



<i>Comité Directeur</i>		2
<i>Editorial</i>	<i>Claude LEPERTEL</i>	4
<i>Hommage à Marie-Thé</i>	<i>Bob et Suzanne LEPERTEL</i>	6
<i>Flèche de France</i> ❖ "21ème" Viroflay -Autrans	<i>L'ACP</i>	8
<i>Une pensée pour toi, Marie-Thé</i>	<i>Roger Martin</i>	25
<i>Sorties privilégiées</i>	<i>Rémy HUGON</i>	27
<i>Flèche Vélocio</i> ❖ <i>Equipe Rémy Hugon</i> ❖ <i>Equipe Jean-Pierre PENDU 7x10</i>	<i>Yves LANOE</i> <i>Daniel Koncewicz</i>	30 36
<i>Randonneurs Mondiaux</i>	<i>Jean-Gualbert FABUREL</i>	38
<i>Endurance :</i> ❖ <i>Les 24 heures du Mans</i>	<i>Geneviève et Jean-Gualbert FABUREL</i>	40

LOCAL de l'A.C.P
35 rue de la Ferme
94400 VITRY-SUR-SEINE

Réunion Amicale le 4^{ème} mardi
de chaque mois à 20 heures 30

www.audax-club-parisien.com

COMITE DIRECTEUR 2008 – 2009

Présidents d'honneur : R.SAMSON + J. DEJEANS + G. BULTE
Vice-présidents d'honneur : M. DORLEANS + G. DAUVERGNE +

BUREAU

Président Thierry MITON
Vice-président Jean-Gualbert FABUREL
Vice-présidente Isabelle CAZEAUX
Secrétaire Général Thierry RIVET
Trésorière Générale Michèle HUGON
Trésorière Adjointe Claudette DORLEANS
Président U.F.O.L.E.P. Gilbert SANDRINI

MEMBRES

Michel CARRIERE
Yves DESCOURTIEUX
Rémy HUGON
Nicole LEBAR - KRIEFF
Claude LEPERTEL
Yvette PENDU
Jean-Pierre PENDU
Valéry ROCHARD
Pierre THEOBALD

Siège SOCIAL : 143 rue Saint Maur 75011 PARIS

www.audax-club-parisien.com

RESPONSABLES

RELATIONS EXTERIEURES -

- Thierry MITON 12 square de Chaponval 78450 VILLEPREUX
01 30 64 92 88 - 06 32 15 72 88 e-mail : thierry.miton@audax-club-parisien.com

SECRETARIAT – LETTRE de l'A.C.P. – Organisation de l'ASSEMBLEE GENERALE

- Thierry RIVET 143 rue Saint-Maur 75011 PARIS
01 48 07 12 40 - 06 31 87 13 95 e-mail : thierry.rivet@audax-club-parisien.com

TRESORERIE GENERALE - FLECHE VELOCIO

- Michèle HUGON 30 rue de la Janvrerie 91470 LES MOLIERES
01 60 12 47 68 - 06 81 66 12 89 e-mail : michele.hugon@audax-club-parisien.com

LICENCES – COTISATIONS – ASSURANCES - PLAQUETTE RESULTATS

- Claudette DORLEANS 38 rue Ernest Cognacq 92300 LEVALLOIS
01 55 63 96 47 - 06 86 90 86 33 e-mail : claudette.dorleans@audax-club-parisien.com

SORTIE PASCALE

- Isabelle CAZEAUX 58 bis rue des Mûres 92160 ANTONY
06 18 65 43 41 - e-mail : isabelle.cazeaux@audax-club-parisien.com

U.F.O.L.E.P. – GENTLEMEN PARISIENS

- Gilbert SANDRINI 136 av du Général de Gaulle 94500 CHAMPIGNY-sur-MARNE
06 63 68 44 62

GENTLEMEN PARISIENS – ANIMATION ASSEMBLEE GENERALE et REMISE des RECOMPENSES

- Yves DESCOURTIEUX 41 rue Jean Jaurès 92300 LEVALLOIS-PERRET
01 47 39 20 60 - 06 60 63 27 76 e-mail : yves.descourtieux@free.fr

BREVETS RANDONNEURS MONDIAUX "Etrangers" FLECHETTE VELOCIO – JEUNES - BCN – BPF SITE - INFORMATIQUE

- Jean-Gualbert FABUREL 2 rue des Aulnes 78920 ECQUEVILLY
01 34 75 98 57 - 06 50 73 25 20 e-mail : jg.faburel@audax-club-parisien.com

BREVETS RANDONNEURS MONDIAUX "Français" - Classement ASSIDUITE - PARCOURS - COMBINE

- Claude LEPERTEL 4 promenade F. Rabelais 77186 NOISIEL

BREVETS RANDONNEURS MONDIAUX organisés par l'A.C.P.

- Michel CARRIERE 28 rue des Saules 75018 PARIS
01 42 52 20 62 - 06 30 32 38 70 e-mail : michel.carriere@audax-club-parisien.com

RANDONNEUR 5000 – MARCHÉ – REPAS des ROIS

- Geneviève FABUREL 2 rue des Aulnes 78290 ECQUEVILLY
01 34 75 98 57 - 06 61 32 60 51 e-mail : genevieve.faburel@audax-club-parisien.com

TRACES VELOCIO

- Yvette PENDU 16 rue des Prés 95260 MOURS
01 34 70 29 46 - 06 61 66 29 46 e-mail : yvette.pendu@audax-club-parisien.com

FLECHES de FRANCE – VIROFLAY-AUTRANS

- Jean-Pierre PENDU 16 rue des Prés 95260 MOURS
01 34 70 29 46 - 06 62 66 29 46 e-mail : jp.pendu@audax-club-parisien.com

TOUR DE CORSE

- Bernard WARIN 32 rue Moissan 93130 NOISY-le-SEC
01 48 46 56 84 - fax 01 48 46 56 84 e-mail : bernard.warin@audax-club-parisien.com

FLECHES PASCALES – TRACES PASCALES

- Valéry ROCHARD 16 avenue Amélie 92320 CHATILLON
01 46 56 11 81 - 06 07 03 92 05 e-mail : valery.rochard@audax-club-parisien.com

FLECHES NATIONALES

- Suzanne LEPERTEL 7 avenue de Normandie 93220 GAGNY
01 45 09 40 78 - fax 01 45 09 40 78 e-mail : suzanne.lepertel@audax-club-parisien.com

SUPER RANDONNEE

- Sophie MATTER Quartier de Parayon 83570 CARCES
04 94 04 36 88 - 06 65 04 42 00 e-mail : sophie.matter@audax-club-parisien.com

VETEMENTS du CLUB

- Nicole LEBAR-KRIEF 84 avenue Raymond Croland 92350 PLESSIS ROBINSON
01 46 60 86 32 - 06 15 89 45 83 e-mail : nicollebar@orange.fr

SORTIES DOMINICALES – REMISE des RECOMPENSES

- Pierre THEOBALD 124 av Mal de Lattre de Tassigny 93260 LES LILAS
01 43 63 39 08 - 06 77 49 22 28 e-mail : pierre.theobald@audax-club-parisien.com

SORTIES PROTEGEES – VOYAGES - STAGES

- Rémy HUGON 30 rue de la Janvierie 91470 LES MOLERES
01 60 12 47 68 - 06 71 00 24 45 e-mail : remy.hugon@wanadoo.fr

BULLETIN

- Roger MARTIN 6 passage Denis Maugis 78690 Les ESSARTS le ROI
01 30 46 44 13 - 06 10 22 58 04 e-mail : roger.martin@audax-club-parisien.com

LOCAL

- Christian GIBERT 47 rue Louise Aglaé Cretté 94440 VITRY-sur-SEINE
01 46 80 62 21 - 06 21 13 34 91

NOM en NOIR : membres du COMITE DIRECTEUR –

NOM en ROUGE : ACEPISTES non au Comité Directeur –

EDITORIAL

MERCI...

Voilà, c'est fait !

MERCI...

En cette fin du joli mois de mai 2009, c'est le premier et le seul mot qui me vient : MERCI !

MERCI, à tous les Acépiques qui se sont mobilisés, tant sur le vélo qu'aux contrôles (et au fléchage) des Brevets de 200 et 300 km que nous avons organisés cette année.

Certaines et certains, rentrés plus tôt du 200 ont également donné un coup de main à l'arrivée de ce 200 qui a vu une participation tout à fait étonnante.

MERCI, à la Ville de Noisiel pour la mise à disposition de la salle du Club House du stade de la Remise aux Fraises qui est toujours un lieu d'accueil apprécié tant par nous les organisateurs que par les participants à nos Brevets.

MERCI, à Bernard LEBACQ, venu du Nord, pour s'inscrire à notre Brevet de 300 alors que lui-même en organise un dans son propre Club.

MERCI, aux 65 partants qui furent 65 à l'arrivée : Mesdames, Messieurs, vous avez prouvé par ce très beau résultat que, lorsqu'on est motivé, on réussit, malgré les éléments défavorables.

Vos sourires, vos plaisanteries à l'arrivée resteront un excellent souvenir pour nous tous.

MERCI, à Brigitte et Dominique LAMOULLER, présents à l'arrivée du 300 pour la remise du Trophée au 100.000^e randonneur homologué sur cette distance.

MERCI, à Nicole et Jean-Claude CHABIRAND, venus d'Angers pour... "mériter" ce Trophée et, compte tenu, du temps et des problèmes mécaniques qu'ils ont subis, "mériter" est vraiment le terme qui s'impose même si le palmarès qu'on leur connaît ne pouvait nous offrir meilleurs récipiendaires.

Au passage, MERCI à Thierry MITON qui les a rassurés et aidés à réparer pour finir en beauté ce difficile brevet.

MERCI, à M. Daniel VACHEZ, Maire de Noisiel, à M. Lilian BEAULIEU, Conseiller municipal Délégué aux Sports, à M. Garcia MARQUES, Adjoint au Service des Sports et gardien du Stade de la Remise aux Fraises : MERCI à vous Messieurs

pour avoir accepté notre invitation (bien qu'un peu tardive) de venir au "Pot de l'Amitié" qui a rassemblé de nombreux participants à ce Brevet "historique". Nous connaissons bien vos emplois du temps très chargés et votre présence nous a grandement honorés.

Et enfin... un MERCI, tout personnel, mais quel meilleur vecteur puis-je avoir que notre Bulletin ?

MERCI, à Marie-Thérèse (et à Roger bien sûr), dont les encouragements m'ont aidée à supporter l'opération et continuent à me faire persister dans le traitement.

MERCI, à celles et ceux qui m'ont téléphoné, ont envoyé des mails, ont pris des nouvelles auprès des uns ou des autres, ont soutenu Samy dans l'épreuve que nous traversons.

MERCI, à vous qui étiez à Pâques en Provence, puis sur la Flèche VIROFLAY-AUTRANS, pour ces cartes qui m'ont fait participer à vos randonnées.

MERCI, mille fois MERCI, pour toute cette amitié qui fait si chaud au cœur et qui aide à se sortir de toutes les difficultés.

Claude LEPERTEL



NB : cet éditorial avait été rédigé en mai, après ma sortie de l'hôpital, mais trop tardivement pour être celui du bulletin de mai.

Quoi qu'il en soit, relecture faite, je n'ai pas un mot à y changer. Les témoignages d'amitié continuent d'affluer vers Noisiel et le rassemblement qui s'est spontanément fait autour de Roger en juillet, sont bien là pour prouver que l'Amitié n'est pas un vain mot à l'ACP et même, plus largement dans le monde international du cyclotourisme.

J'ai toutefois une pensée à ajouter : pour Marie-Thé que jamais nous n'oublierons et dont je sens si souvent la présence à mes côtés, bienfaitante, rassurante, encourageante dans les moments difficiles. Impossible de se plaindre quand on sait avec quelle ténacité elle a résisté pendant toutes ces années.

Elle était un modèle pour moi sur le vélo. J'aurais aimé égaler son record de Flèches Vélocio. Je suis heureuse de ne l'avoir pas fait et de lui laisser cette première place que je lui "jalousais"...

A présent, dans d'autres circonstances, elle m'est à nouveau un guide incontournable, indispensable pour tenir le coup et tout accepter.

HOMMAGE A MARIE-THERESE MARTIN

Ses souffrances se sont accentuées et elle nous a quittés le 30 juin dernier à l'âge de 74 ans. Mais hier, aux Essarts le Roi, j'étais dans la petite église, seul avec mes souvenirs, et avec Elle, pour revoir tout ce qu'elle a fait pour l'A.C.P.

Cela remontait à quelques années... 1974.

A l'issue d'une Flèche Vélocio, elle m'avait demandé s'il y avait de la place à l'A.C.P. Bien entendu, j'ai accepté tout de suite et elle a amené avec elle de nombreux membres du Métro qui, pour la plupart, sont encore membres de l'A.C.P., dont Théo qui a assuré la Présidence du Club pendant de nombreuses années.

Elle s'est rapidement investie dans la marche du Club et a occupé différents postes très importants dont celui de la Présidence.

Elle a tenu le poste de Secrétaire Générale, y a fait un travail considérable. Elle a eu des relations suivies avec les différentes administrations qu'il fallait contacter pour l'organisation des Paris-Brest-Paris.

Elle était toujours présente à chaque Paris Brest.

Pour notre part, Suzanne et moi, nous avons apprécié son dévouement et son travail. Malgré sa maladie, elle était là, et n'aurait manqué à aucun prix sa participation au travail. Roger nous a même raconté qu'en 2007, alors qu'elle était en zone stérile à l'hôpital, elle avait insisté pour travailler sur les dossiers P.B.P. !
Raisonnable ? Sûrement pas ! Prudent ? Encore moins !
En revanche, indispensable pour son moral et son mental.
Le personnel médical avait dû abdiquer toute velléité de lui faire entendre raison.

Les années de Paris Brest étaient pour elle un véritable «dopage».
Elle luttait, et ne laissait pas voir son état de fatigue.

En 1966 elle était sur la route avec Roger en tant que participants à tandem.
Donc elle connaissait PBP, ses contraintes, ses enjeux.

L'A.C.P. est un grand club qui doit, à chaque fois, confirmer son expérience.
Il y a beaucoup de travail à fournir, de plus en plus, au fil des éditions.
Au moment où Marie-Thé nous avait rejoints, les bénévoles étaient encore en activité.

Il fallait donc assurer le travail professionnel avant de s'attaquer aux tâches de l'organisation.
Durs moments pour tout le monde...

Marie-Thérèse n'a jamais failli un seul instant, quelles que soient les circonstances.
Toujours, elle a tenu le rôle qui lui était dévolu.

PBP était important pour elle et, un jour, enfin, elle en a reçu la récompense : en 2004, c'est une «standing ovation» qui a acclamé une Marie-Thérèse souriante, heureuse, recevant la «Médaille de la Présidence de la République».
Trophée bien mérité pour tout le travail accompli avec ses «acolytes», Pierrot, Jean-Pierre et Bernard.

Depuis quelques années, avec Roger, son mari, ils ont travaillé tous les deux pour fournir aux

Acépiques un bulletin digne du Club, par sa présentation et sa qualité de photos et d'informations.

Quand j'y repense, à la première alerte de sa maladie en 1986, elle avait réagi avec courage et avait même repris, après quelques mois, de soins, une vie normale et sportive.

En 1987, année de P.B.P., elle enregistrait les Français et assurait tout le suivi administratif, ce qui, croyez-moi, semble tout simple sur le papier mais, dans les faits, c'est énorme.

Quelques années après, malheureusement, la maladie a, de nouveau, contrarié son bel élan de bénévole mais elle a toujours lutté. Chaque édition de P.B.P. lui faisait relever la tête, la remettait sur pied pour quelques mois. Les périodes de rémission, de moins en moins longues, succédaient aux phases de maladie, de plus en plus nombreuses...

C'est vraiment une volonté et un courage qui auront animé Marie-Thérèse presque jusqu'au bout de sa vie.

L'espoir des PBP lui redonnait des forces, tant pour le Club, que pour offrir à Roger, la possibilité d'y participer.

Leur déception fut grande en 2007, année des 80 ans de Roger.

Tout était parfait dans son entraînement, mais la météo - la pluie- a eu le dernier mot. La fatigue s'était insidieusement portée sur les yeux et, avec un champ visuel devenant trop étroit, Roger n'a pas voulu risquer l'accident pour ses compagnons et lui-même : A une soixantaine de kilomètres de l'arrivée, il s'est résolu à abandonner, avec énormément de tristesse en pensant à la déception de Marie-Thé.

Avec Suzanne, nous étions là, impuissants à trouver une solution, tristes, pour elle autant que pour lui.

Et puis, quelques mois plus tard, malheureusement, la maladie a encore repris le dessus.

Malgré cela, tu parlais encore de P.B.P., de la Flèche Vélocio...

Le courage que tu as eu restera pour nous un exemple dont nous profiterons longtemps.

Adieu Marie-Thé, pour nous tu seras toujours Marie-Courage.

Nous étions très nombreux à t'accompagner hier avec Roger, ta Famille, tes Amis.

Tu resteras toujours en notre pensée, là où tu te trouves.

Robert LEPERTEL

Juillet 2009

21ÈME FLÈCHE DE FRANCE

VIROFLAY - AUTRANS



BOUQUIN André

CARRIERE Michel

CAZEAUX Isabelle

DORLEANS Claudette

HUGON Michèle

HUGON Rémy

KONCEWIEZ Daniel

KONCEWIEZ Marcelle

LAGARDE Jean-Benoît

LANOE Yves

LEBAR Nicole

PENDU Jean-Pierre

PENDU Yvette

REMIOZ Catherine

REMIOZ Jean

RIVET Thierry

TESSON Philippe

THEOBALD Pierre

Nous avons donc réalisé VIROFLAY-AUTRANS, comme l'avait ardemment souhaité Marie-Thérèse depuis quelques temps.

Elle nous a suivis par la pensée tout au long de cette Flèche de France. Malgré sa maladie, elle s'est toujours intéressée au club et aux acépistes comme elle l'avait fait depuis toujours.

Nous avons perdu non seulement une amie mais aussi une femme au grand cœur qui a œuvré sans compter à la réussite de l'ACP avec Roger.

YVETTE PENDU

1^{ère} ETAPE : LES MOLIERES – PITHIVIERS

Vendredi 1^{er} mai au matin

Il était une fois un groupe de copains, accros de la randonnée cyclo, qui souhaitent honorer Marie-Thérèse et Roger Martin en accomplissant la 21^e flèche de France, Viroflay-Autrans, créée par nos fidèles amis acépistes il y a plus de vingt ans.

Le rendez-vous fut pris pour la période du 1^{er} au 8 mai 2009.



Départ : Les Molières chez Michèle et Rémy.

Yvette et Jean-Pierre ont la gentillesse de me prendre à Levallois pour rejoindre les Molières. Après une visite très détaillée des hauts et bas de Gif-sur-Yvette, nous atteignons Saint-Rémy les Chevreuse, puis le domicile de nos amis, par une portion de route non réquisitionnée pour la grande braderie annuelle.

Cyclos engagés : 16



En dernière minute Pierrot devra se contenter de conduire la camionnette car le médecin lui a fort déconseillé de s'adonner pour quelque temps à son sport favori. Il nous quittera à Bourges pour réapparaître à Feurs.

Après chargement de la camionnette, le départ est donné à 10 heures. Nous commençons à égrener les quelque 700 kilomètres qui nous attendent durant les 8 jours à venir. Nous sommes en compagnie de nos supporters Thierry Miton, Valéry Rochas pour la matinée et Jean Remiosz qui prolongera sa randonnée jusqu'au soir. Il ne regagnera la région

parisienne que le lendemain.

De plus le temps est clément avec un grand ciel bleu. Voilà de belles prémises pour les trois prochains jours à venir.

Cette petite matinée sur le vélo se passe dans la joie et la bonne humeur. Pierrot nous trouve un bel endroit pour pique-niquer. Une fois la nappe dépliée sur l'herbe, tout le monde se précipite : Dégustation et appréciation de ce déjeuner champêtre, préparé par Marcelle, et agrémenté de succulents pains salés concoctés par Catherine !



Vendredi après-midi

Après notre pique-nique à Brières les Scelles nous reprenons, à 13h 15, avec le soleil et la chaleur, la route pour Etampes.

D'un commun accord, nous décidons d'éviter la grande route jusqu'à Sermaise et suivons la vallée de la Juine. Nous ne perdons pas au change et pouvons admirer de superbes propriétés avec de surcroît une route tranquille.



.A Sermaise, Pierrot nous attend pour le contrôle, ayant dégotté le seul bar ouvert en cet après midi du 1^{er} mai.

Petit café pour les uns, rafraîchissement pour les autres et nous reprenons la route pour les 15 derniers km de l'étape mais cette fois sur la grande route.

Pour un certain nombre d'entre nous et moi-même, ce fut une belle partie de manivelles et nous rallions Pithiviers à 30 km/ heure de moyenne.

Jean, qui devait nous abandonner au pique-nique, s'est joint à nous et a récupéré pour la soirée : les chaussures de Jean-Pierre, le pantalon et la « Lacoste » de Rémy !

Avant le dîner, nous pouvons découvrir le joli centre historique de Pithiviers.

Merci à Claudette, Isabelle et Pierrot d'avoir partagé leur chambre à trois pour que je puisse dormir avec ma « moitié ».

Cette première journée, superbe, augure bien de ce que sera cette flèche.



2^{ème} étape : PITHIVIERS – BOURGES

Samedi 2 mai au matin

NDRL : Michel, chargé du Compte-rendu et non d'une partition musicale... installe un silence...



Il est des jours où nous n'avons pas envie de parler... encore moins d'écrire ! Et ce matin du 2 Mai, Michel devait être dans ce cas-là et depuis, il ne retrouve plus ses mots
Tu sais, Michel, le bulletin n'apprécie guère car :



Les mots, ce sont sa seule raison de vivre !



Samedi après-midi

La faculté de médecine m'ayant interdit le vélo, pour le moment, je me retrouve à conduire le véhicule.



Ce n'est pas grave, le principal est d'être ensemble, et j'ai tellement bénéficié de l'aide apporté dans toutes les randonnées que j'ai pu faire, qu'il est normal que je renvoie l'ascenseur.

Pique-nique habituel par beau temps !

Puis le groupe repart. Groupés... ils le seront peu de temps !

Comme à son habitude, l'ACP est vite éparpillé, chacun roulant à son rythme par petit paquet et l'écart entre le premier groupe et le dernier est assez... conséquent !

Nos tenues rouges me permettent d'apercevoir dans les longues lignes droites, ces points rouges qui ressemblent à des coquelicots sur la route. L'automobiliste qui ne nous voit pas ne doit être très net.

Nous arrivons à St Doullchard, il nous manque **Michel**, mais ce n'est qu'un début. Rémy part à sa rencontre, mais comme à chaque fois dans ces cas là, personne ne se voit.

Enfin tout rentre dans l'ordre, et une bonne bière pour tout le monde, ou presque.

Demain je vais devoir quitter le groupe afin de remonter à Paris en train pour des examens médicaux, mais j'ai le grand espoir de revenir parmi eux mardi soir, à Feurs.

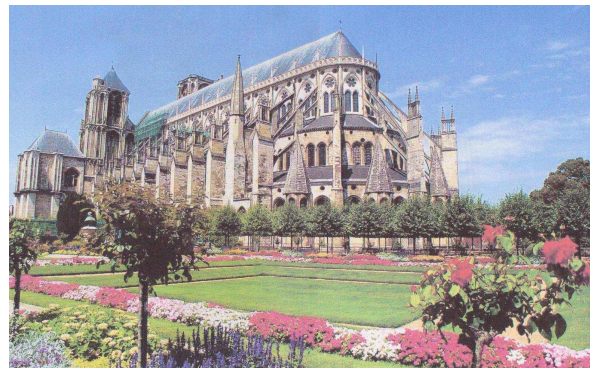


3^{ème} étape : BOURGES - TRONGET

Dimanche 3 mai au matin

Après un petit déjeuner copieux, nous prenons la direction du Tronget.

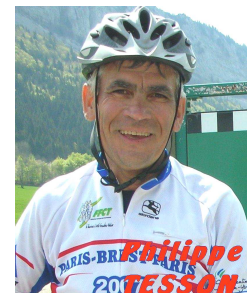
IL était difficile de quitter **BOURGES** sans passer par la cathédrale Saint Etienne de Bourges et ses vitraux et son déambulatoire, très belle architecture.



Sur le parcours, voici Dun sur Auron puis Saint Bonnet-Tronçais et sa magnifique forêt, où nous avons fait pause casse-croûte, en écoutant le chant des oiseaux.

Départ ensuite pour Hérisson pause café et BCN oblige jusqu'à la fin d'étape.

Sur tout le parcours ça a été ma fête, **la St Philippe** et les 15 premiers ont eu droit à un kir à l'arrivée.



Dimanche après-midi

Repas pris à proximité de Saint Caprais, dans un cadre magnifique : la Forêt de Tronçais située dans l'Allier. Une des plus grandes et belles forêts domaniales de France avec plus de 10.000 ha. Elle est constituée principalement de chênes rouvre. Le nom de Tronçais dériverait de "tronce" ancien nom du chêne rouvre. Elle est réputée être la première futaie de chênes d'Europe.

La création de futaie de chênes de Tronçais remonte à Colbert qui en organisa le réaménagement en 1670 et qui compte encore de très beaux sujets dont certains ont plus de 300 ans, voire beaucoup plus.

Les 🚲 redémarrent, c'est dur après le repas, une petite sieste (hein Rémi ...) aurait été la bienvenue mais parmi les arbres et les troncs, pas facile et le ciel est quelque peu ☁️.

Cette après-midi, je conduis le véhicule car Claudette fait du 🚲. Il est prévu que je dépose Claudette un peu avant Hérisson. A 14h. 25, Claudette est prête. Je lui dis d'attendre un moment car il est question que les 🚲 fassent une pause "café", mais non, elle préfère partir pour aller à son rythme (je la comprends). J'attends sur place pour prendre en photo en plein effort, un groupe... très étiré. Ensuite au volant du bolide, bien plus rapide et plus cool que mon deux roues, direction Le Montet. A 15h. 50, Claudette arrive. Je lui indique qu'elle est au bout de ses peines, encore un kilomètre et ouf ! Les autres pointent leur nez à 16h.20 et le retardataire à 17h. Comme à l'accoutumée, rafraîchissement et, aujourd'hui, dégustation du cake de Catherine (très apprécié).

Repas prévu à 19h. 30. En attendant, Michèle, Rémi, Daniel et moi-même partons à Murat (un retour en arrière de pas mal d'années ... souvenirs de notre enfance). Une petite ☔ fine s'est invitée, quelle drôle d'idée !

Avons commencé le repas par un apéritif gentiment offert par Philippe pour sa fête. Il fut

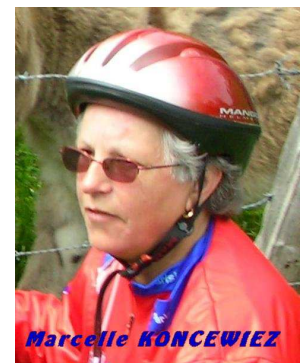


servi avec une pompe aux lardons (spécialité de la région). Terrine de poisson et légumes mayonnaise, bavette, gratin de courgettes et bien entendu des pâtes (et oui, les 🚲 sans pâtes ... ! ils ont l'impression qu'ils ne peuvent pas avancer), **plateau de fromages et quel plateau** (on a vu tout de suite les gourmands ... ou les gourmets ... ? ils se reconnaîtront), clafoutis aux abricots avec glace abricot. Le tout arrosé, comme il se doit, d'un petit vin de pays le "Saint Pourçain" (les 🚲 ne roulent pas à l'eau !), café, tisane. Un excellent repas (tout fait

maison) et un accueil très chaleureux (c'est normal, c'est l'Allier), je vous imagine penser "elle n'est presque pas chauvine ...!"

J'ai essayé d'amadouer le Patron (cuistot) afin qu'il nous prépare un pâté aux tartouffes (pommes de terre) à la crème (spécialité de la région). Rien à faire, trop fatigué le week-end fut trop long ... donc, demain, nous serons, à nouveau, au sandwich jambon, quel dommage ! C'est tellement bon.

Dodo 22h. Bonne nuit et à demain.



4^{ème} étape : TRONGET – LE MAYET DE MONTAGNE

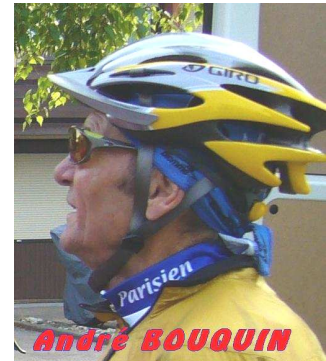
Lundi 4 mai au matin



Après une bonne nuit à l'Hôtel du Commerce, sympathique et calme, mauvaise surprise en ouvrant la fenêtre...il pleut. Mais la pluie ne nous coupe pas l'appétit avec un petit déjeuner très copieux.

Nous partons à 9 heures 30, et c'est à ce moment-là que la pluie cesse. Café traditionnel du matin, plébiscité par Isabelle, à Saint-Pourçain sur Sioule. 20 kilomètres pas très agréables sur la N 7 où nous subissons les poids lourds jusqu'à **Lapalisse**. Deux kilomètres plus loin, à Saint-Prix, Claudette et Marcelle nous ont déniché un petit coin tranquille pour le pique-nique, et cerise sur le gâteau, le soleil est

là avec, en prime, quelques bouteilles de Saint-Pourçain.



Lundi après-midi



Nous repartons vers 13 heures 30, entre soleil et nuages. Nous savons que nous allons grimper. Maintenant, nous roulons sur une petite route où les vallons et les haies font le charme de cette région

bourbonnaise. Les vaches somnolent dans les prés, les moutons broutent. Au loin, nous apercevons **les monts de la Madeleine**. Fortes montées et quelques descentes. Au carrefour de la Croix Rouge, nous bifurquons à gauche vers Châtel-Montagne. Longue



descente suivie d'un raidillon sur 4/5 km. Petit développement obligé. Dans le village, pause boissons au petit café terrasse, et visite de **l'église de pur style roman**. Quelques hésitations pour trouver la route du lac où est niché notre hôtel « Le Relais du Lac » au Mayet de Montagne. A la

terrasse, nous savourons les derniers morceaux du cake préparé par Catherine. Quel dîner nous attendait ! Le patron de l'hôtel, qui a aménagé un petit salon de musique, jouera de l'accordéon pendant notre repas qui n'en finissait pas : petite friture pour la mise en bouche, salade de gésiers, salade de lentilles, veau mijoté avec gratin de courgettes et pommes à la crème, fromage et le dessert bien sûr, une tranche de gâteau aux fruits rouges. Nous étions repus et ce fut l'heure du coucher.





5^{ème} étape : LE MAYET DE MONTAGNE - FEURS

Mardi 5 mai au matin

Le Mayet-de-Montagne - Saint-Germain-Laval

Après un copieux petit déjeuner, nous sortons nos vélos en passant par la cuisine et quittons le Logis de France Le Relais du Lac **, situé au bord du lac des Moines, au Mayet-de-Montagne.

En ce 5^e jour du 5^e mois, nous entamons la 5^e étape de notre Flèche. A 9 h 30, il fait encore frisquet (chaudières Frisquet, 20 rue Branly, 77109 Meaux Cedex) et la grimpe sur Saint-Priest-la-Prugne ne nous réchauffe guère. A Saint-Just-en-Chevalet, Philippe glane un pointage BCN (château XVIII^e ...) et Claudette nous invite à une pause-café bien au chaud.

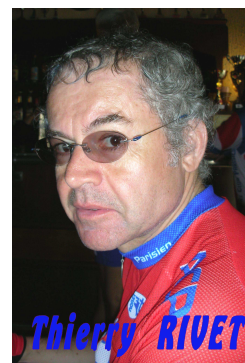
Nous poursuivons notre route, ni en peloton ni à la queue leu leu, mais en ordre dispersé, sur un parcours très vallonné donc très beau. L'eau ruisselle d'une multitude de sillons dans des prairies où l'on voit paître moult vaches et moutons que je n'ai pas comptés.

A midi, nous faisons la pause déjeuner à **Saint-Germain-Laval** avec les vivres tirés du sac, ou plutôt du camion conduit par Michèle et Rémy. Nous nous posons dans un café où sont réunis quelques sportifs (!?), des boulistes ... André a une faim de loup. Nicole nous offre **le fameux pâté aux pommes de terre**, une spécialité de l'Allier :



s'il y a bien des pommes de terre, coupées en fines lamelles, elles ne sont point accompagnées de pâté mais de lard maigre, de crème fraîche et de divers épices, le tout enrobé dans une pâte feuilletée dorée au jaune d'œuf ; Nicole ou Marcelle pourraient mieux vous en parler que moi. Nous sommes bien

rassasiés quand Michel pointe le bout de son nez, après 48 km d'efforts.



Mardi après-midi

Déjeuner-pique-nique à St Germain Laval dans un café où nous avons goûté au « pâté aux pommes de terre » préparé par l'hôtelière du « Relais du Lac » au Mayet de Montagne.

Le **pâté aux pommes de terre**, ou encore « gâteau de pommes de terre » est une spécialité du **Limousin** et du **Bourbonnais**. Il peut servir de plat principal ou d'accompagnement, mais se mange le plus souvent accompagné d'une salade verte. Il s'agit d'une sorte de **tourte** contenant de la crème fraîche (dont l'assaisonnement est propre à chaque famille), des pommes de terre coupées en lamelles et parfois de la viande (surtout en **Haute-Vienne**). En **occitan limousin**, ce plat est appelé « pastis de treflas » ou encore « pastis de pompiras », deux façons de dire « pomme de terre », pastis signifiant « gâteau ». Une variante du pâté aux pommes de terre existe dans la **Creuse**. Utilisation d'oignon et de persil pour le **Bourbonnais**, utilisation d'ail et parfois de viande pour la **Creuse**, et de façon très large pour le **Limousin**. Avant que les pommes de terre fussent introduites en France à la fin du XVIII^e **siècle** ce plat se préparait avec des restes de pâte à **pain** et de la crème fraîche.

Descente avec vent du nord de côté ...Brrr

Balbigny : Philippe et Thierry



Pouilly-lès-Feurs, situé à 10 km au nord de Feurs s'adosse aux premières pentes des Montagnes du Matin. Autrefois " Poliacus ", cette ancienne ville fortifiée tint jadis l'une des plus belles places dans l'histoire du " Forez ".

L'église romane : attenant à l'église, le prieuré fut construit par les moines du 12^{ème} au 15^{ème} siècle, en même temps que les fortifications. – A côté, son **église romane dédiée à St Pierre**,



classée monument historique en 1911 construite au 11^{ème} et 12^{ème} siècle par les Moines de Cluny (installés en 966)

Aucun Pouillerot ni aucune Pouillerotte dans les rues, seuls des acépiques qui ont visité l'église.



Une fontaine à bière sera la bienvenue à l'arrivée

Pierrot et Jean-Benoît arrivent de Paris par le train.

Match « Arsenal-Manchester »...2/0 à la mi-temps...il faut dormir...demain est un autre jour...en espérant que le circuit sera un peu moins mouvementé !!!

