* **** ***Coupe Kids AIJC*** — *HC Bassecourt* *AIJC*

Jeudi 21 mai	**Ascension**	**111 km**
9h00	**Parcours en groupe**	

Porrentruy – Réclère – Vauffrey – St.-Hippolyte – Dessoubre – Belleherbe – Sancey-le-Long – Vyt-les-Belvoir – Valonne – Noirefontaine – Pont-de-Roide – Damvant – Porrentruy

Jeudi 21 mai	*Championnat Romand CLM*	*Reverolle*

Dimanche 24 mai	**Parcours en groupe**	**73 km**
9h00		

Porrentruy – Courtavon – Winkel – Ligsdorf – Raedersdorf – Oltingue – Bettlach – Césarof – Werentzhouse – Ferrette – Moernach – Courtavon – Miécourt – Porrentruy

---

Mardi 26 mai	**2ème Manche du championnat interne CLM indviduel**	**15 km**
18h00		

Chevenez – Rocourt – Fahy – Chevenez

Dimanche 31 mai	**Parcours en groupe**	**66 km**
9h00		

Porrentruy – Chevenez – Grandfontaine – Fahy – Abbévillers – Croix – Montbouton – Beaucourt – Badevel – Fêche-l'Eglise – Delle – Florimont – Courtelevant – Réchésy – Beurnevésin – Bonfol – Vendlincourt – Alle – Porrentruy

QUALITÉ DU BOUCHER

Famille Alain Gatherat

2926 Boncourt 032/475.60.76
2900 Porrentruy 032/466.17.85

JUIN

Lundi 1er juin	**Sortie de Pentecôte**	**132 km**
9h00	**Spéciale TDF**	

Porrentruy - Boncourt - Delle - Grandvillars - Froidefontaine - Charmois - Meroux - Danjoutin - Belfort, direction Valdoie - Salbert - Evette-Salbert - Errevet – (après Errevet à droite direction Plancher-Bas) - Le Pré Besson - Plancher-Bas - Plancher-les-Mines - **Planche-des-Belles-Filles** - Plancher-les-Mines - Plancher-Bas - Auxelles-Bas - La Chapelle-Sous-Chaux - Sermamagny - Belfort - Danjoutin - Meroux - Charmois - Grandvillars - Delle – Porrentruy

---

Vendredi-Samedi 5-6 juin	*Tour de Rebeuvelier VTT* ***Coupe Kids AIJC***	*Rebeuvelier*

Dimanche 7 juin	**Parcours en groupe**	**61 km**
9h00		

Porrentruy – Courgenay – LaCaquerelle – Glovelier – Saulcy – St-Brais – Sceut LaCorniche – Porrentruy

---

Mercredi 10 juin	*Mémorial Loureiro 1* ****** *Course sur route* *TJ séries n°1*	*Les Genevez* *V.C.Tramelan*

Jeudi 11 juin	**Fête Dieu**	**103 km**
9h00		

Porrentruy – Alle – Cornol – Les Rangiers – Delémont – Courroux – Vicques – Mervelier – Vermes – Envelier – Le Bächle – Corcelles – Crémines – Moutier – Perrefitte – Les Ecorcheresses – Le Pichoux – Undervelier – Berlincourt – Glovelier – Boécourt – la Caquerelle – Cornol – Courgenay – Porrentruy

---

Samedi 13 juin	*1ère manche Championnat Jurassien de Triathlon* *Triathlon de Boncourt*	*Boncourt* *www.piscineboncourt.ch*

Dimanche 14 juin	**Parcours en groupe**	**65 km**
9h00		

Porrentruy – Alle – Miécourt – Charmoille – Lucelle – Pleigne – Movelier – Ederswiler – Roggenburg – Kiffis – Hippolskirch – Ligsdorf – Dürlinsdorf – Courtavon – Miécourt – Porrentruy

---

Mercredi 17 juin	*Mémorial Loureiro 2* ****** *Course sur route* *TJ séries n°2*	*Tramelan* *V.C.Tramelan*

Vendredi 19 juin	*Course des Franches*	*Le Noirmont*

Samedi 20 juin	*2ème manche Championnat Jurassien de Triathlon* *Triathlon de Tramelan*	*Tramelan* *www.triathlon-tramelan.ch*

Dimanche 21 juin **Parcours en groupe** **64 km**
9h00
Porrentruy – Courgenay - Cornol – La Caquerelle – Boecourt - Glovelier - Undervelier - Soulce - Courfaivre - Develier – les Rangiers - Cornol - Alle - Porrentruy

Dimanche 21 juin	*Championnat Suisse Route*	

Mardi 23 juin	**Parcours du 40ème**	**au choix**
12h30	TDR 2015 + PCA + Montvoie – la Croix	**106km**
13h30	TDR 2015 + PCA + Montvoie – la Croix	
15h00	TDR 2015 + PCA	**59km**
16h00	PCA	**26.5km**
	Rendez à l'arrivée à l'esplanade	

Mercredi 24 juin	*Mémorial Loureiro 3 *** *Course sur route* *TJ séries 3*	*Les Genevez* *V.C.Tramelan*
Vendredi 26 juin	*Vicques Retemberg*	*Vicques*
Samedi 27 juin	*Les 12h/24H VTT de la Birse*	*Reconvilier*

Weekend du 27-28 juin, événement spécial
Sortie route et VTT à Fribourg

Cette année le weekend spécial se passera à Fribourg aux portes des Préalpes Fribourgeoises. Nous vous proposons de participer à la BerGiBike sur les différents parcours de **14, 21, 36, 79 km** le samedi et de profiter de la région le dimanche.
Informations sous www.bergibike.ch

Le weekend sera organisé en réunissant à nouveau les « routiers » et les « VTTistes ». La région propose de sublimes paysages aussi bien sur la route qu'en VTT. N'hésitez donc plus à faire le déplacement !

Sortie organisée par Karel VonKaenel
Informations, inscriptions au 078 868 83 89 ou par mail à rossi4699@hotmail.com
Et sur le site www.gsajoie.ch

Dimanche 28 juin	*Slow-Up*	*Jura*

FUCHS & CORPATAUX

ELECTRICITE – ELECTROMENAGER

2950 COURGENAY 032 / 471 12 39

Electricité / Téléphone / Informatique / Habitat

Détection incendie / Industrie / Climatisation

Electroménager vente et réparation

rwb groupe sa
les ingénieurs.

L'humain au cœur de l'ingénierie

Aménagement du territoire

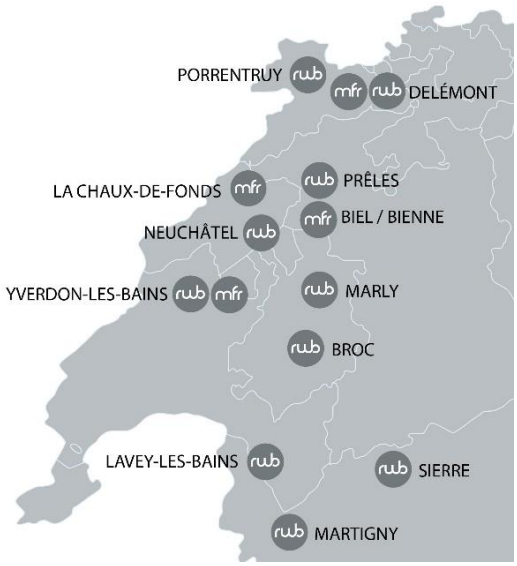
Eau

Energie

Environnement

Mobilité & Infrastructures

Imaginer, créer, aménager des cadres de vie respectueux de l'humain et de l'environnement, voilà un défi des plus passionnants pour l'équipe d'ingénieurs RWB Groupe SA.



www.rwbgroupe.ch

ECOLE DE CYCLISME

François Gatherat – *f.gatherat@gmail.com – 079 489 64 29 – Route d'Alle 48, 2900 Porrentruy*

Pour qui ?

Notre école est ouverte aux jeunes, **filles ou garçons**, de **8 à 20 ans**, intéressés par le vélo de route ou le VTT.

Les entraînements, sous la conduite de moniteurs J + S, leur donnent l'occasion d'apprendre à rouler en groupe et d'acquérir la technique de base du cyclisme. Plusieurs groupes sont formés selon le niveau des participants et le type de vélo (route ou VTT).

Activités 2020

- **Entraînements hebdomadaires** : tous les **mardis en VTT et les jeudis en vélo de route de 18h à 20h** du 24 mars à fin septembre. Différents groupes selon le niveau de chacun en VTT et vélo de route.
- **Tour à vélo** : du 7 au 14 juillet, camp itinérant en vélo de route. Responsable : Philippe Berthoud.
- **Week-end VTT de fin de saison** : début octobre, un week-end en VTT pour clôturer la saison.
- **Week-end AIJC** : du 17 au 20 avril. Camp VTT et route pour les jeunes des clubs affiliés.
- **Compétition** : participation à des courses régionales et nationales pour les plus motivés.
- **Entraînement d'hiver** : spinning, condition physique, VTT.

Lieu de rendez-vous

Case du GSA, Jubin Frères, Rte d'Alle 2, 2900 Porrentruy

Moniteurs J + S

AUBERT Romain	BERTHOUD Philippe	GATHERAT François
HEINIGER Damien	RERAT Christophe	RACORDON Jérôme

Afin de toujours mieux entourer nos jeunes, toutes les personnes motivées sont les bienvenues pour rejoindre l'équipe des moniteurs et suivre un cours J + S

HABITAT
PORRENTRUY

BUREAU
DELÉMONT

Nicol
MEUBLES

porrentruy, fbg de france 1, 032 466 21 32 | **delémont,** rue de la vauche 6, 032 422 06 22

www.nicol-meubles.ch

Lièvre S.à r.l.
Menuiserie
Bacavoine 167
2902 Fontenais

Tél. + Fax 032 466 59 54
Natel 079 652 89 49

Kiosque Chantal Aubert
Rue Gustave Amweg 43A
2900 Porrentruy
032 466 48 21

JUILLET

Mercredi 1er juillet	*Trophée du Doubs ** *Biaufond – Les Bois*	*1ère étape V.C.F.M.*

Vendredi 3 juillet	*Tour du Val terbi*	*Montsevelier*
Samedi 4 juillet	*Valterbimania Championnat Suisse VTT*	*Montsevelier*
	3eme manche Championnat Jurassien de Triathlon Triathlon de Val-de-Ruz	*Val-de-Ruz www.trivdr.ch*

Du samedi 4 au dimanche12 juillet	**Tour à vélo *Route / VTT***	***Emmental Sörenberg***
organisé par Philippe Berthoud		

Dimanche 5 juillet **Parcours en groupe** **57 km**
9h00
Porrentruy - Chevenez - Réclère - les Grottes - Vaufrey - Glère - Brémoncourt - Ocourt - Seleute - Le col de la Croix - Courtemautruy - Courgenay – Porrentruy

---

Mercredi 8 juillet	*Trophée du Doubs ** *La Goule – Le Noirmont*	*2ème étape V.C.F.M.*

Dimanche 12 juillet **Parcours en groupe** **Vacances**
9h00
Parcours selon les personnes présentes

Dimanche 12 juillet	*4eme manche Championnat Jurassien de Triathlon Triathlon de La Neuveville*	*La Neuveville http://www.triathlon-laneuveville.ch/*

Mercredi 15 juillet	*Trophée du Doubs ** *La VerteHerbe-Saignelégier*	*3ème étape V.C.F.M*

Samedi 18 juillet	*TDF à la planche des belles filles*	

Samedi 18 Juillet 7h00 *organisé par Lionel Bonati*	**Sortie VTT spéciale** **Préparation Grand Raid**	**120km**

Porrentruy - Courgenay - Montvoie – la Motte - Epauvillers - Chervillers - Ravines - Sceut - Tabeillon - Berlincourt - Frenois – LesOrdons – Charmoille - Montgremay – Courtemautruy - Porrentruy

Mercredi 22 juillet	*Trophée du Doubs* ****** *St-Ursanne-Sceut-St-Brais*	*4ème étape* *V.C.F.M.*

Dimanche 26 juillet 9h00	**Parcours en groupe**	**Vacances**

Parcours selon les personnes présentes

Mercredi 29 juillet	*Trophée du Doubs* ****** *Soubey - Saignelégier*	*5ème étape* *V.C.F.M*

AOUT

Samedi 1er août — *Les Tchérattes VTT* — *Epauvillers*

Dimanche 2 août — **Parcours en groupe** — **75 km**
9h00
Porrentruy – Fontenais – Montvoie – Montancy – Glère – Vaufrey – St.Hippolyte – Montécheroux – Pierrefontaine-lès-Blamont – Damvant – Réclère – Chevenez – Courtedoux – Porrentruy

---

Samedi 8 août — *5ème manche Championnat Jurassien de Triathlon Triathlon Granit Man d'Asuel avec triathlon jeunesse* — *Porrentruy, Asuel GS Asuel / GS Ajoie* *www.gsajoie.ch/triathlon*

Dimanche 9 août — **Parcours en groupe** — **70 km**
9h00
Porrentruy – Alle – Miécourt – Courtavon – Oberlarg – Winkel – Ligsdorf – Raedersdorf – Lutter – Wolschwiller – Kiffis – Moulin Neuf – Ederswiler – Movelier – Pleigne – Lucelle – Miécourt – Alle – Porrentruy

---

Samedi 15 août — *6ème manche Championnat Jurassien de Triathlon Triathlon de St-Imer* — *St-Imier*

MC-MAILLARD

le pépin

BESOIN D'UNE BONNE CORRECTION ?

MON OEIL

www.optiquemonoeil.ch

Dimanche 16 août
9h00

Course de côte CLM pour populaires et compétiteurs **

Handbike
Route et VTT
Course à pied
Nordic walking

Trophée Jurassien

Col de Montvoie
Altitude 858 m.

www.gsajoie.ch

3ème manche championnat interne

Zone départ et cantine aux installations sportives à Fontenais
Responsable : Franck Fleury

Samedi 22 août

Saignelégier

www.juradefi.ch

Verbier-Grimentz

Dimanche 23 août **Parcours en groupe** **57 km**
9h00
Porrentruy – Alle – Miécourt – Courtavon – Levoncourt – Oberlarg – Winkel – Ferrette – Vieux-Ferrette – Feldbach – Bisel – Niederlarg – Mooslargue – Pfetterhouse – Beurnevésin – Lugnez – Damphreux – Coeuve – Porrentruy

---

Vendredi 28 août *Critériums du VCOD***** *Delémont*
VCOD

Samedi 29 août *Enduro Equinoxx* *Vicques*

Dimanche 30 août **Parcours en groupe** **57 km**
9h00
Porrentruy – Chevenez – Réclère – Les Grottes – Vaufrey – Glère – Brémoncourt – Ocourt – Seleute – Le Col de la Croix – Courtemautruy – Courgenay – Porrentruy

Dimanche 30 août *7ème manche Championnat Jurassien de Triathlon*
Triathlon de La Chaux-de-Fonds *La Chaux-de-Fonds*
www.tricdf.ch

---

terrierstrahm
FERBLANTERIE I COUVERTURE I ETANCHEITE I FACADES

2926 Boncourt terrier.strahm@gmail.com

Tél. 032 475 71 38 Christophe Terrier Raphaël Strahm
Fax 032 475 71 39 078 666 57 60 079 355 01 24

SEPTEMBRE

Dimanche 6 septembre	*P'tit Raid VTT* *Coupe Kids AIJC*	*Moutier* *CC Moutier*

Dimanche 6 septembre **Parcours en groupe** **75 km**
9h00
Porrentruy – Courchavon – Buix – Boncourt – Delle – Grandvillars – direction Bourogne (à droite canal Rhône-Rhin) – Froidefontaine – Manspach – Seppois-le-Bas – Pfetterhouse – Beurnevésin – Bonfol – Alle – Porrentruy

---

Samedi 12 septembre	*Tour du Jura*	*Delémont*
Dimanche 13 septembre	*Eole Bike VTT* *Coupe Kids AIJC* *Championnat Romand et cantonaux VTT*	*Tramelan* *V.C. Tramelan*

Dimanche 13 Septembre **Parcours en groupe** **72 km**
9h00
Porrentruy – Alle – Cornol – Les Rangiers – Glovelier – Undervelier – Le Pichoux – Bellelay – Lajoux – Saulcy – St-Brais – La Caquerelle – Porrentruy

---

Samedi 19 septembre	*Journées nationales de repérage de talents*	*Granges*
Dimanche 20 septembre	*Tour des Sommêtres VTT*	*Le Noirmont* *VCFM*

Dimanche 20 septembre **Parcours en groupe** **85km**
9h00
Porrentruy – Alle – Cornol – Les Rangiers – Delémont – Vicques – Mervelier – LaChapelle – Vermes – Vicques – delémont – LesRangiers - Porrentruy

---

Samedi 26 septembre	**4e manche du championnat interne** **CLM par équipe de 2**	**25 km**

Parcours du PCA : Alle – Porrentruy – Coeuve – Damphreux – Lugnez – Beurnevésin – Bonfol – Vendlincourt – Alle – Porrentruy

Samedi et Dimanche 26 - 27 septembre	*42e Rallye des Vendanges*	*Dijon*
Dimanche 27 septembre	*Trophée tour de Moron*	*Malleray*
Du Dimanche 20 Au Dimanche 27 septembre	*Championnat du Monde*	*Martigny*

Dimanche 27 septembre **Parcours en groupe** **55 km**
9h00
Porrentruy – Alle – Charmoille – Lucelle – Bourrignon – Develier-Dessus – (à droite) – Bois-de-Robe – Montavon – Séprais – Boécourt – La Caquerelle – Cornol – Courgenay – Porrentruy

---

GROUPE COMPETITION DU GS AJOIE
INFORMATIONS 2020

Pourquoi ?

Mis sur pied à l'aube de la saison cycliste 2011, le Groupe Compétition (GC) a pour but de regrouper les membres du GS Ajoie souhaitant courir au niveau régional ou national en vélo de route, VTT ou triathlon. L'objectif du groupe est de créer une synergie entre les différents compétiteurs et ainsi motiver les jeunes et moins jeunes à porter les couleurs du club sur les courses de la région.

Pour qui ?

Le groupe compétition est ouvert à tous les membres du GS Ajoie dès la catégorie cadet/cadette ou avant dans certains cas. Chaque compétitrice/compétiteur s'engage à participer à un minimum de courses sur la saison (5 à 8 selon sa discipline).
Pour la saison 2020, l'effectif sera de 30 compétitrices et compétiteurs.

Identification du groupe

Les membres du groupe portent un maillot distinctif, basé sur le maillot officiel du GS Ajoie, comportant les différents sponsors qui se sont engagés à nous soutenir.

Activités 2020

- Entraînements spécifiques de préparation durant la période hivernale tous les jeudis soir.
- Week-end de préparation et cohésion courant février.
- Entraînements hebdomadaires durant la saison selon le programme du club (mardi, jeudi et samedi).
- Courses régionales (nationales pour les plus motivés), selon calendrier.
- Participation à un évènement spécial (route, VTT et triathlon).

Communication du groupe

Toutes les informations concernant le groupe compétition (entraînements, courses, rendez-vous pour déplacements en commun, etc.) sont accessibles via le site internet du club, sous la rubrique groupe compétition.

Personne de contact

Le responsable du Groupe Compétition est :

Romain Aubert
Rte de Courgenay 21
2942 Alle
079 590 28 22
raubert4@hotmail.com

Groupe triathlon

Le triathlon est une discipline d'endurance comprenant dans l'ordre : natation, vélo/VTT et course à pied. Le groupe, intégré à la section des cyclos du GSA, vise la **promotion de cette discipline chez les jeunes et les adultes.**

Depuis 2010, nous sommes membres de **Swiss Triathlon**, la fédération suisse de la spécialité. Cette année, une dizaine de triathlètes du groupe sont annoncés comme membres de cette fédération, dont plusieurs prendront une licence.

Le groupe accueille tous ceux qui :

- pratiquent déjà le triathlon ou veulent être entourés pour s'y lancer
- souhaitent améliorer technique et performance dans l'une ou l'autre des trois disciplines

Venez participer à nos entraînements :

- course à pied, pour les jeunes avancés et les adultes
- vélo : avec la section cycliste du GSA (école de cyclisme pour les jeunes ou sortie adulte)
- natation : entraînement le lundi de 20h à 21h (octobre à avril) à la piscine des Tilleuls à Porrentruy

En offrant 7 compétitions en 2020, le **championnat jurassien de triathlon (**www.cj-triathlon.ch) donne la possibilité de pratiquer ce sport dans une ambiance conviviale et sur des distances adaptées à tous les niveaux.

Dans ce cadre, le **triathlon d'Asuel (Granit man)** a ajouté depuis 2009 à son parcours habituel (individuel ou par équipe) un **parcours découverte**, plus court (individuel) et un **triathlon jeunesse individuel**, réservé aux enfants jusqu'à 15 ans. Le tri jeunesse est organisé conjointement par notre groupe triathlon. Détails sous www.gsajoie.ch/triathlon.

Dates du championnat jurassien 2020

1. Samedi 13 juin : Boncourt
2. Samedi 20 juin : Tramelan
3. Samedi 4 juillet : Val-de-Ruz
4. Dimanche 12 juillet : La Neuveville
5. Samedi 8 août : Asuel
6. Samedi 15 août : St-Imier
7. Dimanche 30 août : La Chaux-de-Fonds

Pour tous renseignements : triathlon@gsajoie.ch ou responsable du groupe triathlon Charles Rusterholz c.rusterholz@hotmail.com

OCTOBRE

Samedi 3 octobre **Sortie VTT Nocturne**
18h00

Dimanche 4 octobre **Parcours en groupe** **52 km**
9h00
Porrentruy – Chevenez – Réclère – Pierrefontaine-lès-Blamont – Blamont – Roches-lès-Blamont – Thulay – Hérimoncourt – Abbévillers – Fahy – Bure – Porrentruy

---

Dimanche 11 octobre **Parcours en groupe** **50 km**
9h00
Porrentruy – Courgenay -LaCroix – St-Ursanne – Glère – Montvoie – Porrentruy

Dimanche 11 octobre *Le Tabeillon* *Glovelier*

Dimanche 18 octobre **Parcours en groupe** **55 km**
9h00

dernière sortie de la saison

Porrentruy – Hopital – Mormont – Courchavon – Courtemaîche – Grandgourt – Montignez – Lugnez – Beurnevésin – Bonfol – Vendlincourt – Alle – Miécourt – Fregiécourt – Pleujouse – Asuel –LaMalcote – Cornol – Courgenay – Porrentruy

Apéro à la Colonie italienne (11h00)

NOVEMBRE

dès le samedi 25 octobre à 13h30
et
dès le dimanche 26 octobre à 9h30

RENDEZ-VOUS à VTT

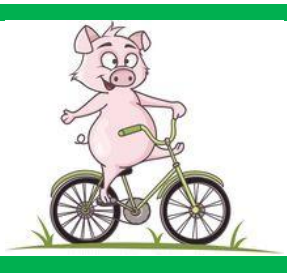
SPINNING GS Ajoie

du samedi 7 novembre 2020 au 6 mars 2021

Garage Auto GT, Porrentruy
moniteurs : Gilles Tissier et son team

Samedi 14 novembre
13h30
Organisateur : Manu Ferrari

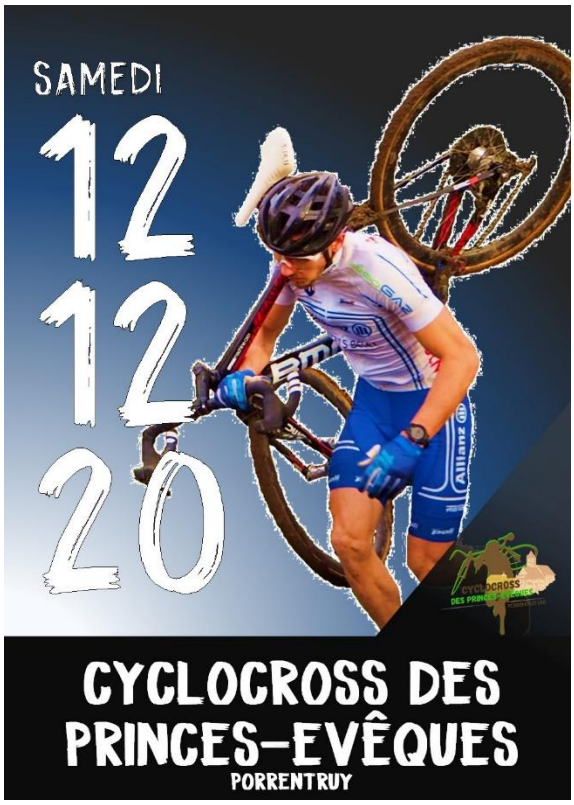
Sortie VTT de St-Martin



Soirée récréative du GSA
samedi 28 novembre

DECEMBRE

CYCLOCROSS des Princes Evêques,
OMNIUM ROMAND
samedi 12 décembre 2020



Championnat d'hiver VTT

Janvier & Février 2021
Les dates exactes vous seront fixées en automne

Assemblée générale de l'AIJC, vendredi
15 janvier 2021

La Bruntrutaine, 6 mars 2020

Assemblée générale du GSA, samedi 13 mars 2021

SANITAIRE FERBLANTERIE CHAUFFAGE
H&G
MAÎTRISE FÉDÉRALE
BEUCHAT SA
ST-URSANNE - 032 461 38 37

Vêtements du GS Ajoie

LES HABITS AUX COULEURS DU CLUB SONT DISPONIBLES AUX HEURES D'OUVERTURE DU MAGASIN :

WSPORT
Magasin de sport
Porrentruy
www.wsport.ch

Habits d'hiver et autres articles sur commande.

W Sport
offre à tous les membres du GSA
un rabais de 10% sur son assortiment

Coach Attitude

L'INTER
BRASSERIE

Vélo Passion
Cycles Jolidon
2350 Saignelégier
Tél+Fax: 032 951 31 61
VENTES – REPARATIONS - LOCATIONS
www.velopassion.ch

RAPPORTS

Le développement est la distance parcourue avec un tour de pédale.

Ce développement se calcule en multipliant la circonférence de la roue par le rapport plateau du pédalier / pignon de la roue libre.

Tableau pour une roue de 700.

2.115	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	Pignons
28	5.38	4.94	4.56	4.23	3.95	3.70	3.48	3.29	3.12	2.96	2.82	2.69	2.57	2.47	2.37	2.28	2.19	2.12	
30	5.77	5.29	4.88	4.53	4.23	3.97	3.73	3.53	3.34	3.17	3.02	2.88	2.76	2.64	2.54	2.44	2.35	2.27	
32	6.15	5.64	5.21	4.83	4.51	4.23	3.98	3.76	3.56	3.38	3.22	3.08	2.94	2.82	2.71	2.60	2.51	2.42	
34	6.54	5.99	5.53	5.14	4.79	4.49	4.23	4.00	3.78	3.60	3.42	3.27	3.13	3.00	2.88	2.77	2.66	2.57	
36	6.92	6.35	5.86	5.44	5.08	4.76	4.48	4.23	4.01	3.81	3.63	3.46	3.31	3.17	3.05	2.93	2.82	2.72	
38	7.31	6.70	6.18	5.74	5.36	5.02	4.73	4.47	4.23	4.02	3.83	3.65	3.49	3.35	3.21	3.09	2.98	2.87	
40	7.69	7.05	6.51	6.04	5.64	5.29	4.98	4.70	4.45	4.23	4.03	3.85	3.68	3.53	3.38	3.25	3.13	3.02	
42	8.08	7.40	6.83	6.35	5.92	5.55	5.23	4.94	4.68	4.44	4.23	4.04	3.86	3.70	3.55	3.42	3.29	3.17	
44	8.46	7.76	7.16	6.65	6.20	5.82	5.47	5.17	4.90	4.65	4.43	4.23	4.05	3.86	3.72	3.58	3.45	3.32	
45	8.65	7.93	7.32	6.80	6.35	5.95	5.60	5.29	5.01	4.76	4.53	4.33	4.14	3.97	3.81	3.66	3.53	3.40	
46	8.84	8.11	7.48	6.95	6.49	6.08	5.72	5.41	5.12	4.86	4.63	4.42	4.23	4.05	3.89	3.74	3.60	3.47	
47	9.04	8.28	7.65	7.10	6.63	6.21	5.85	5.52	5.23	4.97	4.73	4.52	4.32	4.14	3.98	3.82	3.68	3.55	
48	9.23	8.46	7.81	7.25	6.77	6.35	5.97	5.64	5.34	5.08	4.83	4.61	4.41	4.23	4.06	3.90	3.76	3.36	
49	9.42	8.64	7.97	7.40	6.91	6.48	6.10	5.76	5.45	5.18	4.94	4.71	4.51	4.32	4.15	3.99	3.84	3.70	
50	9.61	8.81	8.13	7.55	7.05	6.61	6.22	5.88	5.57	5.29	5.04	4.81	4.60	4.41	4.23	4.07	3.92	3.78	
51	9.81	8.99	8.30	7.70	7.19	6.74	6.35	5.99	5.68	5.39	5.14	4.90	4.69	4.49	4.31	4.15	4.00	3.85	
52	10.00	9.17	8.46	7.86	7.33	6.87	6.47	6.11	5.79	5.50	5.24	5.00	4.78	4.58	4.40	4.23	4.07	3.93	
53	10.19	9.34	8.62	8.01	7.47	7.01	6.59	6.23	5.90	5.60	5.34	5.10	4.87	4.67	4.48	4.31	4.15	4.00	
54	10.38	9.52	8.79	8.16	7.61	7.14	6.72	6.35	6.01	5.71	5.44	5.19	4.97	4.76	4.57	4.39	4.23	4.08	

Développement maximum pour

- Cadet 52 x 16 ou équivalent
- Junior 52x14 ou équivalent

Bâloise
Assurances

Baloise Bank SoBa

Eric Drubay
Conseiller en Ajoie
078 824 25 70

Agence générale Jura
Michel Collin

batipro S.A.

CONSTRUCTION BOIS

www.batipro-sa.ch

CHRISTOPHE RÉRAT

Physiothérapeute

Chaumont 13 2900 Porrentruy Tél. 032/466 31 76

Notes

Un peu d'espace pour vos parcours, envies, idées, résultats ou autres pour les années suivantes…

(à transmettre à votre comité avant l'impression du programme 2021 ;)

www.dubey-sa.ch

Constructions métalliques SA

Dubey

une autre vision de la construction métallique