

# RAYON CROISSILLON



2014





*Echappées Belles - Suresnoise*



*Randonnée Royale*



*Randonnée Royale*



*La Malmaison*



*Ardechoise*



*Randonnée Royale*



*Hauts de Gally*



*Ardechoise*



*La Malmaison*



*Randonnée Royale*



## SOMMAIRE

Page 2 Les brevets

Page 4 Stage dans le Var

Page 7 Raid Croissy - Altenglan

Page 13 Séjour familial à Piriac

Page 18 Bordeaux - Paris par deux complices

Page 21 Bordeaux - Paris sur un tandem

Page 24 Croissy - Sagres (Portugal) par Andrew

Page 25 Une semaine dans le Vaucluse

Page 29 Zig zag dans le Grand Ouest

Page 30 De ville en ville - Parodie de Jacques Dutronc

Page 31 Balade à Giverny

Page 32 Trieste - Thonon

Page 34 Mon périple londonien

Page 37 Randonnée de la Saint Fiacre



*Ont participé à ce numéro du Rayon Croissillon 2014 : Bruno Barthès, Michel Bouchard, Jean-Louis Boulegue, Alain Cornet, Sylvie Criquillion, Bernard Dauger, Michel Dordoigne, Marie-Laure Lentz, Dominique lentz, Pierrot Lepetit, Dominique Moreau, Yves Scharff et Yves Schneider.*

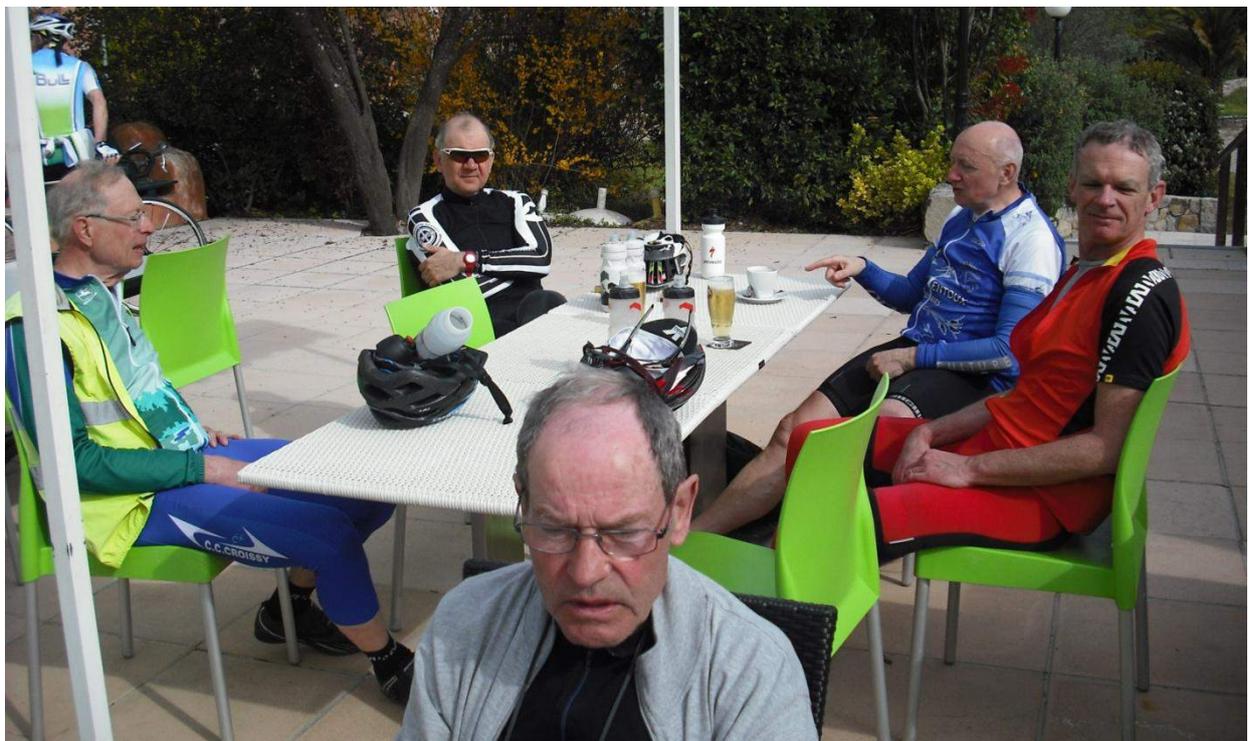
*Quelques photos sont dues aux clubs des Abeilles de Rueil, des Hauts de Gally, Marly le Roi, Saint Germain en Laye et nous les en remercions.*

*Marie-Laure Lentz a réalisé la mise en pages et Michel Bloch et Michel Bouchard ont assuré la diffusion sur notre site [www.ccc78.com](http://www.ccc78.com).*

*Un grand merci à Gigi pour l'impression.*



16 participants croissillons se sont retrouvés au début du printemps à la semaine de « remise en forme » dans l'arrière pays varois proposée par la Ligue Corse FFCT du 29 mars au 5 avril. L'occasion de revoir nos amis Christiane et Pierrot. Deux groupes s'organisent pour les sorties : le peloton qui n'hésite pas à s'arrêter pour admirer le paysage superbe, et les rapides que nous retrouvons en fin de parcours au village vacances pour la phase de réhydratation.





Les randonnées proposées nous ont permis de visiter les villages typiques et perchés du Var, le massif du Tanneron, et de faire le tour complet des Gorges du Verdon, en alternant sorties de la journée avec pique-nique apporté par l'organisation et demi-journées vélo avec déjeuner à l'hôtel.





En 2015 nous prévoyons de renouveler cette agréable expérience à la même période avec les mêmes organisateurs.

Dominique LENTZ

# RAID CROISSY - ALTENGLAN

On en parle depuis des semaines. Dominique MOREAU, notre trésorier, grand organisateur de l'aventure, après de multiples conciliabules avec les membres de l'Association CROISSY SANS FRONTIÈRES et ses représentants en Allemagne, a préparé le voyage dans les moindres détails. Marie-Laure a fait les courses, 15 cyclistes, ça mange ! Et Michel DORDOIGNE a pris possession du camion accompagnateur. On est prêt. C'est aujourd'hui le grand jour. Ce jeudi 8 mai nous partons pour Altenglan, la ville allemande jumelée avec notre ville de Croissy-sur-Seine.

La ville d'Altenglan est située dans le Palatinat, à environ 70 km au nord-est de Sarrebruck et à une trentaine de kilomètres de Kaiserslautern, soit un itinéraire de 540 km à réaliser.

Devant la mairie de Croissy, Monsieur DAVIN, Maire de Croissy, Madame Katerine NOEL Adjointe en charge du commerce et Monsieur Bruno MACHIZAUD Adjoint aux sports sont présents pour encourager les cyclistes et donner le départ ainsi que le Président de l'Association CROISSY SANS FRONTIERES Monsieur GARNER et Madame et Monsieur CANDELIER responsables des relations avec Altenglan. De nombreux cyclistes du Club se joignent aux partants pour les accompagner sur la première portion du parcours.



*Départ de Croissy*

L'itinéraire conduit les coureurs sous un ciel couvert avec un fort vent d'ouest, par Argenteuil, Sannois, Eaubonne, Louvres et Villeron où les attend Marie-Laure et le premier ravitaillement. Les accompagnateurs nous quittent à cet endroit.

Une brocante perturbe un peu la progression du camion suiveur mais nous avons un as du volant et nous gagnons les bords du canal de l'Ourcq où nous déjeunons dans un cadre bucolique malheureusement sans le soleil. Première crevaison mais nous repartons vers la vallée de la Marne voisine où nous accueille la pluie. Une pensée pour La Fontaine et ses célèbres fables à Château Thierry et nous suivons la belle vallée de la Marne bordée à présent des premières vignes de Champagne. Chute d'Yves-Marie sur la chaussée mouillée et contusion au poignet qui l'obligera à abandonner à Thionville.

Nous continuons sous la pluie en une longue file de k-ways aux couleurs vives avant d'arriver à Epernay où il faut nettoyer les vélos avant de les ranger au sec au risque d'entendre quelques grincements dans les jours qui suivent. Il y a ceux qui se douchent d'abord et ceux qui douchent d'abord leurs vélos. On distribue les chiffons.



*Dans la campagne champenoise*

Après une nuit pluvieuse, nous repartons le matin par les vignes sous un ciel menaçant rejoindre la Champagne pouilleuse et le Camp d'Attila au nord de Châlons, camp de base du chef des Huns avant la bataille des Champs Catalauniques en 451. Le vent souffle toujours en rafales et une averse de grésil interrompt le premier ravitaillement mais il y a encore de la route à faire. Nous passons Ste Menehould et nous déjeunons sous un soleil timide à l'entrée du défilé des Islettes qui nous mène au travers du massif de l'Argonne jusqu'à Verdun. La route s'élève, le poignet douloureux d'Yves-Marie l'oblige à renoncer à faire du vélo.

Les cyclistes remontent la tranchée des baïonnettes, s'arrêtent devant l'ossuaire de Douaumont et à côté du mémorial de Fleury, ces lieux où les souvenirs de la guerre de 1914-1918 sont encore très présents.



*Corvée de nettoyage*



*Verdun : mémorial de Douaumont*

La route les conduit à présent par des vallonements successifs et des anciennes cités minières, vers Thionville l'ancienne métropole du fer, sur les bords de la Moselle pour un repos bien mérité. A l'arrivée vers 19 h, le décor de l'hôtel avec voiture de course, photos et pièces détachées, réjouit tous les amateurs de sport automobile.

Samedi 10, réveil à 5 h 30 afin de rejoindre nos amis allemands à l'heure (du moins nous l'espérons). Le soleil nous boude encore et nous partons avec pour certains, l'appréhension de rouler sur des routes étrangères. Nous longeons d'abord la Moselle pour bientôt la quitter et s'élever vers l'est et rejoindre Merzig.

Après ces belles côtes, quelques uns se lanceront si vite dans la descente qu'ils ne verront pas le panneau indiquant la frontière !



*La frontière*



*Max RUBÉL  
Maire de Neunkirchen*



*Entrée dans Altenglan*

Un petit ravitaillement auprès de la rivière Sarre et nous repartons par les collines et les vallées. La carte et les GPS n'avaient pas menti, le Palatinat n'est pas plat et présente même quelques belles montées.

Nous sommes en retard et les cyclistes allemands venus à notre rencontre nous attendent à Neunkirchen dans la fraîcheur et sous la pluie qui se met à tomber pour notre arrivée. Ce sont les retrouvailles et le groupe de cyclistes allemands et français prend le chemin d'Altenglan emmené par Max RUBEL, Maire de Neunkirchen et cyclotouriste accompli et ses amis. Après un périple qui nous permet de traverser une belle région très verte, nous arrivons à Altenglan et là quel accueil !



*Altenglan*



*Accueil à la mairie*

Devant la mairie, nous attendent Monsieur HAAG Maire d'Altenglan, Monsieur JUNG Maire de la Communauté de communes, Monsieur MEDER Président du Jumelage, Madame STEIGNER qui fut d'une grande aide pour la

préparation de ce raid et des personnalités de la communauté avec la brillante musique des cors de chasse et des verres de schnaps.



*Mrs Jung, Haag et Meder devant la mairie*



*Mrs Jung et Haag*

*Maires de la communauté de communes et d'Altenglan*

Après remise de maillots et de tee-shirts à l'effigie de Croissy, nous sommes emmenés dans un restaurant italien dont les pâtes régaleront les cyclistes et les autres.

A partir de ce moment, les amis d'Altenglan transformés en guides touristiques, nous prennent en charge, nous conduisent à notre hôtel puis au dîner organisé dans un restaurant typique où Madame et Monsieur CANDELIER nous rejoignent. Champagne, cadeaux sont offerts et les échanges en Allemand, Anglais ou Français permettent à certains de retrouver leurs souvenirs scolaires. L'ambiance est joyeuse et très chaleureuse.

Après une nuit de récupération au calme, nous partons visiter le musée de la ville consacré en grande partie au chanteur lyrique, le ténor Fritz WUNDERLICH originaire de Kusel et qui mourut de façon dramatique à 36 ans au faite d'une carrière internationale.

Si la principale richesse d'Altenglan et de Kusel venait d'une carrière dont on peut retrouver les pierres jusque sur la place de la Concorde à Paris, la musique tient une grande place et a toujours permis de rayonner dans tout le pays.

Nous allons voir les draisines qui permettent une balade de 40 km mais le soleil ne nous permet pas de les essayer et devant la gare, l'arbre du Jumelage témoigne de l'amitié entre Altenglan et Croissy.



*Les draisines*



*La campagne autour d'Altenglan*

Un déjeuner dans un restaurant asiatique met fin à notre séjour de façon joyeuse et permet d'approfondir les échanges avant les adieux. Nos amis allemands font découvrir la campagne autour d'Altenglan à ceux qui repartent par le train en attendant l'heure de leur départ.



*L'arbre du jumelage*

Tous les participants enchantés de leur voyage, remercient toutes les personnes qui ont contribué au succès inoubliable de ce Raid :

Messieurs les Maires des communes d'Altenglan, Neunkirchen et Mme STEIGNER ;

Monsieur GARNER, Madame et Monsieur CANDELIER de l'Association CROISSY SANS FRONTIERES ;

Et Dominique MOREAU de notre Cyclo-Club. Ce sera un grand plaisir de vous revoir à Croissy.

ML

*Nous dédions ce compte-rendu à la mémoire de Monsieur MEDER, Président du Comité de Jumelage d'Altenglan, disparu depuis notre visite.*

*ML et DL*

# CROISSY



# ALTENGLAN



# 2014





# SEJOUR A PIRIAC-SUR-MER

Dimanche 18 mai, nous arrivons sous le soleil au VVF Le Moulin de Praillane de Piriac-sur-Mer, petit port de Loire Atlantique dans la presqu'île guérandaise, 24 personnes du CCC venant de différentes régions auxquelles se sont jointes 7 personnes amies du club cycliste de Maurepas.

Nous nous installons dans de jolies petites maisonnettes à environ 400 mètres de la mer et bientôt nous nous dirigeons vers la plage où certains ne résisteront pas à l'appel de l'eau, même habillés. Le soir un diaporama nous présente le patrimoine de la Loire Atlantique.



Lundi matin, 8 h 30 nous sommes prêts à partir, qui vers le nord, qui vers l'est, qui vers le sud (à l'ouest, c'est la mer) sur les parcours concoctés par Gérard et nous voyons très vite qu'il faudra compter avec un élément bien présent : le vent. Certains se perdent, se retrouvent et il y a du CCC sur toutes les routes du littoral.

L'après-midi est libre et permet aux retardataires d'aller en passant par la biscuiterie, acheter les bottes qui leur manquent, indispensables paraît-il à l'excursion prévue le lendemain.

Mardi matin, pas de chance, il pleut et sauf 4 courageux qui bravent les éléments en vélo, chacun s'organise, randonnée ou ramassage de coquillages et de vestiges étranges (c'est fou ce que la mer rapporte) au bord de l'eau, visite de Guérande, lecture, mais la pluie ne dure pas trop et laisse place bientôt au soleil.



Après le déjeuner, nous sommes prêts bottes aux pieds, parés pour aller voir les moules, les palourdes et les huîtres. Il y a des pieds habillés de toutes les couleurs et Jacqueline a même de jolies bottines pour séduire les crabes. Arrivés, à pied d'œuvre, Brigitte, notre guide de l'association Mer et Nature et spécialiste de conchyliculture, nous annonce qu'étant donné le faible coefficient de la marée, nous aurons du mal à atteindre les parcs à moules à pied sec. Confiants, nous voilà partis dans les vagues et nous avons bientôt de l'eau par dessus les bottes, à mi cuisses même pour certaines dans les cris et les rires. Au retour, il faudra vider les bottes et essorer les chaussettes.



Mercredi, tout le monde part en vélo avec comme toujours le vent pour nous accompagner dans les marais salants.



L'après-midi, nous partons pour la Brière, à Saint Lyphard afin de découvrir la faune et la flore des marais, la tourbe et les mortas, arbres fossiles vieux de 5 000 ans durs et imputrescibles, dans un blin, grande barque à fond plat que le Brièron pousse à l'aide d'une perche. C'est le royaume de l'anguille, de la sarcelle et du héron. Nous poursuivons par la visite du village de Kerhinet aux maisons recouvertes de toits de chaume. C'est le retour ensuite pour un apéro offert par le groupe de Maurepas (ils sont vraiment très sympas ces gens là).

Nous sommes réveillés ce jeudi matin par l'orage et une violente averse perturbe le petit-déjeuner. Partirons-nous ? Le départ est retardé d'une heure pour permettre au soleil de revenir et aux cyclistes de partir en un seul groupe pour un plus petit parcours.

L'après-midi, nous partons visiter le grand blockhaus à Batz-sur-Mer. Durant la guerre ce bunker camouflé en grande villa, contrôlait l'approche de St Nazaire et est à présent transformé en musée de la Poche de St Nazaire géré par deux passionnés. Le témoignage d'un survivant des combats impressionne beaucoup. Le soir, apéro du Président avant les danses folkloriques.



Vendredi matin, Bernard CLARO nous quitte avec Françoise, trop handicapé par un mal de dos. Nous partons pour la dernière sortie vers le Croisic, Le Pouliguen et la Baule.



Après le déjeuner, nous allons découvrir à Saint André des Eaux, la plus grande collection d'anatidés du monde, soit 120 espèces de canards, oies, bernaches, sarcelles, cygnes, canards de tous les continents. C'est bien sûr un Brièron qui a créé ce parc et qui nous régale de ses anecdotes croustillantes sur la vie de ses amis. Aucun de nous ne regardera un canard de la même façon.

La soirée se termine par un quizz, combat acharné avec les Joyeux Godillots également pensionnaires du VVF.

Samedi matin, c'est le jour du retour avec la pluie. Si certains ne vont pas loin, la plupart repartent vers l'île de France retrouver les averses et la fraîcheur.

Un grand merci et nos meilleurs vœux de bon rétablissement à Françoise et Bernard qui ont préparé le séjour et les visites sans pouvoir en profiter ;

Un grand merci à notre cartographe Gérard qui a su adapter ses parcours à la configuration des lieux et à la circulation ;

Merci au Président pour l'organisation et qui a repris la suite de Bernard pour la gestion des visites ;

Et bien sûr merci à tous pour votre bonne humeur sur terre, dans l'eau, sur l'eau et en vélo...

A bientôt,

ML



# PIRIAC



# 2014



# BORDEAUX PARIS 2014

## Par deux complices

Version Michel

Version officielle paraît-il...

Nous n'étions pas encore en 2014, qu'une douzaine d'entre nous avions en tête de mettre Bordeaux-Paris à notre actif. C'est une "promenade" mythique que beaucoup rêvent de faire mais hésitent à franchir le pas. Pour ma part, c'était ma seconde participation, et comme tous ou presque j'avais peur de ne pas être prêt dans les temps. Après les discussions de motivation, puis les inscriptions, il fallait faire des heures de selle pour être en phase avec l'objectif (fixé à fin mai). 10 d'entre nous (dont 1 tandem) avons pris la décision de faire en moins de 30 heures, 2 autres ont sagement privilégié la virée sur 2 jours. Pour se rendre au départ, certains ont fait du covoiturage, d'autres ont pris le train, avec ou sans les vélos, car quelques-uns avaient leurs montures dans les voitures des accompagnateurs. Après avoir déposé les bagages à l'hôtel, nous avons traversé la Garonne (à la nage) pour aller récupérer les dossards, le lieu de départ ayant été modifié. Une promenade nonchalante sur les bords de la Garonne et une halte hydratation, n'étaient pas des plus désagréables. Par contre, le vent semblait souffler bizarrement, en sens inverse de notre souhait.

Dans la soirée, au cours du repas et en prenant des nouvelles de nos camarades partis dès le matin, nous avons appris que les ravitaillements n'étaient pas en phase avec les descriptifs, il était préférable, vu que nous avons des accompagnateurs, de prévoir quelques petits sandwiches.

Affaire qui fut prise en compte avec beaucoup sérieux.

Après une bonne nuit de repos (ou presque), le jour J, le départ. Petite séance de photos juste devant l'hôtel avant d'aller rejoindre le départ sur l'autre rive de la Garonne.

Dans le sas, la pression monte, le temps semble ne plus avancer ou moins vite.

Au top départ, tout le monde s'élance, la file s'étire le long de la Garonne, heureusement les routes sont neutralisées sur une trentaine de kilomètres puis il y a également les motos de l'organisation qui régulent la circulation aux ronds-points et autres intersections.

Chaque année dès novembre, le cycliste est à la recherche d'un objectif pour sa saison. Un Bordeaux Paris est donc de nature à le satisfaire et lui permettre de remplir la saison.

Après notre première participation en 2010 sur la base d'une organisation ballainvilloise, la randonnée était reprise par une organisation privée. Si la ville de départ était la même, le circuit et la ville d'arrivée différaient. La préparation fut facilitée cette année par un printemps clément et toujours l'effet groupe, avec quelques participation à des 200, puis 300, puis enfin un 400 km en direction de la Creuse vent de face qui nous mit définitivement en jambes pour être prêt le jour J.

Descente en train à Bordeaux et départ au matin sur les bords de la Garonne !

Domage le vent avait tourné et donc il était encore et toujours de face !

Au top départ, nous partons comme des cinglés, tête dans le guidon et yeux rivés sur les nombreux obstacles naturels au milieu de la route, trous, murets, séparation voie de bus etc....

Je me retrouve rapidement seul avec Michel comme prévu, enfin seul de Croissy, au milieu d'un peloton d'une centaine de cycliste, pour dire vrai transformés en accordéonistes .....obsédés par suivre le groupe de tête si vous voyez ce que je veux dire.

Au premier ravito, arrêt minimum, Alain nous permet de remplir nos bidons car de Gérard point. Alain nous aide à localiser le point probable du rendez-vous avec notre accompagnateur : il n'y a qu'à suivre la route c'est tout droit, mais plus loin !

C'est vrai, nous retrouvons Gérard quelques kilomètres plus loin, après avoir fait un effort pour rattraper un petit groupe dans une bosse et stopper net en haut pour ravitailler ?? Ils sont fous ces cyclistes !!

Nous perdons le groupe, ce n'est pas une erreur c'est une évidence. Michel en profite pour ravitailler, charger le téléphone, téléphoner à Gislaïne, prendre quelques photos, et s'apercevoir enfin que nous nous retrouvons tous seuls et que cela va durer quelques (longs) kilomètres.

Le moral est bon, et puis comme on dit : un groupe de perdu, dix de retrouvés. Le problème c'est qu'ici l'adage se transforme plutôt en: un groupe de dix perdu, un groupe de un retrouvé !

<p>Au bout de 60-70 km, avec Bruno, nous sommes toujours dans le groupe de tête, on aperçoit Richard une dizaine de mètres devant.</p> <p>Au premier ravitaillement, Alain est là et nous en profitons pour remplir nos gourdes.</p> <p>En repartant, nous ne sommes plus dans le groupe de tête, ce sera plus facile de suivre le rythme des suivants, ce n'est pas difficile de trouver un autre groupe. Nous avons repéré un petit groupe de 6-7 membres d'un club qui semblent rouler ensemble et à une allure qui nous convient.</p> <p>Arrivés au premier contrôle/pointage, notre voiture d'assistance n'est pas là, un petit coup de fil et Gérard est en avance car il nous croyait devant lui. Il fait demi-tour et nous le retrouvons après quelques km, je décide de m'arrêter pour un petit sandwich et Bruno en fait de même.</p> <p>Erreur, nous perdons le groupe, mais bon on va en trouver un autre.</p> <p>C'est chose faite, nous sommes dans un autre groupe, quand soudain, mes poignées de freins ont une tendance à se mettre à l'horizontale. Mon guidon est desserré, nouvel arrêt, une voiture d'assistance arrive et prend en charge le resserrage, nous en profitons pour boire et faire le plein.</p> <p>Bon maintenant va falloir retrouver un groupe et là ça devient plus compliqué, nous avons fait beaucoup de kilomètres à 2. Mais le moral est toujours là.</p> <p>On roule avec un peu de retard sur l'horaire prévu, faut dire que même si le temps est clément, nous n'avons pas compté le facteur vent qui, de son côté, avait décidé de faire le parcours en sens inverse.</p> <p>La nuit arrive, nous profitons d'un contrôle ravitaillement pour se changer et absorber une soupe chaude. Et c'est reparti.</p> <p>Vers 3h00 du matin, avant le contrôle de Romorantin, un hérisson a eu la bonne idée de me couper la route, je ne me suis pas retourné pour voir s'il avait fini de traverser. Au contrôle de Romorantin, au moment de repartir j'avais la roue arrière à plat, heureusement la voiture était encore là et un changement de roue a été fait.</p> <p>Je remercie ma sœur, Monique, qui habite à quelques kilomètres de Romo qui s'est levée et a fait 2 heures d'attente pour me voir au contrôle (et j'ai failli ne pas la voir).</p> <p>Arrivée au dernier contrôle à Auneau</p> <p>Il est tard dans la matinée, nous sommes de plus en plus en décalage avec nos prévisions.</p> <p>Un copain nous attend en plus des accompagnateurs, en repartant je dois changer la roue avant, elle est à plat, peut être que moi aussi.</p> <p>Nous croisons le tandem de Sylvie/Hervé à ce contrôle et échangeons quelques mots sur nos impressions, cela semble dur pour tout le monde.</p>	<p>Le fameux groupe de dix suivant ne pointe son nez qu'au bout de 20 à 30 km et nous repartons abrités.</p> <p>Ils arrivent en escadrilles et c'est à cela qu'on les reconnaît...voilà-t-il pas que le guidon de Michel ne supporte plus son poids !</p> <p>Faute d'un arrêt au stand, c'est une réparation en rase campagne qui se passe somme toute dans l'ordre et la bonne humeur, mais qui nous laisse à nouveau seuls au milieu de nulle part. Et nous repartons.....seuls et pourtant chacun bien accompagnés.</p> <p>Le groupe suivant tarde longtemps à arriver, mais qu'il est bon de s'y glisser et de reprendre un bon train pour arriver à mi-parcours.</p> <p>Arrêt buffet à Martizay : ravitaillement officiel frugal qui se résume à quelques cacahuètes et gâteaux apéritifs salés ; Heureusement que Gérard a prévu du consistant. Le programme de Michel est toujours le même quand on est au stand : rechargement du téléphone, prendre quelques photos téléphoner à Gislaïne, plus cette fois s'habiller pour la nuit. Bref, si on peut dire, c'est encore plus d'une heure d'arrêt sous le regard ébahi de Gerard, cycliste au long cours plutôt pressé, qui ne comprend pas pourquoi on n'est pas déjà reparti....Mais c'est ça le cyclotourisme : A fond entre deux arrêts. Le problème commence quand le temps des arrêts se compte en heures et non pas en minutes. Dommage pour la moyenne.</p> <p>Et nous voilà repartis avec deux nouveaux compagnons de route pour une longue nuit. Parfait ! Nous sommes tombés sur deux métronomes qui roulent au bon rythme et très régulier comme l'on peut le faire la nuit. Les kilomètres défilent, le vent souffle toujours de face.</p> <p>Et paf (ce n'est pas le chien cette fois) c'est le hérisson...</p> <p>L'un de nos nouveaux compagnons de route doit s'arrêter pour reprendre ses esprits car incrédule et littéralement atterré que Michel puisse s'attaquer sauvagement à des innocentes créatures. Moi pas, car j'ai déjà été l'une de ses victimes lors d'un épisode sur lequel je ne reviendrai pas.</p> <p>Contrôle à Romorantin. La sœur de Michel est là qui vient nous encourager. Bonjour, bises, ravito, au revoir et on repart et pof ... crevaison de Michel au bout de cent mètres. Demi-tour et bonjour, pas de bises, dépannage immédiat par échange standard de la roue arrière et au revoir.</p> <p>Bientôt la Beauce, j'adore la Beauce....., surtout lors des Bordeaux Paris. Si en 2010, j'étais tout pâle accablé par la chaleur, en 2014 la problématique c'était le sommeil.</p> <p>Michel tente tant bien que mal d'imprimer une allure adaptée à mon état, mais le sommeil est le plus fort et je me traîne à la traîne....</p> <p>Bientôt le dernier ravitaillement et pif..... la seconde crevaison de la matinée pour Michel, lequel hérite de la seconde roue de rechange. Quelle classe, même dans la crevaison : une fois à l'arrière et une fois à l'avant. Juste le temps de croiser le tandem et de repartir sur le dernier tronçon que nous faisons à allure soutenue, le</p>
--	---

Les accompagnateurs Alain et Gérard sont toujours présents pour nous soutenir, c'est réconfortant.

Arrivée sur Saint-Quentin

Les intersections sont neutralisées au passage des concurrents, les gens nous encouragent, sommes-nous devenus des champions ? Dernier virage et c'est le sas d'arrivée, Christiane postée dans le dernier virage fait des grands signes avec son parapluie, elle avertit certainement ceux qui attendent depuis des heures notre arrivée. Nous avons pris un peu de retard sur nos prévisions, cela fait presque 27 heures que nous sommes partis, les premiers comme Richard sont déjà douchés, séchés, dans leurs chaussons ou dans leurs lits. Un commentateur annonce notre arrivée, bizarre, comment nous connaît-il, la suite nous dira que nous avons été dénoncés par des spectatrices/teurs. Bruno en profite pour pointer avec une seconde d'avance, une seconde sur 26h50, ben mince alors, moi qui l'ai attendu sur les 5 derniers kilomètres et qui l'ai « tiré » face au vent dans la Beauce.

Quoiqu'il en soit, ce fut un immense plaisir de voir mon épouse et ma fille à l'arrivée, c'était une vraie surprise, avec un panneau « bravo papa » et plein de dessins des petits-enfants. Il y avait également des personnes du club pour nous féliciter, c'est vraiment très plaisant. Dans ces moments là on ne sent plus les douleurs (nous n'en avons pas). **MENTEUR !!!!!**

MB

sommeil m'ayant définitivement abandonné. Nous voilà arrivés sous les acclamations des fans qui scandent notre nom.

Bravo et merci à mon compagnon de route. Merci tout spécial à Gérard et à Alain pour le temps qu'ils nous ont consacré, pour les soins prodigués et pour leurs encouragements tout au long de la randonnée.

N.B : Le pointage électronique est impitoyable et la postérité retiendra que j'ai passé la ligne d'arrivée avant Michel.

BB



# BORDEAUX PARIS SUR UN TANDEM



Rien ne me prédestinait au vélo et encore moins au tandem. Marathonienne depuis 20 ans, seuls les défis en courses à pied m'intéressaient. Mais une blessure au pied a changé le cours de ma vie...

Il est vrai que j'avais cependant commencé à pédaler 2 ans avant notre grande aventure, et que rouler en groupe m'effrayait, de plus en côte, mon époux était souvent amené à me pousser. Las de cela, il m'a proposé de nous lancer et de faire du tandem. Une révélation !!!

Pour moi, courir, pédaler ne peuvent s'envisager qu'avec au final le challenge de relever un défi. C'est ainsi que Bordeaux Paris est né dans nos esprits.

Passer de quelques kilomètres à 622, ne s'improvise pas. Nous avons programmé dès le mois de janvier 2014, les brevets à réaliser, les sorties à faire le samedi, dimanche et parfois même le vendredi soir après le travail. Je devais engranger des kilomètres. Les premières sorties furent difficiles physiquement et petit à petit, je me sentais moins fatiguée, la récupération se faisait mieux. Cependant j'avais confié à Guy V (sans qu'Hervé le sache) que je prendrai ma décision finale de participer à Bordeaux Paris, qu'à l'issue du brevet des 300 km. A ma grande surprise cela se passa bien, même si on est toujours content d'arriver. Sur ce brevet je tiens à remercier Alain Thibaut qui est resté avec nous tout le temps et pour le moral cela fait du bien. Le mois de mai est arrivé, une dizaine de jours passés dans les Cévennes a permis d'affiner notre préparation. Je me sentais prête, même si au fond de moi j'avais peur. Je connais cette peur qui vous noue les tripes, je la ressens avant le départ de chaque marathon.

Serai-je à la hauteur ! Je ne voulais pas décevoir mon époux.

Et puis, le week-end de l'ascension est arrivé, pour nous, nous devons obligatoirement nous déplacer en voiture, le tandem est trop grand pour le prendre par le train. Les kilomètres d'autoroutes défilaient et je me disais que j'allais faire tout cela en sens inverse !!

Arrivée à l'hôtel, nous avons pu monter notre tandem dans la chambre et commencer à le et à nous préparer. La nuit a été bonne et le lendemain nous voilà sur la ligne de départ.

J'avais la peur au ventre que j'essayais de cacher en discutant avec les uns et les autres.

A 10 heures le départ fut donné. On aurait cru qu'on lâchait des fauves, tous à « fond la caisse » 40 km/h, pas possible, les cuisses me brulaient déjà !! Jamais je ne pourrais tenir ce rythme, et voilà

malgré les avertissements du speaker, les premières chutes ! Cela refroidit, et Patrick qui crie en nous traitant de malade (il a raison).

Heureusement après une vingtaine de kilomètres, la vraie course a commencé. Je ne doutais plus, j'étais en plein dedans, hyper concentrée.

Les 300 premiers kilomètres ont été des montées et descentes de toboggans, je n'en voyais pas la fin. Nous avons traversé de belles régions, vu de beaux monuments, mais avec le recul il ne me reste que des flashes. Je relaterai cependant ma nuit, que j'appréhendai car je suis une « marmotte ». Un groupe nous a pris sous « son aile » et nous avons roulé en toute sécurité avec eux. Parmi eux, figurait un cycliste qui ne pédalait que d'une jambe, l'autre pendait le long du pédalier, une leçon de courage !!! que seul le sport put nous montrer.

Par 2 fois, ma tête est tombée une fraction de seconde, je m'étais endormie mais mes jambes pédalaient.

Au petit matin, j'étais encore « bien » mais il restait encore environ 150 à 200 km à parcourir. La traversée de la Beauce a été ennuyeuse et le vent contraire qui soufflait depuis le départ, éprouvait les organismes.

Les 17 tournants, une grosse cote inattendue, et nous étions toujours là.. Le reste du parcours je le connaissais pour l'avoir déjà fait.

Et puis l'arrivée à Saint Quentin en Yvelines qui n'en finissait plus, mais où était donc caché le vélodrome. Enfin le voilà et j'aperçus Christiane qui me cria « allez Sylvie », cela faisait chaud au cœur, beaucoup de monde était là pour nous encourager sur les derniers mètres.

La ligne d'arrivée est franchie, je l'ai fait, on l'a fait car je dois dire que si pendant la course je n'ai jamais douté, Hervé y est pour beaucoup. Sur le parcours nous avons parlé « utile » attention à ceci, à cela ... Mais nous avons réussi à deux et sommes fiers de l'avoir fait.



Selon les organisateurs, j'ai fini 3<sup>ème</sup> féminine sur 8 engagées et sur 500 concurrents au départ. 27 h 19, 292<sup>ème</sup> place.

Je remercie Alain Cornet, qui nous a permis de bien nous restaurer et donc de réussir.

Maintenant je cherche un nouvel événement qui puisse m'apporter autant de sensations et de joie.

Sylvie CRIQUILLION



BORDEAUX



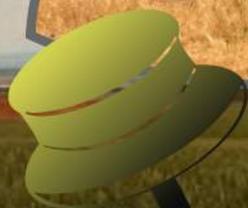
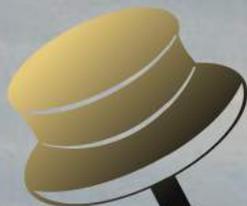
PARIS



2014

# CROISSY - SAGRES

## par un sujet britannique



Une brève aperçue de mon périple entre Paris et Sagres, à l'extrême sud-ouest du Portugal.  
Quelques fois longue et difficile, la route était toujours intéressante et exhilarante. Que de gens sympas rencontrés, que de beaux paysages traversés. Dix-sept jours de vélo avec seulement trois heures de pluie et aucune crevaison. Je voulais un temps chaud et sec et oh ! Que j'étais servi !  
Remerciements à Isabel pour son support téléphonique tous les soirs, à Mr Cornet pour ses conseils de randonneur aguerri et à Mitch dans son rôle de Responsable de la Communication.  
Andrew



## UNE SEMAINE À JOUCAS EN JUIN 2014

J'ai eu beaucoup de plaisir, pendant la période hivernale, à travailler à la préparation de ce séjour à Joucas. Lieu et région déjà connue de la plupart des cyclos de Croissy mais pas de ceux de Soustons. Le début de celui-ci était programmé pour le mercredi 4 juin. Nous devions être 27 participants, mais pour raison de santé, Bernard et Françoise Claro n'ont pas pu y participer. Gilbert Riou et Jean-Claude Bossez avaient décidé d'arriver le mardi dans l'après midi et faire une sortie à vélo le mercredi, j'avais donc préparé un parcours à leur attention, avec un repas à Sault.



Catherine Le Nouvel et Pierre Delest, eux étaient arrivés le mardi après midi du côté de Puget, près de Cadenet pour rendre visite et passer une soirée en famille.

Le mercredi matin, Christiane et moi, après un départ très matinal et quelques coups de téléphone, nous nous sommes retrouvés tous les six sur les coups de 13h, pour déjeuner ensemble sur la terrasse du bar de la promenade à Sault, avec le Mont Ventoux en point de mire et déjà beaucoup de cyclistes aux alentours. Arrivée à l'hôtel, La Bergerie, dans le milieu d'après midi ou progressivement les participants se présentaient à l'accueil et prenaient possession des chambres tout en faisant connaissance.

Parmi nos participants nous avons la chance de compter le président du C.C.Croissy, Dominique Lentz ainsi que le président de l'A.S Soustons, Alain Labarthe.

Le groupe était composé, presque à parts égales, de copains arrivants du club de Croissy que de copains du club de Soustons et de Bordeaux, dont Luc Durand un ancien du C.C.Croissy, content de revoir ses anciens collègues du groupe 1.

Vers 19h les propriétaires Marie-Jo et Dédé, nous ont offert un apéritif de bienvenue, suivi d'un petit briefing sur la journée du lendemain.

Un rituel qui a été respecté sur toute la durée du séjour et apprécié par l'ensemble des participants, car après une bonne journée de vélo, de balades ou de visites touristiques, toute la semaine avec un superbe soleil et des températures presque trop élevées, rien de tel qu'une bonne boisson bien fraîche et désaltérante comme réconfort après l'effort.

Chaque soir un petit briefing sur les parcours sur lesquels je ne reviendrai pas trop, car maintenant tout le monde les connaît, quelques grands faux-plat montants, quelques talus et descentes un peu dangereuses, quelques beaux cols avec des paysages grandioses, des rubans de bitume en parfait état, de petites routes sinueuses et granuleuses et le point culminant, le Ventoux, avec beaucoup, même trop de monde, entre les vélos, les motos et les voitures mais où enfin, tout le monde est arrivé au sommet avec plus ou moins d'aisance, cependant ravis du résultat, un point de vue unique. Il faut dire que c'était le dimanche de Pentecôte.



Nous avons sur la semaine, malgré la chaleur, effectué presque tous les parcours prévus au programme, en commençant par le tour du Mont Ventoux avec retour par le col de Mûrs, l'escapade à Sédéron avec le col de Macuègne et retour par les gorges du col d'Aulan, le tour du Luberon avec la belle montée entre Céreste et Vitrolles en Luberon et le retour par la montée de Lourmarin vers Bonnieux sous un soleil de plomb, les gorges de la Nesques avec un départ par Mûrs et l'autre versant du col de Mûrs, la montée du Mont Ventoux avec des points de départ différents suivant les envies de chacun avec un retour pour le repas en compagnie des femmes à Sault tous ensemble.



Il n'y a eu, que le parcours des dentelles de Montmirail qui n'a pas connu un succès de participation, excepté deux grands courageux, Alain Cornet et Yves Schneider, Michel Bouchard ce jour là, a effectué avec Jérôme Berge une deuxième grimpe du Ventoux, avec comme récompense un repas en amoureux à Fontaine de Vaucluse avec Ghislaine.

La grande partie de la troupe commençant à ressentir la fatigue, nous avons effectué ce dernier jour, un petit 60 km pour nous retrouver tous ensemble avec les femmes sous la tonnelle de la petite épicerie de Joucas, pour y prendre le repas de midi.

Je regrette que parmi les restaurants prévus le midi il y ait eu quelques moments un peu longs pour le service, quelques plats, pas trop d'alimentation sportive, mais la bière a toujours été bien fraîche, ceci rattrapant cela.



J'ai surtout apprécié la bonne humeur et la bonne entente qui a régné dans l'ensemble du groupe, pendant toute la semaine entre les « Parisiens et les « Landais » c'est une bonne expérience et pourquoi ne pas envisager dans le futur de se revoir sur un autre séjour.

Un merci à Alain Cornet pour les services de mécanique rendus aux participants et surtout à Christiane qui a enfin retrouvé un vélo qui roule tout seul.

Nous tenons, Christiane et moi à vous remercier pour la gentillesse que vous nous avez témoignée.

Un grand merci à tous.

Pierre LE PETIT



# JOUCAS



# 2014



# ZIG ZAG DANS LE GRAND OUEST



**Jeudi 5 juin 2014. 205 km** Pour cette dernière levée je pars sans Bernard Fermeaux mon fidèle partenaire depuis de nombreuses années. Il a pris du repos bien mérité entre son périple Pérou/Bolivie d'avril/mai et le Tour International Cyclotouriste qui a démarré le 15 juin. Contrairement à l'an passé le départ s'effectue sous un beau soleil. Hormis une averse le matin du 3e jour la chaleur va m'accompagner tout au long du périple. Malgré une bonne hydratation j'ai affiché moins 4 kilos à l'arrivée. Jean-Marc mon ami Nortais m'accompagne les 70 premiers kilomètres. Je roule plus vite qu'escompté et l'arrêt prévu au kilomètre 152 est atteint à 15 heures. Pas question de poireauter jusqu'à l'ouverture des portes fixée à 17 heures. Je pense pouvoir trouver le gîte et le couvert à Carrouges. Objectif atteint mais toute la logistique scrupuleusement mise en place est battue en brèche. Je pars dans l'inconnu de l'hypothétique hébergement du soir. Vive le piment de la randonnée en autonomie totale.

**Vendredi 6 juin 2014. 168 km.** Je gravis le Mont-Ormel sous une double haie de spectateurs assis devant leur porte et de gendarmes debout à toutes les intersections. Impossible d'accéder au promontoire en cette matinée de commémoration. Le président Polonais est attendu pour célébrer le souvenir de l'action des forces polonaises qui stoppèrent l'ennemi à cet endroit précis lors de la bataille de Normandie. Après la grimpe vers Camembert Vimoutiers est atteint à 11 heures. Direction Alençon où j'arrive à 16 heures. A Saint Léonard des Bois je trouve un hôtel accueillant. Il est 17h30 seulement mais mieux vaut tenir que courir.

**Samedi 7 juin 2014. 196 km.** Je quitte l'hôtel dès potron-minet sans petit déjeuner car il n'est servi qu'à 8 heures. Je me restaure à Fresnay sur Sarthe et je prends la direction du Mans. Je fais la traversée des grandes villes. Direction Tours. Je me fourvoie dans les indications communiquées par des gens charmants mais avant tout automobilistes. Tours est atteint dans l'après-midi. Contrôle, hydratation au bar du carré Blanc et photo souvenir à la demande du serveur admiratif. Grâce au portable je sollicite mon épouse pour qu'elle déniche sur internet une liste d'hôtels proches de Chanay sur Lathan. Bingo ! Un des hôtels est situé à Courcelle de Touraine soit 4 km avant Chanay. Malheur, il est complet et de toutes les façons hors budget c'est un \*\*\*\*. Donc petit détour par l'hôtel des Voyageurs à Château La Vallière tenu par la maman de Pascal Hervé, l'ancien coureur professionnel.



Encouragements et félicitations à Tours

**Dimanche 8 juin 2014. 61 km.** Je récupère le parcours à Chanay. Je croise quelques paquets de cyclos, adeptes de la randonnée du dimanche matin. En 4 jours ce sont quasiment les seuls cyclistes rencontrés. Aujourd'hui programme court. Je fais halte à Durtal chez Mathilde et Olivier et pas question de repartir. Comme je souffre légèrement de la selle j'accepte l'invitation. . Petite sieste à l'ombre et diner entre amis.

**Lundi 9 juin 2014. 103 km.** Pas de départ matinal puisque je suis obligé de rentrer à Nort en en 2 étapes. Je réserve un hôtel premier prix à Laval. Avant Châteauneuf-s- Sarthe je suis rattrapé par deux cyclos respectueux de mon équipage et surtout de mon maillot Paris Brest Paris Audax.

**Mardi 10 juin 2014 141km.** J'adore les petits déjeuner à volonté de ces hôtels qui font la pige à bien des établissements \*\*.Bientôt je retrouve des routes connues et dans la foulée je pointe à Marcillé-Robert et Retiers. Les 66 derniers kilomètres sont avalés en rêvant d'une bonne bière fraîche.

Bernard Dauger fléchard 1789

Cyclo club de Croissy sur Seine.

**De Ville en Ville**

**Souvenirs d'un fléchard de l'Ouest**

Je suis un cyclotouriste et  
J'ai beaucoup bourlingué.

J'ai fait la vie à Croissy-sur-Seine  
Je fais mes nuits à Nort-sur-Erdre

J'ai bagarré dans l'arène à Rennes  
J'ai fait mes gammes à Vannes  
J'ai subi le tonnerre à Brest  
J'ai mis mon imper à Quimper  
J'ai pris des risques à Angers  
J'ai débarqué à Omaha Beach  
J'ai été cœur d'artichaut à Roscoff  
Je suis un cyclotouriste et  
J'en ai vraiment beaucoup bavé

J'ai prié Vélocio à Saint Malo  
J'ai recommencé à Saint Brieuc  
J'ai dégusté du Camembert à Vimoutiers  
J'ai bu du Gamay à Tours  
J'ai été bourré à Cherbourg

J'ai vu des éléphants roses à Perros  
J'ai pris un express pour Lorient  
A moi, faut pas m'en raconter,  
Parce que, vraiment, j'en ai bavé.

J'ai eu un mauvais rôle à La Baule  
J'ai fait le crocodile à Granville  
J'ai passé le rubicond à Alençon  
J'ai roulé longtemps au Mans  
J'ai trouvé fascinante l'arrivée sur Nantes  
J'ai dansé le french cancan à Caen  
Je suis un cyclotouriste et  
J'ai beaucoup bourlingué  
J'ai 19 flèches au compteur,  
J'ai plein d'images dans les sacoches.  
Maintenant c'est terminé.

Nort le 26 juin 2014

Bernard Dauger Avec l'aide de l'aventurier  
Jacques Dutronc  
Cyclo Club de Croissy sur Seine (Yvelines)  
Fléchard 1789



En ce mois de juin, Olivier responsable des événements festifs, nous a proposé une « balade restau » dans un des hauts lieux de l'impressionnisme : Giverny.

La Commission Parcours a préparé pas moins de 5 itinéraires différents pour rejoindre la résidence de Claude Monet, par le Mantois, le nord du Vexin, le Vexin français et les 23 cyclos ont pu apprécier les paysages bucoliques de la vallée de la Seine sous un soleil magnifique.



Certaines conjointes se sont lancées pour rejoindre le lieu des agapes même si certaines ont connu quelques mésaventures. Merci à l'habitante de La Roche Guyon qui a gardé le vélo crevé d'Annemie alors qu'elle nous rejoignait en auto-stop...

Finalement, tout le monde se retrouve à l'ancien Hôtel Baudy donnant sur un joli jardin fleuri de roses et de clématites pour un déjeuner très sympathique.

Pas de doute, c'est une expérience à renouveler l'an prochain...

# TRIESTE - THONON



Un tout petit reportage de la randonnée itinérante TRIESTE-THONON qui était avec Bordeaux Paris, l'objectif principal de ma saison.

L'envie de réaliser cette randonnée tournait dans ma tête depuis quelque temps après en avoir entendu parler à plusieurs reprises lors de précédents périples itinérants dans les Alpes.

Cette année pour la première fois l'organisation avait inversé la proposition qui c'était donc transformée en un Trieste-Thonon.

Un petit groupe de 20 participants et une logistique légère : 3 membres de l'organisation (2 chauffeurs + 1 accompagnateur cycliste), 2 camionnettes dont une pour transporter les valises et chargée du ravitaillement de mi-journée et l'autre pour le confort des participants tout au long de l'étape avec notamment accès au sommet des cols à du ravitaillement et des vêtements chauds pour la descente.

Le premier jour est consacré au transfert en car avec remorque pour transport des vélos de Trieste à Thonon, via le grand St Bernard. Arrivée tardive à Trieste et très courte visite de la ville après notre premier repas italien.

La première étape est une étape de mise en jambes qui nous conduit de Trieste au pied des dolomites. Traversée des dolomites sur 2 jours avec des cols aux pourcentages redoutables et la pluie présente sur 2 demi-journées accentuant la difficulté.

Le quatrième jour nous conduit après quelques cols dans le Tyrol Italien, au beau milieu de vergers sur des routes réservées à la circulation agricole, qui nous offrent quelques portions de plat en fin d'étape particulièrement bienvenues pour rejoindre notre hôtel.

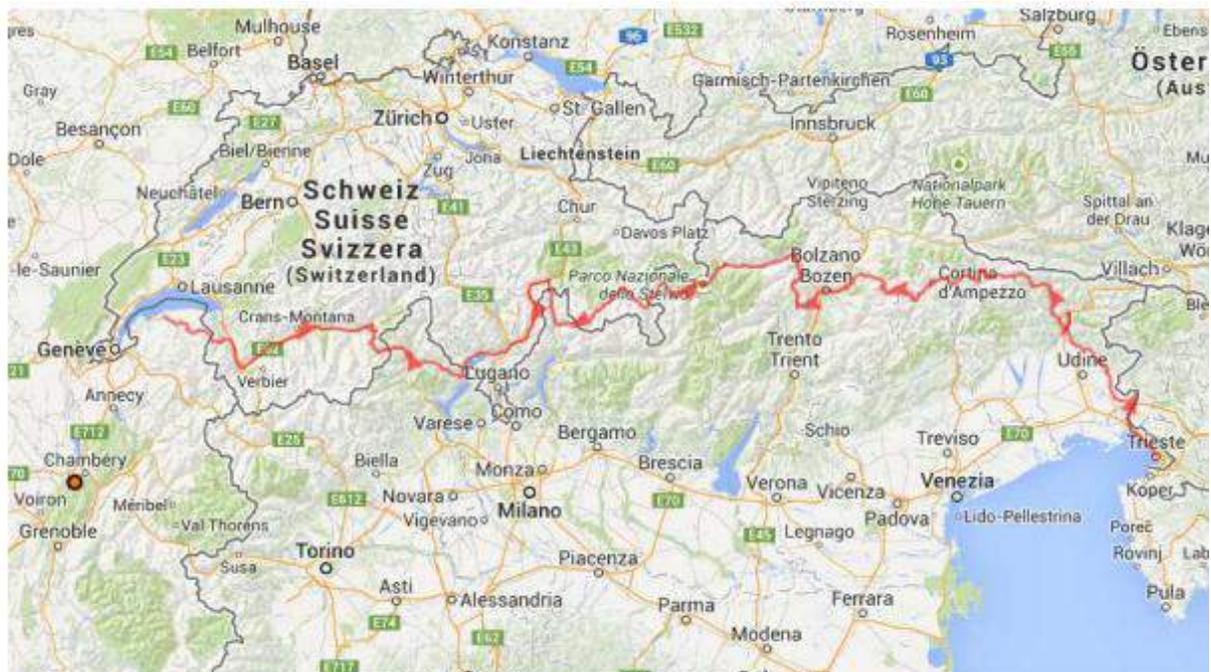
Le lendemain, c'est le Stelvio, point culminant du parcours que l'on gravit sous un soleil radieux lors d'une étape particulièrement longue et réussie qui nous mène en Suisse. Les étapes suivantes se font en oscillant autour de la ligne de crête qui sert de frontière entre la Suisse et l'Italie. Descente (je devrais dire plongée compte tenu du taux d'humidité) sur les bords du lac Majeur lors d'une étape dantesque rendue particulièrement pénible par une météo pourrie de bout en bout.

L'avant dernière étape nous ramène en Suisse sous un soleil retrouvé, avant de terminer le lendemain par le retour en France via le pas de Morgins et la longue descente sur Thonon.

Pour les amoureux des statistiques, je ne résiste pas à vous faire partager l'aventure :

30 cols dont 13 au-dessus de 2000m pour un dénivelé total de 22400 m

N°	Nom	autre nom	Versant	Altitude départ (m)	Altitude top (m)	Longueur (km)	dénivelée (m)	%moyen	%max	Etape
1	Monte croce (passo di)		est	195	267	2	72	3,6		1
2	Intempeo (sella)		est	224	315	1,9	91	4,8	10	2
3	Valcalda (sella)		est	531	959	8,1	428	5,3	11	2
4	Cima Sappada		est	888	1290	7,5	402	5,4	16	2
5	Zovo (passo del)	passo di Sant'Antonio	nord	1211	1489	4,4	278	6,3	13,8	2
6	Tre Croci (passo)		est	1112	1805	11	693	6,3	10,8	2
7	Pocol		nord	1205	1520	5,5	315	5,7	8,8	2
8	Giau (passo di)	Jof de Gia	nord	1520	2236	8,6	716	8,3	11	3
9	Santa Lucia (colle)		est	1335	1485	3,9	150	3,8		3
10	Pordoi (passo)	Pordojoch	est	1602	2239	9,4	637	6,8	9,7	3
11	Sella (passo di)	Sellajoch	sud	1815	2244	5,5	429	7,8	10,5	3
12	Pinei (passo di)	Panider Sattel	est	1149	1437	5	288	5,8	10	3
13	Fie allo Sciliar (sella di)	Völs am Scherlm	nord	1437	859					3
14	Mendola (passo della)	Mendelpass	est	405	1363	14,8	958	6,5	7,9	4
15	Palade (passo delle)	Gampenjoch	sud	988	1512	13	524	4,0	6	4
16	Stelvio (passo dello)	Stilfserjoch	est	950	2757	24,3	1807	7,4	9,2	5
17	Santa Maria (giogo di)	Umbrail (pass)	est	2504	2513	0,5	9	1,8		5
18	Braulio (bocca del)		nord	2504	2268					5
19	Foscagno (passo di)		est	1220	2291	24,25	1071	4,4	9	5
20	Eira (passo d')		est	2021	2210	3	189	6,3	15,4	5
21	Livigno (passo forcola di)		nord	1865	2315	12	450	3,8	11,3	5
22	Bernina (passo del)	Bernina (pass)	nord	2020	2328	3,5	308	8,8	9,2	5
23	Maloja (passo del)	Maloja (pass)	est	1458	1815	5,1	357	7,0	12,5	6
24	Spluga (passo dello)	Splügen (pass)	sud	1460	2113	8,8	653	7,4	8,5	6
25	San Bernardino (passo del)		nord	1612	2065	8,8	453	5,1	6,2	7
26	forcola		nord	2065	1662					7
27	Piano di Sale		est	214	960	19,7	746	3,8	9,5	8
28	Druogno (sella)		est	752	836	4,3	84	2,0		8
29	Simplon (pass)		sud	689	2005	20	1316	6,6	8,4	8
30	Morgins (pas de)		est	424	1369	16,5	945	5,7	10,6	9



Récapitulatif						
	Jour	Départ de	Arrivée à	Kilométrage	Dénivelée	Hébergement
				(km)	(m)	
0	Dimanche 22	Thonon	Trieste	0	0	Novo hotel Impero
1	Lundi 23	Trieste	Carnia	127	1300	Hotel ristorante Camia
2	Mardi 24	Camia	Pocol	165	4150	Villa Argentina
3	Mercredi 25	Pocol	Fié allo Sciliar	103	2900	Rose Wenzer
4	Jeudi 26	Fié allo Sciliar	Spondigna	137	2700	Post Hirsch
5	Vendredi 27	Spondigna	Pontresina	119	3850	Roseggletscher
6	Samedi 28	Pontresina	Splügen	95	2100	hotel Suretta
7	Dimanche 29	Splügen	Cannobio	110	1300	Albergo del Fiume
8	Lundi 30	Cannobio	Brig	102	2600	Europe Hôtel
9	Mardi 01	Brig	Thonon	164	1500	
				<b>Total=</b>	<b>1122</b>	<b>22400</b>

# MON PERIPLE LONDONNIEN

Cet été, mon périple m'a amené à Londres. Le circuit que je me proposais était très simple, n'étant pas un aficionado du pédalo, la traversée de la Manche m'imposait certaines obligations, le circuit sera donc : Chatou, Dieppe, Newhaven, Brighton, Londres, Canterbury, Douvres, Dunkerque et retour à la maison.

Mon départ est fixé au 5 août avec une première étape de mise en jambe qui m'amène à Dangu, près de Gisors, par des routes que je connais bien, nous passons par là quand nous faisons encore le 200 de St Germer. Le lendemain matin, je plie la tente sous la pluie et celle-ci m'accompagnera jusqu'au portes de Dieppe, mais ce soir je prends une chambre d'hôtel, car le ferry pour Newhaven part à 5h30, et plier la tente et me raser dans la nuit ne me dit rien du tout.



Ce matin, les rues de Dieppe sont désertes, j'arrive au port en même temps que le ferry, enregistrement et attente de débarquement des camions et voitures. Je discute avec un couple de cyclo de Guyancourt, ainsi le temps passe plus vite. Le ferry est équipé de sièges confortables qui permettent de se reposer, car la traversée dure 4 heures. A 8h30 je suis à Newhaven, je viens de gagner 1 heure, et rapidement je me retrouve sur la route de Brighton, je me concentre, car maintenant il faut rouler à gauche et laisser la priorité aux véhicules venant de droite, on s'y fait très rapidement.

L'arrivée sur Brighton est très agréable par un parcours entre falaises et mer. Je suis déçu par Brighton, j'ai bien vu le « Royal Pavilion », mais je comptais surtout voir le Pear avec sa salle de concert, mais tout a disparu, l'attraction est le « Brighton Pear », véritable foire du Trône sur la jetée.



l'avenue verte de Forges-les-Eaux à Dieppe



entre falaises et mer vers Brighton

Je reprends la route plein nord cela commence par l'ascension du «Ditchling Beacon» point culminant de la randonnée à 248m, montée sur 6 miles mais la descente est vertigineuse sur 2 miles avec beaucoup de passages à plus de 10%, là je ne regrette pas d'avoir bien vérifié les freins avant le départ. Cette première expérience des bosses n'est qu'une mise en bouche car j'ai aussi rencontré l'inverse c'est-à-dire des montées à mettre le pied par terre et des descentes calmes.

Après une bonne nuit au camping de Lingfield, commence une nouvelle épreuve : l'Orientation... En effet dès Sutton je rentre dans l'agglomération Londonienne, j'emprunte la « National Cycle 21 » sensée me mener au cœur de Londres mais pour le fléchage les anglais pourraient venir faire un stage au club car PIC, ils ne connaissent pas. Je décide de faire mon propre parcours et tout se passe très bien, Morden, Wimbledon, Putney, je traverse la Tamise sur «Hammersmith bridge», j'ai rendez-vous à côté à «Shepherd'Busch».



Hammersmith Bridge



Westminster

Je passe le week-end à Londres. Dimanche je tombe sur la «Prudential Ride London-Surrey», cette randonnée sur routes fermées, de 100 miles, rassemble plus de 20 000 participants et se termine en traversant toute la ville, manifestement malgré les conditions météo désastreuse de la matinée, aucun cyclo ne semble regretter sa participation.

C'est déjà le retour, je vais suivre la Tamise pour la traversée de Londres ; Chelsea, Westminster, Tower-Bridge, Greenwich, Thames-Barrier, Dartford, enfin je commence à sortir de la zone urbaine.

Si la traversée du cœur de Londres fut un vrai plaisir avec des pistes cyclables bien matérialisées, il n'en n'est pas de même dans l'agglomération où il est vraiment difficile de se repérer et je jure que je vais m'équiper d'un GPS. Toutefois d'une façon générale sur l'ensemble de mon parcours en Angleterre je n'ai jamais entendu un coup de klaxon, jamais une voiture ne m'a doublé sans avoir la visibilité totale, je me suis toujours senti en sécurité.

Ce soir je camperais à Upchurch dans le Kent, camping à la ferme type carte postale, aucun bruit, l'herbe tondu comme sur un terrain de golf, arbres fruitiers, le rêve pour une bonne nuit.



Direction Douvres, en passant par Canterbury, ville très touristique, mais je ne sais pas où laisser mon vélo pour visiter la cathédrale, ce sera pour une prochaine fois... cette étape a été une des plus dure de mon périple, montées et descentes se succèdent, usant.

Pour des questions d'horaire je prends le ferry pour Dunkerque, où je débarque dans un paysage qui n'a rien de glamour, tout est signalé pour les routiers, aux carrefours je me guide à la boussole, plein sud... soirée dans le marais Audomarois.

C'est vraiment le retour, Auxi-le-Château, Poix-de-Picardie, Gisors, sur cette partie du trajet j'ai bien souvent l'impression de me sentir seul, sur les petites routes au milieu des champs de blé, de betteraves, de maïs et de chicorée.

Je replante ma tente une dernière fois à Dangu, camping où maintenant j'ai mes habitudes. Le lendemain matin, dimanche, je prends la piste cyclable qui me mène jusqu'à Bray-et-Lu et dans l'après midi je suis de retour à la maison.

Jean-Louis BOULEGUE



# RANDONNEE DE LA SAINT FIACRE

## DIMANCHE 7 SEPTEMBRE

Dimanche 7 septembre, c'est le jour de notre randonnée de la Saint fiacre et le jour du Forum des Associations à Croissy et le soleil très attendu après un mois d'août maussade, a décidé d'être de la fête.

A 6 h 30, dans la pénombre, les bénévoles se précipitent vers leurs postes d'accueil et vers les dernières marchandises à emporter sur les contrôles ravitaillement. Déjà, un cycliste attend pour s'inscrire. Il sera suivi par 490 autres participants qui choisiront entre les grands circuits de 127, 90 et 63 km et un peu plus tard dans la matinée, les circuits initiation de 40 km et découverte de 15 km encadrés par nos cyclos.

Les clubs voisins et amis fidèles sont tous venus ainsi que des associations comme les Tontons Vélo et Echappées Belles, nos amis mal voyants, groupes, familles et individuels désireux de découvrir les paysages des Yvelines.

Max RÜBEL, de la communauté de communes d'Altenglan, ville allemande jumelée avec Croissy et président du club de vélo, nous a fait la joie de venir participer à la fête et Bruno MACHIZAUD représentant la municipalité de Croissy vient féliciter les arrivants.

Une fois de plus, les petites mains du Club se sont activées pour accueillir ou accompagner les participants, démontrant que le CCC, c'est le sport et la convivialité.

Nous espérons que tous les participants ont eu plaisir à faire la randonnée qu'ils ont choisie et nous vous disons au **DIMANCHE 6 SEPTEMBRE 2015** pour la prochaine édition des **RANDONNEES DE LA SAINT FIACRE**.

ML



SAINT FIACRE



2014



# SAINT FIACRE

2014

# CYCLO-CLUB DE CROISSY-SUR-SEINE



[www.ccc78.com](http://www.ccc78.com)

25 rue de la Procession  
78290 CROISSY-SUR-SEINE