



Plus de **250 lots**
pour une valeur
totale de plus
de **11000 euros** :



- des vélos urbains de qualité,
- des séjours et visites à vélo pour 2 personnes,
- des accessoires de qualité : éclairages, antivols, paniers,
- des abonnements à Vélocité, la revue du cycliste urbain,
- des guides touristiques faisant l'inventaire des Véloroutes et Voies Vertes de France".

Informations règlement

La FUBicy organise un jeu-concours du 1^{er} juin 2006 au 31 septembre 2006 inclus. Jeu gratuit et sans obligation d'achat. Pour jouer, remplissez le formulaire internet à l'adresse www.fubicy.org

ou le bulletin de participation ci-joint à retourner à la FUBicy. Le tirage au sort national aura lieu au siège de la FUBicy et se fera sous contrôle d'huissier. Règlement complet déposé à l'étude de Maître Brugger, huissier de justice à Strasbourg et disponible sur simple demande à la FUBicy.

Dotations jeu-concours



Soutien financier
MACIF
centre europe

Relais communication
CLUB DES VOIES CYCLABLES
Véloroutes et Voies Vertes
af3v



FUBicy

Conception : Saprihi + 02 40 49 81 74 - Illustration : Christian Casset

www.fubicy.org

À vélo,
c'est la santé!



Du 1^{er} juin
au 30 septembre
2006

Jouez et gagnez
de beaux vélos,
des équipements et
accessoires, des visites
guidées à vélo
et gardez la santé !



Jeu concours organisé par la FUBicy,
Fédération française des Usagers de la Bicyclette

FUBicy

Bulletin de participation

Comment jouer ? Du 1^{er} juin 2006 au 30 septembre 2006 inclus, remplissez ce questionnaire et déposez-le dans l'urne éventuellement mise à votre disposition ou envoyez-le directement à :

FUBicy, 12 rue des Bouchers, 67000 STRASBOURG

ou, remplissez ce même questionnaire sur notre site internet :

www.fubicy.org

Tout bulletin incomplet ou illisible sera éliminé.

Nom _____ Prénom _____

Adresse complète _____

Code postal _____ Ville _____

Tél. _____

Courriel _____

1 > Quelle est la durée d'exercice physique recommandée par jour ?

- 3 mn
- 30 mn
- 3 h



2 > Combien faut-il de temps pour parcourir 5 km à vélo et se rendre à l'école, au travail ou encore faire ses courses ?

- 5 mn
- 20 mn
- 1 h

3 > En se déplaçant quotidiennement à vélo :

- on réduit son espérance de vie
- on augmente son espérance de vie

Le vélo et la santé



Plusieurs études cliniques ont constaté les effets positifs de la pratique régulière du vélo :

- > division par deux des risques cardio-vasculaires
- > réduction de 30 % des risques de diabète, d'obésité et d'hypertension
- > atténuation du stress et de l'anxiété
- > stimulation du développement de l'enfant
- > report du déclin fonctionnel des personnes âgées
- > allongement de l'espérance de vie (même en tenant compte des accidents de la circulation)

Ajoutons également que la pratique du vélo urbain contribue à la santé publique en permettant une réduction des nuisances sonores et une amélioration de la qualité de l'air.

La FUBicy, Fédération française des Usagers de la Bicyclette, c'est :

- > Un animateur de réseau : plus de 130 associations de cyclistes urbains.
- > Un objectif : encourager l'utilisation du vélo comme mode de déplacement quotidien.
- > Un interlocuteur national : force de proposition pour une meilleure prise en compte du vélo et pour la défense des intérêts des cyclistes.
- > Des services pour les associations membres (liste de diffusion, forum d'échanges...).
- > Une boutique (études, dépliant, accessoires...).
- > Le Bicycode : marquage des vélos pour lutter contre le vol.
- > Vélocité, la revue du cycliste urbain.

FUBicy

12 rue des Bouchers
67000 Strasbourg
Tél. : 03 88 75 71 90
Fax : 03 88 36 84 65
Courriel : info@fubicy.org
Web : www.fubicy.org

