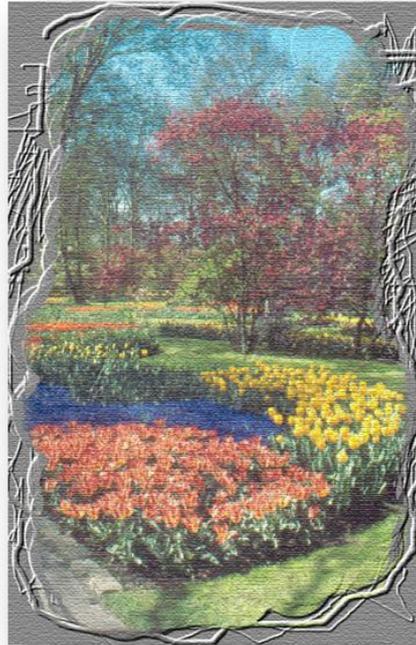


SOMMAIRE N° 158

JUIN 2011



Comité Directeur		2
Editorial	Thierry RIVET	4
PAQUES en PROVENCE ➤ <i>Présentation des Résultats</i> ➤ <i>Récits :</i> <i>Traces Vélocio : Je suis heureuse</i> <i>Flèches Vélocio : Equipe ACBO (ASPTT PARIS)</i>	Y PENDU – JG FABUREL – M HUGON Maryvonne DRIARD TERRIER Alain COLLONGUES	5 9 11
SORTIE de PRINTEMPS du club <i>Collonges la Rouge</i> <i>Les roses du Limousin</i> <i>Petit message</i>	Michèle HUGON Yvette PENDU Jean-Pierre PALMANTIER	15 18 19
Dans les coulisses de PARIS-BREST-PARIS <i>Un premier 400</i> <i>Photos</i>	Jean-Benoît LAGARDE Yvette PENDU	20 21
Diagonales <i>Ballade en solitaire (première partie)</i>	Denis Boitelle	23
PERIPLE <i>Migration d'Avril</i>	Sophie MATTER	28

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 2011

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

BUREAU

Président Thierry RIVET
Vice-président Jean-Gualbert FABUREL
Vice-président Pierre THEOBALD
Secrétaire Jean Pierre PENDU
Trésorière Michèle HUGON
Trésorière Adjointe Claudette DORLEANS
Président U.F.O.L.E.P. Gilbert SANDRINI

MEMBRES

Isabelle CAZEAUX
Didier INNOCENT
Jean Benoît LAGARDE
Nicole LEBAR - KRIEF
Yvette PENDU

Siège SOCIAL : 143 rue Saint Maur 75011 PARIS
www.audax-club-parisien.com

RESPONSABLES

LE PRESIDENT

- 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

SECRETARIAT – LETTRE de l'A.C.P.

- 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

TRESORERIE - FLECHE VELOCIO

- Michèle HUGON 30 rue de la Janvierie 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

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

BREVETS RANDONNEURS MONDIAUX (International) - 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 (France) – ORGANISATION des B.R.M. de l'ACP

- Didier INNOCENT 8 Avenue des Acacias 93170 BAGNOLET
01 43 60 52 77 e-mail : d.inno@orange.fr

PARIS-BREST-PARIS RANDONNEUR _ Groupe de Pilotage

- Thierry RIVET – Jean Gualbert FABUREL – Paul ARSAC (Chef de Projet)

RANDONNEUR 5000 – MARCHÉ – REPAS des ROIS

- Geneviève FABUREL 2 rue des Aulnes 78920 ECQUEVILLY
01 34 75 98 57 - 06 61 32 60 51 e-mail : genevieve.faburel@audax-club-parisien.com

TRACES VELOCIO – TRACES PASCALES

- 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 NATIONALES

- Suzanne LEPERTEL 7 avenue de Normandie 93220 GAGNY
01 45 09 40 78 - fax 01 43 32 27 96 e-mail : suzanne.lepertel@audax-club-parisien.com

SUPER RANDONNEES – FLECHES PASCALES – TRACES NATIONALES

- 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

SORTIES DOMINICALES - VOYAGES – STAGES – REMISE des RECOMPENSES

RELATIONS EXTERIEURES – (FFCT – Ligue – CODEP)

- 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

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

SORTIE PASCALE

- Isabelle CAZEAUX 2 Square des Paulownias 91370 VERRIERES le BUISSON
06 18 65 43 41 - e-mail : isabelle.cazeaux@audax-club-parisien.com

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 18 28 73 88

EDITORIAL

C'est au mois d'août

Bientôt août, la route des vacances, les balades à vélo, le soleil et la mer ...
Oui, mais pour nous, Randonneurs et de surcroît Acépiques, c'est un peu particulier.
Vous n'êtes pas sans savoir que, du 21 au 25 août, c'est notre Paris-Brest-Paris Randonneur qui a occupé, occupe et occupera nos esprits et le devant de la scène.
Au moment où j'écris cet article, nous sommes à la fin de la phase des préinscriptions.

Ces dernières ont suscité bien des inquiétudes, bien des tourments aux potentiels candidats à cette randonnée hors normes à tel point que beaucoup ont fait un BRM 1000 voire un brevet des Randonneurs Mondiaux de 1200 km ou plus en 2010 et que beaucoup d'autres ont renoncé, ce qui fait que nous n'atteindrons sûrement pas la limite des 6000 participants que nous nous étions fixée.

Vous qui êtes membres du club, c'est le moment de vous manifester auprès de Pierre Théobald pour apporter votre contribution en temps à l'accueil de ces randonneurs venant du monde entier (une cinquantaine de nations seront représentées). Nous aurons besoin de bénévoles dès le jeudi 18 août pour la mise en place du matériel et jusqu'au jeudi 25 août pour la fin des arrivées.

Vous ne regretterez pas de vivre cette aventure de l'intérieur avec tout ce monde rassemblé pour une même passion, avec de plus en plus d'engins bizarres. De plus, pour cette 17^e édition, Saint-Quentin-en-Yvelines accroît l'aspect festif de cet événement avec, au programme sur le site même du gymnase des Droits de l'Homme, des concerts, un feu d'artifice et bien sûr des buvettes et de la restauration.

Bientôt août, la route des vacances, les balades à vélo, le soleil et la mer d'Iroise ...

Thierry Rivet

PAQUES EN PROVENCE

2011

TRACES VELOCIO à Laudun L'Ardoise (Gard)

Week-end pascal plus clément que l'an dernier, bien que la pluie fit une apparition le samedi ! Et des acépistes qui furent « super » trempés pendant 2h ! Mais après un déjeuner à l'abri d'un hangar, ils repartaient pour une après-midi sans averse.

Il y avait 4 équipes acépistes :

- ❖ Equipe 79 : 213 km
Max DAUCHY,
Christian GIBERT et
Didier INNOCENT
- ❖ Equipe 80 : 203 km
Michèle GIBERT,
Michèle HUGON et
Catherine
MONTORIER
- ❖ Equipe 81 : 203 km
Daniel KONCEWIEZ,
Gérard MONTORIER,
Jean-Pierre PENDU,
Gilbert SANDRINI et
Pierre THEOBALD
- ❖ Equipe 90 : 244 km
Nicole LEBAR – KRIEF et Catherine REMIOSZ.



Les traceurs acépistes au départ de Roquemaure

Daniel CAYZERGUES et Claudette DORLEANS ont fait les 100 premiers kilomètres



Chantal, Jane, Marcelle et moi-même assurèrent l'intendance

L'arrivée à Laudun L'Ardoise, dimanche, s'est faite sous un soleil radieux.

Nous étions sous la Halle Planchon pour accueillir les Flèches, Fléchettes et Traces Vélocio.

Nous avons une très belle vue sur la campagne environnante.

Résultats des Traces :

- 86 équipes étaient présentes sur les 90 équipes inscrites.
- 377 traceurs ont rejoint LAUDUN L'ARDOISE

16 clubs ont été représentés par 10 traceurs et plus.

3 clubs ont participé avec plus de 20 traceurs :

- 22 traceurs dont 6 féminines au CC FABREGUES et 3 jeunes de moins de 18 ans
- 25 traceurs dont 4 féminines au CS Provençal d'AIX EN PROVENCE.

Et **La COUPE du SOLEIL**, qui a récompensé le club ayant le plus grand nombre de participants, a été attribuée au **Cyclo Club d'ANNECY** de la Haute Savoie avec 31 traceurs dont 8 féminines.



Photo M. TERRIER

92 féminines ont réalisé ces Traces, dont 8 équipes entièrement féminines soit le ¼ des traceurs.

7 féminines (5 vélos et 1 tandem) du club **ORLEANS Cyclotouriste** du Loiret ont remporté les **COUPES de la LAVANDE** qui récompensent les participantes de l'équipe féminine la plus nombreuse.



Photo J. DUSFOUR

Cette année 6 jeunes de moins de 18 ans ont fait ces traces.

La COUPE du MISTRAL a été attribuée à l'équipe ayant le plus grand nombre de jeunes.

Ils étaient 3 jeunes de l'école cyclo du Cyclo Club Fabreguois de l'Hérault.

Avec Nicole, Didier et Jean-Pierre, nous avons fait la sortie du lundi organisée par le CODEP 30 : 120 km pour Didier et 80 km pour nous du côté de La Roque sur Cèze avec ...un certain dénivelé ! Mais sous un soleil radieux.

Très agréable week-end pascal convivial, vivement l'année prochaine à Grambois dans le Vaucluse.

Yvette PENDU

Une dernière photo de la campagne gardoise:



- FLECHETTES VELOCIO

Résultats

Cyclo Club du Vexin	230 Km	Vélo Randonneur Cantonal	180 Km
Joris RICHARD	- 17 ans	Alexandre VOILQUE	- 16 ans
Arnaud RICHARD	- 15 ans	Julian GRASSO	- 14 ans
Rémy SOULISSE	- 16 ans	Aurélien GOURGEON	- 16 ans
Vivien CARRIER	- 16 ans		
Accompagnateur : Didier RICHARD		Accompagnateur : Michel BOOG	
Amicale Laïque Cyclo Toul	207 Km	Amicale Laïque Cyclo Toul	207 Km
Thomas GIRSCH	- 18 ans	Valentin MOUGEL	- 16 ans
Vincent LELARGE	- 17 ans	Raphaël LEFEBVRE	- 15 ans
Simon CLAUDEL	- 14 ans	Gautier LAROCHELLE	- 15 ans
		Julie MANOUVRIER	- 14 ans
Accompagnateur : Jean-Marie MAILLARD		Accompagnateur : Gérard MALIVOIR	
CS Municipal Seynois		160 km	
Florent CHAIX-FABRE	- 14 ans		
Guillaume PREVOT	- 14 ans		
Josuha WOLFCARIUS	- 14 ans		
Accompagnateur : Alain PARIZE			
		Jean-Gualbert FABUREL	

Récit d'une Trace *JE SUIS HEUREUSE*

Oui, je suis heureuse de cette *Trace* que nous venons de réaliser. Nous avons vécu un super moment de vélo, de tourisme et d'amitié. Il faut dire que cette *Trace* a beaucoup fait parler... Après la pression (il paraît que je vous ai mis la pression), puis le stress, le bonheur de la réalisation.

Depuis le temps que je vantais Pâques en Provence, bien aidée par deux Pâques en Périgord et en Quercy très pluvieuses, les Océtistes ont enfin décidé de renouer avec la Provence. Et cette idée d'équipe féminine qui me trottait dans la tête ... Je savais qu'à OCT on pouvait faire quelque chose de sympa. Il ne me restait plus qu'à motiver les intéressées :

- ❖ *Monique*, mon équipière tandem, en qui j'avais entière confiance, se croyait le maillon faible mais, j'avais réussi à la persuader qu'elle pourrait le faire, mais il paraît que je n'avais pas tout dit. Je n'ai pas menti, mais peut-être me suis-je mal exprimée : Monique avait compris que les 201 km minimum étaient à faire en 2 jours et quand elle a compris que c'était en une journée et demie, et donc qu'il fallait faire 150 km le samedi, elle s'est affolée : « On ne m'a pas dit ça ! » la persuasion, la motivation et l'entraînement ont fait que ce fut possible. Et je peux vous dire qu'après le doute, la motivation était très forte.
- ❖ *Chantal* – j'avais fait une Flèche Vélocio avec elle en 87, mais la vie familiale l'a un peu éloignée des grandes randonnées - je lui ai parlé du projet devant son mari Joël. Elle n'a pas dit non, mais se montrait quand même réservée. C'est Joël et Guillaume qui avaient très envie d'aller en Provence (et auraient bien aimé faire une Flèche) qui se sont chargés de la persuader.
- ❖ *Claude*, discrète et efficace. Elle roule beaucoup en semaine avec Dominique et vient en Provence depuis quelques années.
- ❖ *Annie* prévoit de faire une Cyclomontagnarde cette année, alors ce n'est pas une *Trace* qui va lui faire peur. Le seul problème était ses congés : heureusement qu'il y a le TGV et un gentil Président qui trouve des solutions à tous les problèmes.
- ❖ *Jacquie* vient d'arriver au club. Quand je lui ai parlé de notre projet, elle m'a répondu : « Je suis capable de pédaler sur cette distance, mais il ne faut pas me laisser seule : je ne sais ni lire une carte, ni réparer ».
- ❖ *Claudine*, depuis qu'elle a son nouveau vélo – ça fait quand même plusieurs années – elle pédale avec une facilité déconcertante.

J'avais une confiance totale dans mes équipières, j'avais un peu plus peur de l'inertie du groupe aux arrêts avec une équipe plus nombreuse que d'habitude, et surtout de ce que je ne pouvais pas prévoir : la météo. Et si un mistral déchaîné ou une pluie continue venait anéantir notre rêve et nos efforts d'organisation ! Car si nous étions 7 féminines, il y avait aussi 2 équipes masculines de 4 et quelques cyclos qui voulaient bien pédaler dans cette superbe région sans faire de *Trace* : cela faisait une vingtaine de personnes et vélos à déplacer et héberger en Provence.

Nous avons vécu un super moment : un itinéraire très sympa sur de toutes petites routes qui ont parfois demandé un peu de lecture de carte. Merci à Chantal et Claudine d'avoir assuré cette tâche. Quel bonheur de pédaler dans les vignes, les oliviers et les champs de lavande : même si cette dernière n'est pas en fleur à cette époque, le feuillage est d'un très beau vert. Quel bonheur de respirer les parfums de la glycine, des lilas et de l'envoûtant acacia. D'admirer les jolis villages perchés sur leur piton (surtout si l'on n'y grimpe pas). Quelques châteaux, campaniles et places bordées de platanes ... Quel bonheur de pédaler toutes ensemble dans une région qui n'est pas la nôtre, de pédaler avec facilité parce que nous sommes bien préparées.

Et cette *Coupe de la Lavande*, que nous avons rapportée, n'est que la cerise sur le gâteau de ce formidable week-end que nous avons passé. Cette coupe, nous l'offrons à M. Marlin pour ses 90 ans (un peu en retard, mais il ne veut pas qu'on lui souhaite en avance). Notre Président d'honneur, qui est si attaché à OCT, notre club, notre deuxième famille.

Maryvonne DRIARD – TERRIER
Orléans Cyclotouriste (Loiret)



*Notre équipe féminine pour la Trace :
Annie, Claude, Chantal, Jacquie, Claudine, Maryvonne et Monique*

Récit d'une Flèche

FLECHE VELOCIO de l'ACBO (ASPTT PARIS)

La Flèche Vélocio 2011 est devenue souvenir, mais il n'est pas trop tard pour en dire quelques mots à usage des connaisseurs.

J'ai promis à l'ACBO, avec qui j'ai partagé ces 24 heures, un compte-rendu pour leur site ; voilà mes impressions, encore à chaud dès le retour à la maison.

Donc il a fait chaud en ce vendredi de Pâques, qui nous vit quitter St Aubin (Aube, à 5 km de Nogent/Seine) à 12h00. Nous, c'était Victor (27 ans), Sina son amie (33 ans), Bruno (43 ans), Alain dit Pépé (59 ans) et ma pomme (62 ans). Je n'étais plus partant pour la Flèche après la météo démoralisante de 2010, mais Victor avait attaqué dès janvier à la boutique Singer : *"on est quatre, mais tous néophytes dans la Flèche, il nous faut un capitaine expérimenté, et patati et patata..."* et j'avais cédé, finalement heureux de faire partager à la relève ce qu'une dizaine de Flèches m'avait enseigné. Ils avaient promis de ne pas traîner aux arrêts, de rouler soutenu mais sans à-coups, et surtout de faire une Flèche de l'amitié... et ils ont tenu parole. Et puis Ernest CSUKA, là haut nous regarderait sûrement; il ne faudrait pas le décevoir.

Bref l'affaire s'était bien engagée, et le brevet du 300 de Longjumeau que nous avons bouclé ensemble l'avait confirmé, tout en soulignant ce qu'il fallait améliorer. C'était jouable. En capitaine sérieux j'avais dressé le parcours et envoyé les engagements à Michèle HUGON. Elle avait fixé les contrôles sur la base de 563 km (La Voulte) avec une marge de manœuvre de 20%, soit un minimum de 454 (Givors) et un maximum de 669 (l'hôtel retenu à St Hilaire d'Ozilhan, dans le Gard). J'avais poussé la conscience professionnelle jusqu'à reconnaître le début du parcours, une semaine avant.

Cela avait été l'occasion de rencontrer Madame l'adjointe au Maire de St Aubin et de lui expliquer ce que nous voulions faire : descendre en 24 heures de son charmant village des bords de Seine jusqu'au fameux Pont du Gard, le tout sans dormir et pédales aux pieds. Du coup elle avait décidé de convoquer la Presse, et c'est sous les flashes de *"L'Est-Eclair"* que nous sommes partis. Dans une telle expédition, la logistique est fondamentale et deux hommes l'ont parfaitement assurée : Jean-Claude MARGRY qui me convoya avec les cinq vélos jusqu'au départ, et Gilles DECOUARD, le père de Victor, qui achemina le reste de la troupe, puis tout au long du parcours assura notre assistance-ravitaillement. Encore merci à eux deux, ils furent en tous points parfaits.

Bref, la route rugueuse qui nous expédie vers Troyes est sous nos roues, le vent légèrement contraire, le soleil d'Austerlitz au rendez-vous et les jeunes s'en vont, la fleur au fusil. Les soi-disant *"néophytes"* de Victor sont tout, sauf des débutants : ils savent rouler parfaitement en ligne, pas un écart, toujours un regard pour voir si ça suit et le bonheur un peu inconscient de se lancer vers l'inconnu. L'inconvénient de ce parcours est que le début est le plus désagréable, mais j'avais prévu et la bretelle de contournement de Troyes est avalée sans broncher en serrant les fesses. Beaucoup de poids lourds jusqu'à Bar-sur-Seine qu'il faut

s'habituer à côtoyer. Enfin arrive le contrôle des Riceys (km 93) et un certain retour au calme côté circulation. Il était temps. On fait un premier bilan : le vent est léger, mais de trois quart face, le soleil marque les épidermes, il fait soif et l'allure autour des 30 km/h nous donne un peu d'avance, mais aussi entame les réserves. Je pointe en vitesse, on remplit les bidons et en moins de 10 minutes c'est reparti.

Reparti, mais mal reparti après Laignes, où je me laisse bêtement attirer par le panneau Montbard et commets une erreur de parcours. C'est nouveau, après trois Flèches sur ce même parcours sans erreur, du moins à cet endroit ! On ne gagne rien en kilomètres mais on se tape quelques bosses complètement inutiles sur la D5, avant de retrouver le parcours exact à Montbard. Moral atteint, je suis dans une mauvaise passe, et les jeunots abritent soigneusement leur capitaine.

La montée de Sombernon (km 200) se profile et je m'aperçois que Sina aussi est un peu en déconfiture. On monte doucement vers ce haut lieu stratégique, ce lieu où de deux choses l'une : ça passe et l'on bascule en triomphe vers Dijon, ou ça casse et l'on bascule tout morose vers l'abandon. Pour éviter la deuxième hypothèse, je me fâche un peu en disant qu'il n'en est question pour personne, et que l'on va calmement se refaire, quitte à rester dix minutes de plus. Ce sera le seul moment de tension du parcours. Mais Sina retrouve le moral. Elle est jeune et en connaîtra d'autres des passages à vide dans sa vie de randonneuse... C'est tout simplement ça, la Flèche Vélocio, l'amitié qui surmonte les « *coups de latte* », comme dit élégamment Victor.

Dijon n'est déjà plus qu'un petit point derrière nous et l'on file dans le jour qui meurt sur la route des grands crus : Nuits St Georges, Beaune... C'est une caractéristique de la route nocturne : impression de rouler vite alors que l'on dépasse à peine le 26 km/h. Mais le compteur n'est pas éclairé, avec les dix vitesses à l'arrière on ne sait plus trop sur quel braquet l'on est, et puis avec la nuit la pénétration dans l'air est un peu meilleure. Mais la réalité est cruelle et la moyenne qui flirtait avec le 30 descend, descend...

J'en profite pour décrire un peu mes quatre lascars :

- ✓ Élégant et haut perché sur sa magnifique randonneuse Singer, un « *caresseur de pédales* », je vous dis, c'est **Bruno**. Superbe jeu de chevilles et toujours d'humeur égale, il va se balader et résistera à son seul ennemi, le sommeil. Il a fait ses derniers entraînements avec le RC Anjou de Jean-Claude CHABIRAND, une référence!
- ✓ Beaucoup plus petit, vélo de course Singer rutilant et chromé, toujours attentif à bien abriter, un chamois dès que ça monte un poil, c'est **Pépé**. Son seul ennemi c'est le mal de selle. Il le combat avec force pommades et un double cuissard. Il est la sagesse, et fait totalement confiance pour ce qui est du parcours. Pur produit de l'école Singer.
- ✓ Des mollets comme mes cuisses, des cuisses comme un tronc d'arbre, sans arrêt à gigoter sur sa selle. Des kilomètres dans le vent, mais en respectant parfaitement la consigne de rouler régulièrement, c'est **Victor**. Un moral d'enfer, un dynamisme

parfois brouillon mais efficace, c'est un coureur qui devient randonneur. Laissons-lui encore un peu de temps. Il a le potentiel de rouler beaucoup plus vite, mais son cœur bat pour Sina, alors il se calme...

- ✓ **Sina** enfin c'est notre sourire féminin, mais pas seulement. Un sacré coup de pédale dans les faux-plats montants où elle promène sa randonneuse Singer, comme d'autres leurs hauts talons. Peut-être une tendance à consommer un peu trop (de l'eau exclusivement), et encore un peu tendre lorsqu'un grain de sable perturbe la machine; elle apprend vite. C'est déjà une super-nana. Son sourire éclatant à l'arrivée sera une magnifique récompense.

Bon, on n'y est pas encore à l'arrivée, et il est temps de pointer à Chalon (km 299) avant minuit, et de ne pas s'y perdre comme cela est arrivé dans le passé. Papa Gilles a organisé le ravito, encore une fois parfaitement bien situé. Il déplie la table, sert chacun, remplit les bidons, vide les poubelles, veille à tout, c'est le digne père de son fils. Le contrôle suivant étant à plus de 150 bornes, on décidera que la prochaine pause sera Villefranche (km 394).

J'ai oublié de dire deux mots de celui qui a la responsabilité du parcours et le titre pompeux de capitaine. Diesel de chez diesel, du genre à 28 ça va, à 29 ça coince. Adore rouler la nuit, à cause de la fraîcheur. Ne s'ennuie jamais sur sa bécane. C'est un vélo Fisher Price en plastique comme disent les Singer Boys, mais pour 24 heures - ce qui est très court - son Time lui convient de plus en plus. C'est un randonneur qui devient coureur (hum !!), mais rassurez-vous, il n'en aura pas le temps...

Rien à signaler à part les vagues de sommeil qui frappent, plus les jeunots que les anciens. Et vogue le petit groupe vers le sud. Une équipe du Métro qui nous avait en point de mire depuis longtemps se décide à "visser" et nous passe. La Flèche Vélocio et l'US Métro c'est une histoire qui remonte pratiquement aux origines (1947) sans interruption. Le fait qu'ils aient, avec toute leur culture du sujet, choisi le même parcours confirme que notre choix est le bon.

La traversée de Lyon dans la nuit finissante est une formalité et à Givors (km 454), pause petit-déjeuner à 6h00. Une carte postale pour Michèle HUGON, un café bouillant pour se réveiller; il reste de la route. Pas de temps à perdre. C'est là que commencent les calculs à la Victor, conseillé au téléphone par son *Directeur Sportif*. Le très ancien record de l'ACBO avec André BOCQUEL, Armand CROIX, Daniel DAMELINCOURT et Camille BARDET est, paraît-il, de 613 bornes. Et le défi serait de l'améliorer.

« Euh, t'es sûr que c'est indispensable ? » Après tout, pourquoi pas ? Tout le monde adhère. « Des fous, je suis avec des fous... » ! Mais c'est si bien de s'offrir encore quelques folies. Et l'on "visse" un peu plus, comme disent les coureurs, mais sans se démolir. La flamme rouge est encore loin, et il ne faudrait pas faire exploser le fragile équilibre.

On gère proprement en remplissant les poches pour ne plus s'arrêter jusqu'à midi qui sera la 24^{ème} heure. La 22^{ème} heure aura été à La Voulte (km 563) où Victor s'occupe de pointer les cartes pour ne pas nous ralentir. Route plate et facile (la N86, que l'on a préférée à la N7),

vent trois quart arrière plutôt favorable et le tour sera joué. On posera pied à terre, en même temps que tomberont les premières gouttes de pluie, à Bourg Saint Andéol et le compteur s'arrêtera cette fois définitivement sur **619** bornes. Mission accomplie, bravo à tous et félicitations d'Olivier qui vient nous chercher. Il est ému le patron des Cycles Singer, c'est le grand retour de son club dans la Flèche Vélocio, et je parie que c'est pour longtemps.

Le lendemain dans la cohue sympathique de Laudun l'Ardoise où tous se retrouvent, on aura quelques nouvelles des autres équipes. Les trois ASPTT, Edouard, Noël et Patrick, qui roulaient avec l'ACP (Yves LANOE et Jean-Pierre LE PORT) ont rempli leur contrat de 455 km, avec un dénivelé égal à celui de la Marmotte (4200 mètres environ). Bravo à eux !

Sous toute réserve : US Métro 1 = 711 km; ACP (tandem Faburel + Métro) = 649 km; US Métro 2 = 627 km; ACBO (la bande des quatre + un ASPTT) = 619 km ; CT Maurepas = 607 km ; Mozac CC = 589 km ; GC Langeac = 564 km ; CSC Château-Thierry = 555 km ; US Métro 3 = 541 km ; GS Ajoie-Porrentruy Suisse = 527 km ; ASCVEC = 511 km ...

Le 8 avril 2012, Pâques en Provence sera dans le Luberon à Grambois. Qu'on se le dise...

Alain COLLONGUES
Secrétaire Section Cyclo
ASPTT PARIS

Notre sortie de Printemps
à COLLONGES LA ROUGE

Du 7 au 14 mai 2011

Ce petit village en pierres rouges, n'a pas usurpé son titre de plus beau village de France. Il a su garder son caractère médiéval. Blotti dans son écrin, il s'offre à vous et vous dévoile sans ostentation, toutes ses beautés.



Ce séjour, dans un VVF de qualité qui se fond dans la nature environnante, fut une réussite complète. Nous avons eu un vrai temps d'été, juste un orage la nuit et quelques heures de pluie une fin d'après midi.

Les parcours concoctés par Catherine et Gérard MONTOTIER, dans la région depuis 12 ans déjà, étaient magnifiques et bien dosés. Seules, quelques bosses nous ont donnés un peu « de fil à retordre », mais nous étions là pour ça. Merci à eux de nous avoir fait découvrir tous les paysages et les trésors touristiques et gastronomiques de cette région. Ils nous ont nourris des produits du terroir.

Nous étions très heureux de ne pas avoir à transporter les pique – nique dans nos poches, merci à Jane et à Marcelle pour les ravitaillements. Que de mal elles ont eu avec ces cyclos indisciplinés qui ne savaient jamais ce qu'ils voulaient, fromage, yaourt ou faisselle et surtout qui ne se rappelaient plus de leur choix.

Quelques nouveaux adhérents de notre club s'étaient joints à nous. Nous avons ainsi pu faire plus ample connaissance et apprécier leur compagnie. Merci à eux de nous avoir accompagnés.

Merci aux photographes qui ont immortalisé ces bons moments.

Les dix neuf participants, cyclotouristes, randonneurs ou contemplatifs remercient Pierrot de ce choix judicieux et remercient l'A. C. P. de nous permettre de telles aventures.

Ils ont pu être présents, Jane et Daniel CAYZERGUES, Max DAUCHY, Claudette DORLEANS, Michèle HUGON, Didier INNOCENT, Marcelle et Daniel KONCEWIEZ, Yves LANOE, Nicole LEBAR, Laurent LEPRINCE, Catherine et Gérard MONTORIER, Jean – Pierre PALMANTIER, Yvette et Jean – Pierre PENDU, Catherine REMIOSZ, Chantal ROUGERON, Pierre THEOBALD et ne le regrettent pas.





Michèle HUGON
Le 20 mai 2011

Les roses du Limousin

Nous avons cyclé en toute amitié autour de Collonges La Rouge dans cette belle région qu'est la Corrèze ; à chaque tournant, en haut de chaque bosse, un paysage différent et des rosiers partout, j'en ai même vu pousser entre les pierres d'un muret.

Avec Didier et Jean-Pierre, nous sommes allés visiter les jardins de l'écrivaine Colette à Varetz.



«Les Jardins de Colette» est un parc floral situé à proximité du Château de Castel Novel sur la commune de Varetz, en Corrèze qui appartenait à Henri de Jouvenel, rédacteur en chef du journal « Le Matin ». Colette l'a épousé en 1912.

Un an plus tard, naîtra sa fille Bel Gazou, héroïne de plusieurs de ses romans, qui séjournera au château pendant toute son enfance : « *Bel Gazou, fruit de la terre limousine ! Quatre étés et trois hivers l'ont peinte aux couleurs de ce pays...* »

A Castel-Novel, Colette retrouve la campagne et les joies pures des choses simples. Ce qu'elle chante, c'est l'amour, sa fille, les bêtes et les plantes. La nourriture aussi. Colette s'épanouit ! Elle est heureuse, pèse près de 80 kilos et profite de ce pays corrézien.



Colette délire aussi sur les roses qui fleurissent, en ce pays limousin...

« *Le temps, nuages et soleil, n'empêche pas les roses de fleurir. Hélène, je n'ai jamais vu tant de roses, ni tant de variétés. Il y a ici des roses d'exposition horticole. Plus on en coupe, plus elles fleurissent. Germaine, en partant ce matin, a emporté un bouquet tout humide, cueilli par moi à sept heure 1/2, rien que des roses, et des roses merveilleuses. Nous avons les luxueuses roses blanches, à reflets carnés, la jaune en arbre, qui sent la brune et le cigare, la pourpre-noire, la Néron parfaite; les haies qui bordent la route montante sont en Bengale...* Je ne peux tout te dire ! Dans

la bibliothèque, les trois bouquets que j'ai cueillis ce matin valent trois cent francs à Paris. Cela m'enivre et me désespère. Je ne les verrai jamais toutes ! »

Lettre à Hélène Picard Printemps 1923.



Photos prises entre 2 coups de pédales...il ne manque que leur parfum !



MERCI à tous les acépistes qui étaient au stage...Ce fut super !

Yvette PENDU

Petit message

Bonjour à tous,

En tant que nouvel inscrit à l'ACP, j'ai énormément apprécié l'esprit cyclotouriste qui a régné au sein du groupe durant tout le séjour de Collonges-la-Rouge.

Toujours uni dans l'effort ou dans les crevaisons même sous un orage à ne pas mettre un chat dehors, toujours accueilli comme si on me connaissait depuis longtemps, toujours à partager quelques mots et rigolades sur le vélo, à table, autour d'un verre ou lors d'une crapette.

*Je suis conquis par cette sympathique ambiance qui règne au sein de l'ACP.
Merci à Catherine et Gérard qui ont su merveilleusement bien marié ces 2 mots clés, cyclo et tourisme, pour notre plus grand bonheur.*

*A quand la prochaine escapade ?
Bien amicalement,*

Jean-Pierre Palmantier

Dans les coulisses de PARIS-BREST-PARIS

Premier 400 !

Hé oui... Trainé dans l'aventure d'une tentative d'un Paris Brest Paris !

Me voila déjà au début des choses sérieuses avec la découverte du « 400 km ».

En route, départ 16h de Longjumeau, vent dans le nez jusqu'au premier contrôle. Heureusement je m'associe bien vite avec une petite dizaine de cyclo, on se relaie pas mal à 6, et on avale cette première difficulté sans trop de bobo, avec une moyenne de 31,5 km/h, quand même !

Premier contrôle et le plaisir de retrouver un couple cher à tous les Acépiques : les Faburel, aux « commandes » d'un beau peloton ! La décision est vite prise, je repars avec eux, autant profiter de leur expérience, et de l'abri d'un groupe auquel je m'intègre bien vite - un coup bien au chaud, un coup « à la fenêtre » - J'en profite pour voir « travailler » nos deux amis, véritables meneurs du peloton, et recueillir auprès d'eux quelques trucs et astuces précieux pour le néophyte que je suis...

Seconde bonne nouvelle, le vent est maintenant avec nous, ce qui nous permet de tenir un bon 35, sans forcer, sympa !

Malheureusement notre route se sépare à Blois où Isabelle m'attends pour me ravitailler et me donner de quoi me vêtir, la nuit promet d'être très froide et je m'octroie donc tout un quart d'heure d'arrêt... Bien court finalement...

Je repars donc dans la nuit, seul. Première erreur de parcours je me trompe de pont, petite rallonge de 7 ou 8 km... J'ai déjà appris lors de mon premier 300 km l'an dernier que ce genre de détail est négligeable pour les cyclos, puisque j'ai fini cette rando à... 340 km au compteur... Mon compagnon du jour se reconnaîtra sans doute, hein Jean ? ;-))

Voila que commence mon apprentissage de rouler seul, de nuit, sur une route inconnue, sans fléchage... Il me fallait ce genre d'expérience, et j'avais prévu de partir seul sur ce 400 pour vivre ça, donc, finalement, je ne regrette pas d'avoir perdu un peloton si confortable.

A 25 km de Lamotte-Beuvron un petit groupe de 4 me passe : l'un deux me lance un encourageant « allez grimpe en voiture ». Je n'y résiste pas et je monte, me promettant bien de les quitter quoi qu'il arrive à Lamotte. Nous roulons bon train, 30-32, les gars sont expérimentés et roulent très bien, tous participent à l'effort, un bon moment de vélo.

Panneau La Motte ! Je reste avec eux juste le temps de nous mettre sur la bonne route puis je les laisse partir. Etant là pour apprendre, il ne faut laisser passer aucune opportunité, merci à ces compagnons de route, ce fut un plaisir.

Me voila reparti, bon moral malgré ma solitude retrouvée. J'apprécie la nuit, clémente pour le moment. ça ne dure pas, ma première lampe se met à clignoter au moindre cahot : très énervant ! Je décide de me contenter de la seconde, moins efficace mais qui fonctionne, elle !

Je retrouve mon groupe de 4 au contrôle, ils me proposent de repartir avec eux, mais fidèle à mon engagement secret je décline, non sans leur souhaiter bonne route.

La nuit avance, petit rythme entre 25 et 30, selon l'humeur et le terrain. Arrivée du froid, de la fatigue, nouveau problème d'éclairage, c'est la fixation qui casse cette fois-ci !

40 km à tenir ma lampe à la main, avant d'avoir une illumination et d'utiliser une chambre à air pour la fixer au bas du cintre... Débrouille, débrouille, comme en mer, on fait avec les moyens du bord, l'essentiel c'est le résultat !

Fin de nuit sans souci, retour des grandes lignes droites de Beauce, heureusement le lever de soleil offre, là-aussi comme en mer, des moments magiques, qui font oublier le froid, la lassitude, le mal de fesse etc. etc.

Et enfin c'est l'arrivée... Ou presque... Il me faudra 45 minutes pour rallier Saulx-les-Chartreux à Longjumeau... N'ayant pas Yves (l'Acépite qui semble connaître toutes les routes de France par cœur) sous la main, le GPS de l'I phone me tire de ce mauvais pas... Finalement cette dernière péripétie sera le seul vrai mauvais moment de cette belle randonnée (si si, ça s'appelle comme ça !), et en plus ça me prive du plaisir d'arriver avant 8 h 00... à 30 mn près...

Allez, enregistrés les nombreux enseignements de cette première nuit à vélo ! Nouvel objectif le 600, dans 15 jours déjà, mon éclairage sera au top ! Merci à tous ceux croisés durant cette belle nuit.

Jean-Benoît LAGARDE

Quelques photos prises sur le vif par Yvette pendu !



Thierry



Yves Lanoé



Laurent Leprince



Jean-Pierre Le Port et un copain



Geneviève et Jean-Gualbert Faburel



Marc Becquet en rouge et un copain

Jean-Benoît Lagarde



Dans cette rubrique, vous trouverez la première partie du récit d'un cyclo Denis BOITELLE, membre de l'Amicale des cyclos cardiaques et du club Montigny cyclotourisme (59).

Son récit est intitulé : Ma ballade en solitaire sur une diagonale : Dunkerque-Menton.

Une bien belle « ballade », comme il l'appelle, dont nous le félicitons vivement.

Roger MARTIN

Ma ballade en solitaire sur une diagonale : Dunkerque- Menton

Le 13 Juillet 2009. Voiture et vélo à **Bray-Dunes**. L'endroit habituel, le parking face à la dernière boulangerie avant la frontière Belge, n'est pas libre. Il faut trouver un autre point pour garer la voiture en attendant que Jean Marc, mon fils, puisse venir la reprendre. Premier parking, pas possible, il y a un marché le Jeudi. Choix du parking place de la Gare. C'est OK et en même temps, je me renseigne auprès d'un passant pour stationner la Golf à une place non gênante. Ceci fait, il me faut arrimer maintenant toutes les sacoches et prendre le départ.

Il est 10h et c'est parti. Premier croisement à gauche et je suis déjà la direction plein Sud. Un premier arrêt au panneau d'entrée pour la photo. Oui cette année, c'est décidé, il y aura des photos et c'est reparti. Il fait beau temps, pas trop chaud et le vent est de $\frac{3}{4}$ face. Pas d'achat à faire pour le repas du midi, tout est préparé. Le compteur m'indique l'allure 18 km/h pas besoin de se presser plus. L'étape n'est que d'un peu plus de 100 km.



Le tracé m'indique les altitudes : **Les Moëres** -2,5m... c'est tout plat jusqu'à **Steenvoerde**. Il est l'heure du repas, je profite de la présence d'un moulin typique de la région à la sortie de la ville pour m'arrêter.

Photo avant de repartir et je commence à enchaîner quelques petites côtes.



Petit ennui à l'entrée de **Caestre** la roue avant est dégonflée. Arrêt à un abri bus pour réparation. Démontage des sacoches avant, pour atteindre la roue, puis démontage du pneu et gonflage de la chambre pour vérification... pas de fuite apparente, sans oublier le problème rencontré avec la pompe, mais solution trouvée assez rapidement. Il me semble ne pas y avoir de

crevaison, mais par précaution, je mets une chambre neuve, remonte, regonfle et recharge les sacoches. Incident sans gravité mais en repartant, je me pose la question de ce qui a pu se passer, je remarque en même temps que le compteur ne m'indique plus la vitesse ni les kms parcourus et je ne comprends pas non plus... Pneus, chambres, compteur, vélo, tout est neuf depuis l'accident de Mai. Bon, je fais l'impasse sur ça et poursuit ma route : les solutions viendront en temps utile.

En traversant la ville d'**Estaires**, au détour d'un croisement, je remarque une terrasse intéressante... il fait beau et chaud, il est temps de prendre un petit rafraîchissement. D'ailleurs, après l'incident, je commence à avoir chaud. Bref arrêt pour reprendre la route en direction de **La Bassée**, puis **Lens** que je traverse jusqu'en son centre pour prendre plein Est vers **Sallaumines** et là ça se complique un peu mais je trouve la solution en prenant la direction d'**Henin-Beaumont**. Avant d'y arriver, il y aura une route à droite qui m'indiquera **Rouvroy**. Je la trouve et reprends direction plein Sud.

Il est 18h quand j'arrive à **Vitry en Artois**, à une quinzaine de kms de la chambre prévue pour ce soir. Arrêt à un bar tabac PMU pour étancher une petite soif, acheter une pile neuve... en réfléchissant, je me suis dit, pour le compteur, que ça pouvait peut-être provenir de la pile du capteur. Je rentre dans le bar et me fais tout de suite interpellé par un client du comptoir qui veut savoir ce que je prends comme produit dopant. Je m'avance vers les pompes à bière et lui désigne le produit top pour moi... Leffe blonde en 33cl ! Après avoir appelé la chambre d'hôtes, acheté une nouvelle pile à installer à l'étape, et bu mon fameux breuvage euphorisant, je reprends la route pour une petite balade jusqu'au point de chute : La Ferme de l'Abbaye à **Dury** dans le 62. Je remarque que bizarrement le compteur s'est remis spontanément à fonctionner...

Ce n'était donc pas la pile, en fait, je commence à comprendre : il faudra le retirer à chaque arrêt prolongé.

J'arrive sans encombre à 19h à l'orée d'un petit bois au milieu duquel se trouve la ferme. Les



bâtiments agricoles sont occupés par un Centre Equestre qui vient juste de se créer. Je discute le coup avec le responsable, puis rencontre l'hôtesse pour loger l'équipage : la monture dans un coin des écuries, et le pédaleur dans une chambre confortable à l'étage. Je préviens

tout de suite que le vélo reste très calme la nuit et qu'il n'y aura pas de problème avec les autres chevaux. Inutile aussi de l'abreuver, ni de lui donner de l'avoine... seul le maître à droit à une petite bière. Du coup l'hôtesse m'en offre une et je me dis qu'il faudra peut-être penser à ralentir un peu la bière à partir de maintenant, sous peine de finir la randonnée en devenant un ivrogne notoire. (Notez le notoire !). Discussion avec le couple sur tout et puis rien... Ça va même jusqu'à l'infiniment grand et l'infiniment petit, comme quoi, rien c'est rien et trois fois rien, c'est quand même quelque chose et moins que rien ça vaut pas grand chose.

J'appelle Monique, mon épouse, pour lui dire que je suis bien arrivé et Jean-Marc pour aussi lui dire où se trouve la voiture à **Bray-Dunes**. Prise du repas seul à table, entrée légère : melon et jambon de pays, et plat de lasagne : très chaud et copieux, l'ensemble avec une pleine bouteille de Puisseguin St Emilion. Je dévore sans demander mon reste. Elle revient pour m'en proposer une autre part, mais je cale... la chaudière est pleine et si je veux passer une bonne nuit, il ne faut pas trop la charger. Après un gâteau à la fraise et un café, c'est fini.

La bouteille de vin est à moitié vide ou pleine selon l'optimisme courant. Il est 22h, c'est l'heure du dodo.

Données techniques : kms prévus 109, durée totale 9h, beau temps avec vent $\frac{3}{4}$ face, rien d'autre à cause du compteur défaillant.

La Ferme de l'Abbaye 62156 DURY – Tél. 03.21.58.98.59

Le jour du 14 Juillet, je ne reste pas dans mon lit douillet... Levé à 7h, petit déj à 8 avec un couple de Hollandais et leurs enfants, conversation sur le trajet. Je demande à mon hôtesse si elle peut me préparer un casse-croûte pour le midi, c'est lundi et les commerces sont fermés. Demande acceptée avec gentillesse. Le couple est remplacé ensuite par un autre, des Français, lui de Lyon, elle d'Arras. Ça ne doit pas être facile pour se voir souvent. Elle déménage une maison qui lui appartient où elle a entassé une multitude de choses qui viennent de sa famille et d'achats personnels dont des livres en grandes quantités. Bonjour le poids et la poussière.

Départ à 9h. Temps beau et chaud sans trop, mais toujours le vent de $\frac{3}{4}$ face. Quelques bosses mais ça ne monte pas très haut. Pendant un moment, dans les quelques kms de traversée du **Cambrésis**, un cyclo fait route avec moi. Il me parle de ses impressions, qu'il préfère rouler seul maintenant et de ses projets. Il me quitte à **Gouzeaucourt** et j'enchaîne les bosses jusque **Roisel**, où je me suis souvenu, au cours de mes précédentes sorties, de pouvoir y trouver une petite superette. Achat de fruits et barquette de légumes puis je repars pour trouver un endroit accueillant pour le repas.

Pour l'heure du midi, je suis à proximité de **Vermand** et là aussi je me souviens qu'il y a une baraque à frites dans le bas du village. Petite photo avant d'arriver puis descente à la friterie. Achat d'une bière et d'une portion de frites et je mange là en compagnie de 3 Hollandais. Sans doute des gars qui travaillent aux éoliennes que l'on voit s'ériger dans la région. C'est reparti. Le vent est de face maintenant où quoi... en tout cas c'est l'impression que j'ai. Traversée d'un petit village :

Bray-St Christophe... un hangar joliment aménagé en habitation, charmante petite église...
ça vaut la photo.



J'arrive sans encombre à **Tergnier** à 16h où je démarre mes pages d'écritures en sirotant une nouvelle petite bière en attendant que Louis, mon neveu, revienne à la Maison Forestière de **St Gobain** où il m'attend.

Arrivé à 18h après une pénible montée dans la ville, je suis accompagné par un autre cycliste qui n'arrête pas de me parler. Compte tenu du pourcentage, je mets une première fois pied à terre et reprends mes esprits... Il s'arrête aussi... mais pas de parler. Alors je lui réponds gentiment les banalités qui me viennent à l'esprit. Dernier effort et je suis en haut de **St Gobain** à quelques mètres du final du jour. Louis me suit de quelques minutes.

Toilette, douche et nous nous retrouvons avec une bouteille de champagne devant l'arbre à papillons. Conversation accompagnée par les papillons qui virevoltent autour de nous. Puis départ vers **Coucy le Château** où nous prenons un repas en terrasse maintenant accompagnés par les martinets qui volent et piaillent dans le ciel. Louis me pose une colle : « Sais-tu où dorment les martinets ? » Bon les hirondelles je sais, y a encore une trace de crotte sur mon vélo... mais les martinets ? « Ils dorment en vol, en fait ils ne se posent pratiquement jamais, sauf pour se reproduire et nourrir les petits ! » Incroyable ! Retour à **St Gobain** par la forêt, je vois dans la pénombre une forme assez imposante traverser la route. Vu la masse cela doit être un cerf sans doute. Louis n'a pas vu l'ombre... une hallucination ? Couché à 22h et gros dodo.



Données techniques : kms prévus 94, enregistrés 104, temps de roulage 6h 59, dénivelé 822m, FC moyen 106, FC maxi 130, durée totale 9h. Beau temps avec vent de face.

Maison Forestière de la Chesnoy 02410 ST GOBAIN

Le 15 Juillet, levé à 7h, petit déj avec Louis. Toilette et départ à 8h 30. Une belle bosse puis descente rapide vers **Prémontré**. Dans la descente, le revêtement présente beaucoup d'aspérités, ce qui provoque un bruit dans le garde boue avant. Je m'arrête au bas et constate qu'une petite vis du porte bagage ne tient plus. La vis n'est pas assez longue et elle ne prend que sur quelques filets. Réparation de fortune, j'ôte une rondelle et cela fera l'affaire jusqu'à la prochaine ville.

A **Vailly-sur-Aisne**, je trouve mon bonheur dans une quincaillerie à l'ancienne... il y en a encore où on trouve de tout. Réparation sur le champ et en même temps achat des courses pour le repas du midi à prendre au détour d'un coin sympa.

Trouvé à **Braine** au bord de la rivière Vesle. Puis je repars pour un enchaînement de montées



et de descentes et je commence à ressentir les premières douleurs aux fesses. J'avais pourtant bien rodé la selle avec de la graisse et ramolli en faisant rouler dessus un manche à balai. Je me relève souvent pour soulager la compression. Ça grimpe souvent et avec le vent de face et les douleurs, je commence à prendre un coup au moral.

Je m'arrête à **Fère en Tardenois** près de la halle ancienne et en profite pour m'enfiler une bonne petite bière bien fraîche. Le reste du parcours est tout aussi dur. Je décide de m'arrêter à une pharmacie à **Montmirail** pour acheter un tube de cétavlon. Cette pommade m'avait bien soulagé lors de ma dernière traversée de Dunkerque à Perpignan à l'été 2007.



A nouveau, une petite bière, puis appel au point de chute pour prévenir de mon arrivée. A **Le Gault la Forêt**, petite route à gauche en direction de **Charleville**, puis petit chemin pour rejoindre la chambre d'hôtes, une ferme

briarde du XIX^{ème} siècle, ensemble de bâtiments clos isolés tout en haut d'une petite colline. Il est 19h 15, accueil très sympa avec un couple d'Anglais.



Après la toilette, je passe rapidement à table pour ne pas faire trop attendre mon hôtesse et les Anglais. Surprise : champagne pour l'apéro. En fait, le mari est agriculteur et aussi fils de vigneron... alors c'est de bon aloi, il fait connaître

le vin de ses parents. Repas : entrée légère puis poulet basquaise, le tout dans une ambiance sympathique, à la fois de part l'hôtesse et le couple. Le portable ne passe pas à la ferme, la propriétaire me propose d'appeler avec son fixe.

Les hirondelles volent très haut dans le ciel, signe qu'il va faire beau. Je soigne mes bobos avec la pommade en espérant être moins ennuyé demain.

Données techniques : kms prévus 107, enregistrés 112, temps de roulage 7h 57, dénivelé 1097m, FC moyen 101, FC maxi 127, durée totale 12h 45. Beau, couvert, puis beau avec vent de face.

La ferme de Désiré – Allée de Désiré 51210 LE GAULT-SOIGNY – Tél. 03.26.81.60.09



(à suivre)

PERIPLE Migrations d'avril

Cette année, le rassemblement pascal se déroule à Laudun-l'Ardoise, dans le Gard. Avec mes amis du Cyclo-Club Vallée de Chevreuse, nous avons prévu d'effectuer une Flèche Vélocio en boucle, au départ de Bernas, hameau surplombant les gorges de la Cèze, à une trentaine de kilomètres au nord de Laudun.

D'autre part, notre collègue Jean-Philippe, organisateur dynamique et dévoué, vient de sortir de son chapeau un alléchant BRM de 400 km au départ de Grenoble, qui aura lieu le week-end suivant.



Enfin, je me suis fait un devoir de reconnaître avec soin le parcours du «1000 du Sud», un BRM que j'organise cette année en septembre, dans le Var, avec l'Argens Cyclo Carcès. Or, ce brevet passe aussi bien dans le Gard, qu'à proximité de Grenoble...

La douceur printanière incitant au voyage, je décide de faire, pour ainsi dire, d'une pierre trois coups.

Fraîchement vieillie d'une année, je prends la route, jeudi 21 avril, avec mon fidèle Petit Tonnerre, un compagnon de la première heure (c'est avec lui que j'ai découvert Paris-Brest-Paris, en 1999). Le robuste cadre en acier supportera mieux le porte-bagages dont j'ai besoin pour un voyage d'une douzaine de jours, et que je n'ose pas installer sur mon fragile Spirit.

Bernas

Connaissant mon parcours par cœur, je m'efforce de me mettre dans la peau de celui qui découvre, hésite et consulte la carte. Quelle direction suivre? Qu'indiquent les panneaux routiers? Les numéros de route sont-ils bien ceux que j'ai lus sur mon atlas Michelin (qui date de l'an 2000)?

Chaque intersection fait l'objet d'une petite réflexion. Les panneaux sont photographiés, les nouveaux numéros de route notés, comme dans le cas de l'ancienne N 100 (Alpes de Haute-Provence), devenue D 4100.



Quelle est la meilleure façon de traverser telle ou telle localité? A La Brillanne, il est préférable d'emprunter la montée des Platanes, à l'écart du trafic. A Vaison-la-Romaine, il vaut mieux longer la rive gauche de l'Ouvèze. Et ainsi de suite...

Mont Ventoux

Le soir, je fais étape à Sainte-Cécile-les-Vignes (225 km), en plein vignoble des Côtes-du-Rhône. Il ne me reste qu'une cinquantaine de bornes pour rallier Bernas, d'où notre équipe doit partir, le lendemain, à 15h00.

Vendredi matin, je continue mon travail de repérage, jusqu'à Saint-Martin-d'Ardèche, le 3^{ème} contrôle du 1000 du Sud. Les randonneurs y passeront en fin d'après-midi, ou en soirée, avant de remonter les gorges de l'Ardèche. Je constate avec satisfaction que les pizzerias sont nombreuses!

A midi, je retrouve mes amis à la Magnanerie de Bernas, où nous déjeunons dans un cadre idyllique. Puis les deux équipes, constituées chacune de trois cyclistes, s'élancent à une heure d'intervalle, pour un 'Tour des Cévennes' long de 380 km, résolument touristique et montagneux.

J'ai beau avoir laissé une de mes sacoches à l'hôtel pour économiser du poids, je peine à suivre mes compagnons, avides de se dépenser. Heureusement, après le dîner (à Ganges, dans l'Hérault), ils se calment. Est-ce l'ascension du col de la Barrière, ou les nombreux pichets de rosé engloutis au restaurant? Toujours est-il que je roule de nouveau à mon rythme.

La nuit est douce, et la pluie, pourtant annoncée, nous épargne. Depuis ledit col jusqu'à Millau, en passant par Saint-Jean-du-Bruel, Nant et le canyon de la Dourbie, les routes sont désertes, les villes sont rares, nous pédalons en pleine nature. L'équipe se repose une heure à Millau, histoire d'avaler une soupe chaude préparée par notre assistance, et de tenter de dormir – sans succès pour moi.

Nous repartons par les gorges du Tarn. Le jour se lève, révélant un décor magnifique et sauvage. Les montagnes sont noyées dans la brume. On se croirait dans une vallée perdue au bout du monde. C'est le plus beau moment de cette flèche.

La suite est encore riche en superbes paysages, mais la pluie nous rattrape du côté du Pont-de-Montvert, alors que nous montons le col de la Croix de Berthel, au sud du Mont Lozère.

La fête est un peu gâchée: descente difficile (ça freine mal), des crevaisons, une chute. Nous perdons du temps, le pointage de la 24^{ème} heure se fait finalement à Saint-Sauveur-de-Cruzières, au bout de 361 km. L'autre équipe parvient à boucler le parcours dans les délais. Le soir même, nous fêtons l'aventure autour d'un bon repas!



Ste Enimie

Dimanche matin, nous allons rendre nos cartes à Laudun. Ce sont les seuls kilomètres que j'effectue en voiture. Comme toujours, la concentration pascale est l'occasion de saluer de nombreuses connaissances. Puis je prends congé de mes compagnons et j'enfourche à nouveau mon Petit Tonnerre, destination Roquemaure, où je déjeune avec mes amis de l'Audax Club Parisien. Une vraie réunion de famille!

En milieu d'après-midi, nous quittons la table. Il fait un temps superbe, j'en profite pour m'avancer un peu. Je fais étape à Vagnas, en Ardèche, non loin de Vallon-Pont-d'Arc, où je récupère l'itinéraire de mon 1000.

Lundi 25 avril, je poursuis le repérage par Aubenas, le col de l'Escrinet et Loriol. C'est la section la plus urbanisée, et donc la plus ardue à repérer. La traversée d'Aubenas, notamment, me retient longtemps. Pour la plupart d'entre eux, les participants y passeront de nuit, ou au petit matin, échappant ainsi au trafic.

Comme l'orage gronde, je fais étape en milieu d'après-midi, à Saillans, dans la Drôme – le 5^{ème} contrôle du 1000 du Sud. Je profite du temps libre pour enquêter: à quelle heure ouvre le Café des Sports? Et la boulangerie? Et l'épicerie? Car certains randonneurs prendront ici leur petit déjeuner.



Vallée de la Roanne

Mardi 26, j'aborde une section montagneuse: la vallée de la Roanne (un bijou de la Drôme secrète).

Saint-Nazaire-le-Désert, le col des Roustans, La Motte-Chalançon, Rémuzat (6^{ème} contrôle), le col de la Saulce, Serres (Hautes-Alpes), Veynes, le col du Festre (7^{ème} contrôle), le défilé de la Souloise (Isère), le Trièves, le col Saint-Sébastien et Mens (8^{ème} contrôle).



Je reçois un excellent accueil à l'Auberge de Mens, où je pose mes sacoches pour une nuit. J'explore la ville, notant les horaires de fermeture des épiceries. Quelques photos de paysages ont complété mon dossier virtuel.

Col du Festre



Mercredi 27, le soleil est toujours rayonnant. Le repérage m'emmène par le col Accarias, le spectaculaire pont de Ponsonnas sur le Drac, Valbonnais et le col d'Ornon, jusqu'au Bourg-d'Oisans, où je quitte temporairement le tracé du 1000, pour descendre à Grenoble. Je souhaite faire le 400 de Jean-Philippe en avance : permission accordée! Mon carton en poche, je m'installe à l'hôtel, à Claix.

Col d'Ornon

Jeudi 28, en attendant 17h00, je fais un peu de tourisme : le col de Comboire, Saint-Nizier du Moucherotte et la Tour sans Venin, une des sept merveilles du Dauphiné. L'heure de départ venue, je m'élançe sous un fin crachin. Comme sur la flèche, j'ai laissé une de mes sacoches à l'hôtel. Selon les mots de son organisateur, le 400 de Grenoble est «une randonnée autour de l'agglomération lyonnaise par une remontée de la Vallée Bleue, la traversée des Dombes et une excursion dans les Monts du Lyonnais».

J'effectue ce brevet au rythme paisible qui a été celui des jours précédents, auquel je me suis habituée. Les averses du soir laissent place à une nuit douce et claire.



Vendredi vers 03h50, je prends la photo contrôle au col des Echarmeaux. L'aube naît après Amplepuis, dans le col des Sauvages. Je retrouve avec émotion les paysages des Monts du Lyonnais, souvent traversés au cours de mes randonnées entre Gif-sur-Yvette et Carcès. Je termine le 400 dans la soirée du vendredi, sous les averses orageuses.

Alors que je pédale sur le chemin de l'hôtel, un arc-en-ciel se dessine dans le ciel, au-dessus de Grenoble...

Col des Echarmeaux

Samedi 30 avril, de bon matin, je suis en route pour le col du Lautaret (80 km depuis Le Pont-de-Claix). Les premières heures sont dures, mes jambes sont lourdes, je ressens fortement la fatigue. En outre, il souffle un violent vent contraire, comme je n'en ai jamais connu dans ce col. A tel point que, dans les lacets au-dessus de La Grave, je lutte pour ne pas faire d'écart. Enfin j'atteins le sommet. Ouf, ça vaut son pesant de chocolat !



La suite est plus facile : Briançon (9^{ème} contrôle du 1000), Embrun, Savines, les rives du lac de Serre-Ponçon. Le repérage de cette section, lui aussi, est aisé. Les intersections sont peu nombreuses. Le soir venu, je fais étape au Lauzet-Ubaye, sur la route de Barcelonnette, dans les Alpes de Haute-Provence.

Vallée de l'Ubaye

Dimanche 01 mai. J'ai au menu la dernière partie du 1000 du Sud: le col Saint-Jean, suivi des cols de Maure et du Labouret, Digne-les-Bains (j'en étudie soigneusement la traversée), le col de l'Orme, la mythique Route Napoléon, le col des Robines, Saint-André-les-Alpes (10^{ème} contrôle), le barrage de Castillon, Castellane, le Verdon, Comps-sur-Artuby, Châteaudouble, Ampus (11^{ème} contrôle)... et Carcès, que j'atteins à la tombée de la nuit, après une ultime chevauchée de 220 km.



Route Napoléon

Bilan: 11 jours, 1950 km, 22.000 m de dénivelé, 226 photos.

Mais les chiffres ne sont pas l'essentiel. Ce voyage au long cours a fait naître l'envie d'autres périple, et je songe déjà à installer tente et duvet sur le porte-bagages.

Par ailleurs, le blog du 1000 du Sud (<http://lemilledusud.blogspot.com>) propose désormais une feuille de route détaillée, en accord avec la réalité du terrain (page *Route*), ainsi qu'une *Description* qui vous permet de parcourir virtuellement ce brevet, en visionnant les nombreuses images du repérage.

Si vous visitez cette page, je vous souhaite, à votre tour, bon voyage...

Sophie MATTER