



RAYON
CROISSILLON





De selle en selle - Maisons Laffitte



Huby St Leu (62)



Levallois Cabourg



De selle en selle



Pyrenées Orientales



Brevet de Port Marly



Tautavel Pyrénées Orientales



Toutes à Strasbourg



St Fiacre Echappées Belles



Tour de Corse

SOMMAIRE

Page 2 Souvenirs d'une année de cyclotourisme
Page 4 Galette des Rois
Page 5 Baptême au vélodrome
Page 6 Photos du vélodrome
Page 7 Stage dans le Var
Page 10 Le CCC dans les Hauts de France
Page 13 Toutes à Strasbourg
Page 17 Séjour à Tautavel (Pyrénées Orientales)
Page 19 Vues du séjour à Tautavel
Page 20 Une antenne d'Echappées Belles au CCC
Page 22 Tour d'Ille et Vilaine
Page 26 La Reconnaissance
Page 27 Randonnées de la Saint Fiacre
Page 29 Souvenirs de la Saint Fiacre
Page 30 Ma randonnée de la Saint Fiacre par Jérôme
Page 33 Le Forum des Associations
Page 34 Flèche Croissy-Vendôme-Croissy
Page 36 Tour de Corse
Page 39 Souvenirs d'une année de cyclotourisme (suite)



Ont participé à ce numéro du Rayon Croissillon 2016 : Marie Angelo, Isobel Bannerman, Bruno Bordier, Michel Bouchard, Jean-Marie et Régine Charles, Bernard Claro, Bernard Dauger, Dominique Fratrás, Patrick Gillard-Chevalier, Olivier Lassal, Dominique et Marie-Laure Lentz, Yves Schneider, Alain Thibault, Philippe Tilly.

Quelques photos sont dues à Chantal Jumel (CT Maurepas).

Un super Merci à Jérôme Sorrel qui nous a gentiment envoyé un témoignage de son brevet de la Saint Fiacre.

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.

Un grand merci à Gigi pour l'impression.

JOUR DES ROIS 10 JANVIER 2016



Ce dimanche 10 janvier, le temps est frais mais non glacial et ne rebute pas les cyclos de Croissy.

A 8 h 30 part le groupe des marcheurs qui ont abandonné leurs vélos durant la trêve des fêtes de fin d'année et ceux et celles décidées de changer leur terrain habituel. Ils vont découvrir ou redécouvrir les allées, rivières et maisons remarquables de Croissy et des Ibis.



A 9 h, à leur tour, c'est le départ des cyclistes pour le circuit traditionnel et un peu raccourci du jour des rois. En effet, pas question de trainer, à partir de 11 h 30 tout le monde revient pour déguster les galettes arrosées d'un verre de cidre.



On se souhaite une bonne année nouvelle, une bonne santé et bien sûr, beaucoup de randonnées cyclistes.

BAPTEME SUR PISTE AU VELODROME DE SAINT QUENTIN-EN-YVELINES



Nous étions un petit groupe du club de Croissy, le samedi 30 Janvier 2016, pour ce baptême sur piste au Vélodrome de SQY. Ce vélodrome unique par la conception de sa piste (250 m de long et 8 m de large pour une inclinaison à 45°) est également le site d'entraînement de l'équipe de France.

En tribune, nous avons d'abord été assez impressionnés par les exploits sur piste de nos amis du club inscrits au parcours « Débutant Niveau 1 » juste avant notre baptême.

Après avoir pris possession du matériel, un vélo, des chaussures et un casque, Jean-François Guiborel, accompagné de 2 autres coachs, nous ont expliqué les rudiments pour l'utilisation d'un vélo à pignon fixe sans frein. Trois objectifs sont recommandés :

- passer derrière le moniteur ;
- accélérer de plus en plus ;
- monter de plus en plus haut.

L'inclinaison à 45° de la piste m'a dans un premier temps impressionnée avec une petite appréhension au départ. Cependant, après les 10 premières minutes de prise de contact avec la piste, j'ai aussitôt eu de belles sensations et l'inclinaison n'a plus été un obstacle.

C'était grisant, le vélo file tout seul à toute vitesse et monter de plus en plus haut devient naturel en prenant de l'élan. J'en frissonne encore....

Merci à Olivier LASSAL d'avoir proposé cette activité au Club, ainsi qu'à Régine et à nos « Débutant Niveau 1 » pour leurs encouragements en tribune.

Marie ANGELO



STAGE A FIGANIERES

2 AU 9 AVRIL 2016

Le mauvais souvenir de l'accident survenu à Régine l'an dernier nous obligeait Jeannot, Gilbert, Michel, Jean-Claude, Dominique, Yves, Marie-Christine et moi-même à aller exorciser le mauvais sort. Elle retrouve le parasol maudit (toujours pas fixé) mais le mistral n'est pas trop méchant cette année.



1^{er} jour dimanche, grand circuit vers Carcès. La pluie légère commence au départ et cela continue par une crevaison pour Yves à moins d'un kilomètre du départ.

Marie-Christine et moi prudentes ou effrayées par le circuit annoncé, décidons d'avancer en voiture jusqu'à la sortie de Draguignan car quand on en a plein les jambes, la dernière côte c'est l'agonie assurée et nous décidons d'utiliser au départ, une autre route parallèle au circuit afin d'économiser quelques kilomètres.

Cela bruine, c'est bon pour le teint. Nous retrouvons le circuit à Salernes et nous dirigeons vers Entrecasteaux puis Carcès. Un message de Dominique m'apprend qu'ils ont fait demi-tour rebutés par la pluie. Nous continuons quand une voix bien connue me prévient ainsi que tout notre entourage que mon mari a renoncé (Radio-Tour fonctionne partout).

Tant pis, nous arrivons au bord du lac de Carcès où un pique-nique frugal nous attend. Heureusement, la pluie a cessé mais nous avons les fesses au frais sur les tabourets mouillés et nous déjeunons à 4, les seuls rescapés avec Michel et Yves.

Nous repartons, passons près de l'Abbaye du Thoronet au milieu d'une course de motos cross qui coupe la route à plusieurs reprises. Je vous laisse imaginer l'ambiance avec cette pétarade.

Au retour, nous apprenons que les lâcheurs fort contents de leur sort, après leur retour, sont allés s'empiffrer, oui je dis « s'empiffrer », de calamars. Ils ne mangeront rien au dîner tellement ils sont repus.



Lundi, 2^{ème} jour, c'est Bourigaille et Fayence, un circuit court à ce qu'ils disent. Nous montons tous vers Callas et Bargemon. Cette fois, c'est jour de crevaison pour Jeannot.

J'avais envisagé de transformer un peu le parcours à ma guise mais la direction n'apprécie pas les indépendantes et fatiguée par la journée de la veille je décide de monter à Seillans dans la voiture balai afin d'éviter la partie la plus pénible. A Seillans, nous reprenons le vélo tranquillement tandis que Régine et les hommes seront arrêtés par un troupeau de moutons.

Nous décidons pour le retour de couper par un raccourci dont nous a parlé Régine ce qui me donnera des regrets. C'est plus court mais la côte est vraiment ardue.

Mardi, Marie-Christine et moi décidons de ne pas rouler et d'aller à pied au marché de Figanières faire quelques provisions pour l'apéro prévu le soir chez Régine. Le chemin au milieu des arbres en fleurs est très agréable.

Pour les courageux, c'est le circuit du Blavet par Callas puis vers Le Muy, Bagnols-en Forêt et retour comme la veille mais sur la petite route de Régine que Jean-Claude n'apprécie pas non plus.

Nous allons visiter l'Abbaye du Thoronet que nous avons aperçue en vélo. Le soir, nous nous retrouvons dans l'appartement VIP de Régine et Jeannot pour fêter la guérison de Régine.

Mercredi, Tourtour. Tout le monde part vers Lorgues au milieu d'une circulation chargée à l'heure d'aller travailler. Puis remontée vers Villecroze et Tourtour tandis que Marie-Christine et moi

coupons par Flayosc. Comme il est d'usage pour le CCC de s'arrêter prendre un petit café au milieu de la matinée, nous traversons le vieux village et découvrons une rue insolite, la rue des « Fainéants ».



L'après-midi, nous partons découvrir la mer et la presqu'île de St Tropez sous un beau soleil mais déjà bien encombrée au moment du retour.

Le soir, dîner en musique avec des chanteurs corses malheureusement, on ne peut pas trop se coucher tard car la journée de demain s'annonce difficile.

Jeudi le soleil est là et tout le monde se lève de bonne heure pour rejoindre les gorges du Verdon. Il faut dire que la route pour rejoindre Comps, point de la randonnée, doit fermer entre 9 et 16 h. Il n'y a pas de temps à perdre. En plus, pas moyen de couper, il n'y a pas de pont, il faut aller jusqu'à Moustiers-Sainte-Marie. Gilbert handicapé par un gros mal de gorge chipé le premier jour a renoncé mais jouera la voiture suiveuse. En ce qui me concerne, la voiture balai m'aidera heureusement à franchir les côtes mais Marie-Christine allergique au camion arrivera à parcourir 90 km.

Les Canadiens s'entraînent à charger de l'eau sur le lac de Ste Croix tandis que les cyclos pédalent vers le ravitaillement, ravitaillement qui a lieu en musique (corse) et avec les histoires drôles du responsable Gérard.

Vendredi pour le dernier jour avec un grand parcours, Jeannot a prévu d'aménager le circuit de façon adaptée aux différents niveaux des gens du Club. Très bonne solution, pas besoin de voiture balai, tout va bien et sans le vouloir, on arrive ensemble pour le déjeuner.

Un gros nuage nous menace brièvement mais nous repartons ensuite et les plus forts monteront la jolie côte de Trigance où Jean-Claude exprimera son ras-le-bol par une bordée de jurons.

Le soir, nous fêtons à nouveau chez Régine et Jeannot, la fin de ce séjour très réussi avant que Jean-Claude ne reparte le lendemain vers les Alpes Maritimes et les autres vers le Noord...

Rendez-vous pour le stage de l'an prochain...

ML

LE CCC DANS LES HAUTS DE FRANCE

9 au 14 mai 2016

Cette année nous sommes une trentaine de cyclos de Maurepas et de Croissy à nous être laissés convaincre par Françoise d'aller explorer les Hauts de France pour notre séjour cyclo familial et sportif.

Nous débarquons lundi après-midi au Manoir de La Canche à Huby St Leu pour découvrir un magnifique domaine avec une bâtisse couverte de glycines bleues en fleur.



Selon le programme classique, nous alternons circuits vélo le matin préparés par Gérard et visites l'après-midi organisées par Bernard.



Ainsi mardi matin nous nous lançons sur les routes du Pas de Calais. Première surprise je m'attendais à un parcours relativement plat balayé par le vent. En fait il y a peu de vent, par contre le profil est très bosselé, avec une

succession de côtes assez raides, mais pas trop longues. Les paysages sont verdoyants et champêtres, heureusement il n'y a pas que la ferme des 1000 vaches, on peut en voir encore beaucoup dans les pâturages. Le temps est gris et nous avons droit à quelques gouttes de pluie, rien de grave. La semaine sera clémente, les orages ayant lieu la nuit, et les températures douces (22-24° l'après-midi autant qu'à Perpignan sur la carte météo !).



Après une matinée à pédaler, un bon déjeuner nous attend comme chaque midi avec quelques plats régionaux, comme on peut le voir sur la photo.



Je suis aussi particulièrement impressionné par le chariot de fromages. Nous découvrons le Vieux Lille et le Maroilles trop souvent victime d'une réputation odorante surfaite.

Après avoir repris des forces, nous sommes prêts pour faire du tourisme. Nous pourrions découvrir ainsi tous les secrets de l'apiculture. La vie privée de la Reine avec ses bourdons n'a plus de secret pour nous. Puis nous visiterons dans les jours qui suivent le magnifique parc ornithologique de Marquenterre, aux abords de la baie de Somme, où nous pourrions voir même des cigognes.



Jeudi ce sera la découverte de l'abbaye de Valloires et ses magnifiques jardins. Nous visiterons aussi le site historique de la grande victoire anglaise d'Azincourt,



où Dominique retrouve des habits militaires (un peu plus lourds que ceux qu'elle a connus).



Nos sorties vélo sont l'occasion de retrouver en action notre ancien Président Michel



ou de découvrir une de nos révélations féminines Marie-Christine, voyez comme elle largue le peloton :



Mais Marie et Monique ne sont pas en reste...



notre chanteuse Françoise qui nous fera redécouvrir les classiques ch'ti.



Le Président nous assure qu'elle a ses chances pour l'Eurovision 2017 !



De beaux souvenirs du « nord ». Nous sommes quelques uns qui vont aller voir en juin dans le « sud » si on retrouve la même « chaleur » et la même ambiance.

Encore merci à Françoise, Bernard et Gérard.



Après notre briefing quotidien en fin de journée, nous aurons l'occasion de retrouver notre duo d'artistes Michel à l'accordéon et

Dominique Lentz

TOUTES A STRASBOURG

AUTREMENT DIT "TOUTES SOUS LA PLUIE"

08h00. Versailles, Grille des Matelots. Brumeux, grisâtre, bruineux... 26 filles arrivent sous le regard vif des époux et accompagnateurs. Le Jour J est arrivé... Ça parle... Quoi mettre ? Cuissard long ou court ? Sur-chaussures ? Veste de pluie ? Prendre un sac sur le dos ou non ? Le GPS marche-t-il ?



08h30. Départ. Petite escale devant Louis XIV et le Conseil Général pour que les 'paparazzi' puissent prendre quelques photos.

Enfin, guidées par 3 capitaines armées de GPS, et suivies par le fourgon de 'nos hommes', nous partons vers Paris, via la Porte Dauphine, Trocadéro, l'avenue Kleber, l'Etoile, et les Champs Élysées en chantant. Nous passons par la Grande Roue, Concorde, l'Opéra et ensuite nous trouvons le Canal de l'Ourcq que nous suivons jusqu'à Gressy. Première crevaison et donc, première épreuve, mais tout va bien, nous reprenons la route relativement vite. A Gressy nous retrouvons 'nos hommes' qui nous ont préparé un buffet campagnard que nous mangeons avec grande joie, dans le crachin.



Après 100 km de route nous arrivons à notre gîte à Certigny où nous découvrons l'intimité de partager chambre, douche et WC entre 8 filles. Nous découvrons également qu'il y en a qui ronflent !



Le réveil est tôt, le départ aussi, et après quelque kms supplémentaires l'équipe de Croissy/Maurepas retrouve le bon chemin. A noter – vérifier la bonne direction avant de partir ! Pluie le matin. Pluie battante l'après midi. Déjeuner à l'abri – ouf !

La pluie teste notre sens de l'humour, et notre équipement, mais nous tenons bon. Deux chutes, mais rien de grave. 135 km de faits. Le diner teste également notre sens de l'humour, puisque après une marche de 1,5 km dans la pluie, nous découvrons le restaurant fermé. Néanmoins, les dieux sont avec nous, nous trouvons un restaurant prêt à servir 28 personnes sans réservation. Mais, c'est steak frites/pâtes pour tout le monde ! Une fois ravitaillées, tout va mieux et les sourires reviennent. Un petit verre de rouge nous a également aidées à oublier ce petit contretemps !

Le lendemain, c'est 125 km, Verdun la destination, et le ciel nous déverse encore de l'eau. Par contre il y a quelques petites éclaircies pendant la journée. L'arrivée à Verdun est même ensoleillée, et nous faisons un petit tour de la ville en cherchant notre hôtel.



Mercredi, notre Président arrive, accompagné par le paparazzi et le soleil ! Que du bonheur – et en plus, que 85 km à faire aujourd'hui. Nous trouvons un château pour l'arrêt de midi, le château de Moncel, et après un déjeuner copieux, nous repartons pour la ville de Metz, où nous sommes logées dans une Auberge de Jeunesse au centre ville. Donc, un petit tour à pied de la ville et de la cathédrale, sous la pluie, bien sûr. Un petit kir dans un café à côté, nous donne des forces pour affronter le repas un peu frugal dans l'Auberge.



Jour 5 nous voit en route pour faire 100 km, direction Sarreguemines. L'arrêt dans une salle de sport en route est bienvenu, surtout que nous repartons avec deux bouteilles d'eau de vie – « faite maison », il paraît, et un cadeau de l'employée de la mairie. Les bouteilles vite rangées dans le fourgon, nous partons faire les derniers kilomètres et arrivons à l'hôtel Brit où nous suivons un cours de yoga/stretch avec Elise de Maurepas avant le repas du soir.

Plus que 145 km à faire.

En route pour Neuwiller, nous sommes arrêtées à midi dans le village de Graufthal dans le parc naturel régional des Vosges du Nord, où nous visitons les maisons des rochers, trois habitations pittoresques restaurées et réaménagées. Puis, nous avons rendez-vous avec des cyclistes locales pour nous amener à un pot d'accueil à La Roseraie de Saverne. Nous avons également fait un petit tour de la ville. Ensuite, guidées par nos amies cyclistes nous avons enfin trouvé notre logement ... sauf, hélas, petite surprise ... une journée pas tout à fait finie... encore 1 petit km à faire ... mais une montée de 13% ! Ceci dit, nous avons une très jolie vue par la fenêtre !

L'avant dernier jour, sous de fortes pluies, nous sommes parties pour Saessolsheim où nous étions attendues par des amis cyclistes à l'abri d'une ferme, et nous avons fait les derniers kms vers Lampertheim-Strasbourg avec eux. Mouillées jusqu'aux os, on était contentes de découvrir que nous avons accès tout de suite à nos chambres ; nous avons pu prendre une douche, sécher un peu, manger, et enfin prendre le bus pour aller visiter Strasbourg. Sous la pluie ? Mais, bien sûr sous la pluie ! Etrangement, beaucoup de monde dans la cathédrale ce jour là ! Par contre, le soir, beau soleil et un repas super sympa au Restaurant Pfiferbriader dans le quartier de la Petite France. Le retour à l'hôtel, relativement tardif nous cause une nuit courte, mais nous sommes prêtes le lendemain pour pédaler les derniers 13 kms jusqu'au Parc des Deux Rives, accompagnées encore une fois par nos amis cyclistes.

Et la grande surprise ce matin ? Il fait beau !!! Pédalant le long du canal, devant le parlement européen, nous rencontrons des cyclistes de toute la France. Ça chante, ça papote, et ça arrive à Strasbourg par grandes quantités féminines. La vie est belle !

Au Parc des Deux Rives, il y a des retrouvailles dans l'air. Nous rencontrons Christiane Le Petit, notre ex-Présidente, qui, elle, vient de faire presque 1300km de Pau dans le Sud Ouest.

Nous décorons nos casques avec des coquelicots fraîchement cueillis, et nous faisons les 22 kms de circuit ensemble ; 5000 femmes, dans la camaraderie et le bonheur, sous un soleil

bienveillant et agréable. Ensuite, c'est le déjeuner sous des nuages menaçants mais qui finalement ne versent rien.



16h00. L'heure du départ de Strasbourg en car. Vélos bien protégés et rangés dans le fourgon. Dans le car, ça dort un peu mais ça chante également. Un peu de Johnny, Jean Jacques G, et Céline Dion, entre autres.

22h30. Versailles, Grille des Matelots. La nuit est tombée et il ne pleut plus. 26 filles de retour. Les époux et les compagnons sont soulagés. Fatiguées, heureuses et fières de leurs exploits 'Toutes à Strasbourg', les filles partent pour d'autres horizons et d'autres aventures. Mais une chose est certaine, elles resteront en contact, elles ré-pédaleront ensemble, soudées par cette semaine itinérante et formidable entre Versailles et Strasbourg.

Conclusion ? La Bretonne et l'Écossaise n'ont pas du tout été dépaysées, et la pluie est très bonne pour la peau. De plus, nous avons fait des économies... sur la crème solaire !

A refaire dans 4 ans, mais quelle sera la destination ?!

Isobel

SEJOUR CYCLOTOURISTE A TATAVEL (PYRENEES ORIENTALES)

11 - 19 JUIN 2016

C'est à Tautavel, haut lieu de la recherche sur la préhistoire, qu'une équipe du CCC, renforcée par quelques membres du club de Soustons, est partie sur les traces de ses ancêtres du 11 au 19 juin.



Tout le monde savait déjà que c'est à Tautavel, qu'un crâne vieux de 400.000 ans avait été mis à jour en 1971 mais en visitant le chantier des fouilles quelle surprise de découvrir que nos grands anciens pratiquaient déjà le vélo !



Galvanisés par cette découverte, il ne nous restait donc plus qu'à nous montrer dignes de ces précurseurs.

Comme d'habitude, Alain Cornet co-organisateur de ce stage avec Pierre Le Petit, n'avait rien laissé au hasard.

Le projet pédagogique dont le thème était « *apprendre à rouler contre le vent* » avait été clairement défini depuis longtemps. Nous avons pu constater dès notre arrivée sur place que le matériel pédagogique était conforme aux attentes. Toutes les prévisions météorologiques s'accordaient pour annoncer que le vent soufflerait toute la semaine en fortes rafales. Les conditions étaient donc parfaitement remplies pour que nous puissions nous aguerrir et progresser rapidement.

Mais avant d'avoir l'autorisation de prendre le guidon sur les terres catalanes encore fallait-il qu'Alain satisfasse au rite initiatique ancestral consistant à boire du muscat à la régala.



Cette formalité (fort agréable mais pas si simple que cela) étant accomplie le soir de notre arrivée, nous pouvions nous lancer dès le lendemain matin à l'assaut des routes escarpées et ventées.

C'est au cœur du pays cathares qu'Alain et Pierrot avaient tracé les sept parcours de la semaine à travers des paysages sublimes passant du vignoble à la garrigue et du pied des châteaux

cathares plantés sur leurs pitons rocheux aux bords de mer encore délaissés par les touristes.



Le passage obligé par les gorges de Galamus était bien sûr au programme du jeudi. Mais comme tous les autres jours de la semaine le vent n'avait pas oublié de s'inviter.



Pour permettre à chacun de rouler en fonction de sa forme, trois distances étaient proposées chaque jour au départ avec un rendez-vous commun pour le repas de midi dans un petit restaurant sélectionné avec soin par Alain et Pierrot qui, quelques semaines auparavant, accompagnés de Viviane et de Christiane, étaient partis en reconnaissance sur le terrain.



Ils avaient dégotté pour chaque parcours le "bon restaurant, au bon endroit", permettant ainsi à tous les groupes de se retrouver au déjeuner, chacun roulant à son rythme.



Pour les plus costauds les chiffres parleront mieux que les discours puisque ceux qui avaient choisi les circuits les plus longs ont parcouru 900 km avec 10.500 m de dénivelé.



Après chaque journée il ne restait plus qu'à se retrouver autour d'un verre pour le briefing pour débattre du parcours du lendemain.



Pour le dernier briefing du samedi soir le thème était tout trouvé : où irons rouler l'année prochaine ?



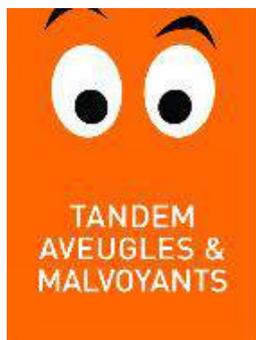
TAUTAVEL



2016



Une antenne d'Échappées Belles au CCC



Il y a maintenant près de quatre ans que l'aventure a commencé pour le CCC lors d'un Forum d'associations. C'est en effet à cette occasion que notre ami Michel Lablanche a eu les premiers contacts avec des membres de l'association Échappées Belles qui étaient à la recherche de pilotes de tandems.

L'association Échappées Belles a pour vocation de permettre à des personnes non-voyantes ou malvoyantes d'effectuer des promenades en tandem.



Les membres, tous bénévoles, se proposent d'accompagner en tandem les personnes handicapées qui le souhaitent.

Depuis 1975 et durant plusieurs années, sous l'égide de l'APAM (Association pour les Personnes Aveugles ou Malvoyantes), des pilotes de tandem ont accompagné chaque samedi matin les stagiaires du Centre de rééducation fonctionnelle pour aveugles et malvoyants de l'Auberderie à Marly-Le-Roi.

Suite au transfert du centre à Paris, les pilotes de tandem ont continué à offrir leurs services aux personnes handicapées des environs de Marly-le-Roi (où sont basés les tandems de l'association) et organisent des sorties par les routes et chemins de la région.

Pour ce qui concerne le CCC, une fois les premiers contacts établis par Michel Lablanche, ce sont tout d'abord 4 pilotes qui se sont portés volontaires pour sillonner le samedi les routes des Yvelines.



Dans un deuxième temps, notre « mécanicien maison » Alain Cornet a accepté de prendre en charge l'entretien de tous les tandems d'Échappées Belles.

Et là, ce n'est pas une mince affaire car les machines sont soumises à rude épreuve. Sur le plan mécanique il faut faire face à l'usure prématurée des chaînes, des freins, à la casse des roues, etc. Les tandems étant stockés à Marly-le-Roi dans un garage prêté par un particulier, les interventions se font souvent sur place, à l'extérieur, dans le froid ou la chaleur. Dans les cas les plus délicats, il faut prévoir un convoyage des tandems vers notre local pour qu'ils puissent être réparés dans notre atelier.

C'est l'un des premiers facteurs qui a fait germer l'idée de trouver une solution de stockage des tandems sur le terrain où se trouve notre local.

La seconde raison, encore plus importante est le désir manifesté par certains membres non-voyants et malvoyants d'Échappées Belles de pratiquer le cyclotourisme de manière plus régulière et sportive en étant intégré dans une structure de club.



C'est pour accéder à ce désir qu'Échappées et le Cyclo Club de Croissy-sur-Seine ont décidé de signer le 24 juin 2016 une convention créant une antenne d'Échappées Belles à Croissy dont le but est de permettre aux mordus de Cyclotourisme d'assouvir cette envie.

La Mairie ayant accepté l'installation d'un abri de stockage des tandems sur le terrain du local et ayant accepté de couler une dalle pour recevoir cet abri, une demande de subvention a été déposée et acceptée auprès du CNDS (Centre National pour le Développement du sport). Tous les éléments sont donc maintenant réunis pour passer à la phase de réalisation en concertation avec le service de l'Urbanisme de la Mairie.



Pour accompagner l'accueil et l'intégration des non-voyants et malvoyants, le Club a dû adapter sa structure et son mode de fonctionnement, d'où la création d'une commission spécifique « Handisport » au sein du Comité Directeur.

Toutes les conditions sont donc maintenant remplies pour pouvoir accueillir, dès que l'abri sera construit, nos premiers tandems et de voir rouler dans les rues de Croissy les maillots orange créés par Didier Vincent un membre du Club.



TOUR D'ILLE ET VILAINE



Photo prise par J-M à l'arrivée.

Lors de la remise de mon trophée de Flécharde 2014 récompensant ma participation à l'intégralité des 18 flèches de l'Ouest au départ de Rennes dans le sens rectiligne, j'ai rencontré les organisateurs de l'association sportive des cheminots Rennais qui proposent de cheminer sur le contour du département d'Ille et Vilaine.

Je me suis inscrit pensant réaliser cette balade en 2015 mais avec les préparatifs de Paris-Brest le temps m'a manqué. J'ai donc reporté cette expédition en 2016 et précisément pour le mardi 19 juillet.

La canicule est annoncée comme lors du très chaud Paris-Nice de 2003. La date est fixée et je veux réaliser cette randonnée avant la semaine fédérale de

Dijon. Donc malgré la chaleur annoncée je m'élançais. J'ai préparé le mulot qui pèse 22kg soit un poids total roulant de 100 Kg

Faux départ.

Mardi 19 juillet. Accompagné de Jean-Marc mon copain Nortais, je démarre à 7h30 de la maison direction Redon pour rallier le parcours.

J-M me tient compagnie jusqu'à Plessé soit 40 km.

Dès son départ dans la côte suivante mon dérailleur a un malaise, se tord la patte, se prend d'affection pour les rayons et explose la grande chape. Je me retrouve « gros jean comme devant ».

A la méthode Froome le vélo à la main je rebrousse chemin, au son du cliquetis de

la ferraille dans les rayons. J'appelle J-M au secours qui trouve rapidement la solution. Michel son frère est en déplacement professionnel dans le secteur et une heure plus tard je suis dans la camionnette pour un retour à Nort.

Première préoccupation de l'après-midi déposer ma randonneuse chez mon vélociste à Ancenis pour réparation. Pas facile de trouver un dérailleur Shimano 105, 10 vitesses dans l'urgence. Heureusement Manu a trouvé un dérailleur compatible et le mercredi soir je récupère mon cycle.

Jeudi 21 juillet. Nort/Tinténiac 184 km

Départ réel.

7h30 je pars seul. Le temps est idéal, la chaleur caniculaire s'est dissipée. J'entame le parcours au contrôle de Redon avec déjà 75 km au compteur. Longue ligne droite avant de rejoindre la forêt de Paimpont en espérant croiser les fées qui habitent les lieux.

Si je n'ai vu aucune de ces délicieuses créatures, j'ai eu tout loisir d'admirer à l'entrée de Saint Malo sur Muel, sur le bord gauche de la route une biche, tellement plongée dans une profonde réflexion sur sa condition animale qu'elle ne m'a pas entendu venir. J'ai poussé un cri et d'un bond elle s'en est retournée dans les maïs. Adieu bel animal, bonjour gravillons.

En cette période estivale la DDE en profite pour effectuer les travaux de réhabilitation des routes qui certaines en ont bien besoin. En voiture on ne se rend pas compte de l'état déplorable de certaines chaussées, mais en vélo ouille, ouille, ouille, mes fesses. Donc des routes barrées par travaux j'en ai prises plusieurs. Je déteste les déviations.

J'arrive à Saint Méen le Grand vers 15h. J'avais prévu de faire étape dans l'hôtel où j'avais dormi la veille du 600 km qualificatif en juin 2015. Fermé pour congés.

Je vais faire tamponner ma carte de route et boire une bière dans un bar. Le tenancier n'a pas son tampon avec lui. Direction le bar d'en face pour obtenir le précieux sésame.

Je reprends la route direction Tinténiac où j'avais relevé la présence d'un hôtel. Auparavant je téléphone; il y a des disponibilités. Les villages traversés fleurissent bon le PBP. Certains ont encore de grands vélos en décoration. Ce fut l'occasion de faire connaissance avec le centre-ville de Tinténiac. Repas et bonne nuit.

Vendredi 22 juillet Tinténiac/Pontorson 138 km

Un moment d'égarement

Départ 8h Retour sur le parcours à Plesder, mais après Tresse je me suis fourvoyé et la Boussole a frappé. (surnom donné par mes copains de Croissy) A part la Ville es Nonais je suis passé dans toutes les autres villes indiquées mais pas forcément dans le bon sens. Mais les bosses de la Rance je ne les ai pas évitées. Dur avec le poids du chargement. Enfin le bord de mer et son point de contrôle de Saint Briac. Encore pas de chance, ma demande de tampon et un Perrier me restent en travers de la gorge. Le bistrotier n'a pas de tampon. Ce qui est complètement illégal de la part d'un commerçant. Je lui fais remarquer que c'est son droit de refuser mais il faut une autre explication. Après 15 ans passés à la Chambre de Commerce et d'Industrie de Versailles je connais la législation.

Enfin je trouve réconfort auprès de la coiffeuse voisine.

Ma hantise arrive, la traversée d'une grande ville surtout en période estivale. Les indications du road book ne me sont d'aucunes utilités. Je n'ai jamais trouvé la première rue indiquée, alors les autres !!!! Bon après avoir sollicité un touriste Anglais puis un vacancier parisien j'ai enfin trouvé un Dinardais pour me mettre sur le bon chemin.

Saint Malo la cité corsaire est atteinte vers 13h. A la sortie de la ville comme la veille je me restaure d'un sandwich américain accompagné d'une bière. Le bord de mer sous le soleil est magnifique mais le vent gâche la fête.

A la sortie de Sainte Broladre je suis rejoint par un cyclo. Premier vélo dans le même sens. Il m'accompagne quelques kilomètres puis me quitte pour ne pas manquer l'arrivée du tour. L'hôtel de Pleine Fougères ne répond pas, je poursuis jusqu'à Pontorson. 16h40 Je stoppe au premier établissement à l'entrée de la ville. Moi aussi je vois l'arrivée du tour et la superbe victoire de Romain Bardet. Petit tour en ville et diner dans une crêperie après la pizzeria de Tinténiac.

Samedi 23 juillet Pontorson/La Guerche de Bretagne 160 km

Départ 8H Peu avant Cogle, seconde rencontre du périple avec un couple qui termine sa sortie. Des coursiers dans la fleur de l'âge mais sympathiques. Louvigné du désert est atteint à 10h30, l'heure de la tartelette aux poires. La boulangère demande où sont les autres. Me savoir seul l'étonne. Le secteur du Désert est loin d'être plat.

Sortie de Fougères direction Vitré pas de 798 mais deux N 12. Il faut sortir la carte. Direction Ernée et à Beaucé je repique sur la Selle en Luitre. Je touche Vitré à l'heure du casse-croûte.

Boulangerie, jambon fromage, et je cherche un bar pour prendre une boisson.

Malheureusement je m'installe sur la terrasse d'un restaurant et il n'est pas permis d'apporter son repas, c'est la loi. Je vais boire plus loin dans le centre-ville. A la terrasse d'un bar pas de problème.

Les voisins de table me demandent où se situe Croissy sur seine inscrit sur mon maillot. Sur la rive de la Seine entre Versailles et Saint Germain en Laye dans les Yvelines. Je dis au revoir à tous ces gens intéressés par mon périple et mon équipage.

Comme un métronome je fais étape à la Guerche de Bretagne à 16 H 40 comme la veille. L'hôtel « Au Préambule » fait également office de bar PMU. Des accrocs aux jeux, les yeux rivés sur le grand écran de la télé, misent en permanence sur les courses qui se déroulent en direct.

Après une bonne douche comme d'habitude je fais le tour de la ville. A la lecture des différents panneaux retraçant l'historique de la ville j'apprends que le pays de Vitré est l'endroit en France où il y a le moins de chômage.

Ce soir repas classique avec en entrée avocat-crevette, suivi de filets de dorade beurre blanc et boules de glace pour terminer.

Le dimanche le petit déjeuner est servi à partir de 8h30. Trop tard pour moi. Donc je décide de partir à 6h30. J'achète deux croissants et gentiment la patronne met à ma disposition une bouilloire et du café soluble pour que je ne parte pas sans rien de chaud dans le ventre.

Dimanche 24 juillet La Guerche/Grand Fougeray/Nort 117 km

Départ 6h40. Le temps est frais mais je supporte les manches courtes. Le soleil

fait rapidement son apparition et avec lui l'ombre surgit, qui se projette en avant pour prendre des relais au gré du passage des nuages ou de l'orientation du parcours.

Je suis maintenant accompagné d'un coéquipier virtuel qui parfois me passe à grande vitesse pour se maintenir en tête des kilomètres durant. Et puis soudain, certainement épuisée par sa débauche d'énergie l'ombre disparaît pendant de longs moments.

Le parcours est toujours aussi vallonné. D'ailleurs l'impression que j'en retiens c'est que les contours du département surplombent en permanence l'intérieur comme pour le protéger d'un potentiel danger comme aux temps lointains des envahisseurs Barbares.

L'ombre chantonne quand se lève le vent qui me pousse vers les éoliennes ses amies qui se profilent à l'horizon de Grand-Fougeray. C'est là que J-M m'attend chez sa tante. Il est parti de Nort quasiment à la même heure que moi. Quand il m'appelle je suis à Saint Sulpice des Landes. Comme prévu j'arrive à 9h40 ; 3h pour faire 60 km. Un croissant et un café chez tantine et direction Nort. Je rentre directement sans passer par Redon. J'ai ma dose de kilomètres et surtout je veux être à la maison pour le repas dominical. Fin de l'aventure à 12h20.

Merci aux organisateurs pour ce beau parcours.

Bernard Dager dit « la Boussole »
Cyclo club de Croissy sur seine 78
Le 26 juillet 2016



LA RECONNAISSANCE

28 AOUT 2016



Tous les ans, il est de tradition pour les membres du Club de reconnaître le parcours qui sera proposé une semaine plus tard aux participants à nos randonnées de la Saint Fiacre.

C'est l'occasion d'inspecter les routes, surveiller les zones de travaux, veiller sur l'état des emplacements où seront installés les contrôles ravitaillements. C'est aussi pour tous les cyclos du Club qui ne le connaissent pas forcément, l'occasion de connaître les parcours proposés et aussi pour les néophytes et pour les autres l'occasion de se lancer sur un long parcours de 130 km dans des conditions agréables puisqu'il est fait sur la journée, coupé d'un pique nique transporté par une voiture d'assistance.

Depuis deux années, nous bénéficions de la chaleur et c'est sur l'herbe fraîche des Vignettes, hameau de la commune de Thoiry que nous nous délassons avant de revenir vers Croissy.



LA PLUIE DU MATIN N'EFFRAIE PAS LE PELERIN

La St Fiacre fait le plein grâce aux clubs fidèles



Il y a des semaines où tout semble plus dur, éboulement à Rennemoulin contraignant à organiser une adaptation de parcours et des travaux qui obligent à deux modifications successives sur le parcours d'initiation. Mais vaille que vaille, le Cyclo-Club de Croissy a su s'organiser et relever les challenges un à un.

Et le matin, à l'heure où les randonneurs cyclos ouvrent leur fenêtre, la météo nous réservait un petit coup de Trafalgar, avec l'arrivée de la pluie. Pas de quoi provoquer des torrents, mais juste nous empêcher de battre à nouveau le record de participation.

Les premiers partis sont du RAC, du Rueil Athletic Club et déjà les ravitos sont informés et en place. L'organisation se déroule bien, du côté ravito tout est prêt. A l'accueil les gens s'affairent, café, parking vélos, gestion des inscriptions et du retrait des cartons de contrôle, tout va bien, à peine un petit coup de feu vite éteint par Jean-Marie qui prend l'initiative qui va bien.

150, 200, 250, 300, 360 et la place se vide.



Commence alors l'arrivée des randos familiales et du parcours d'initiation. Et commence aussi, le rush des saisies pour pouvoir publier le chiffre de la participation. Malgré la petite pluie qui aura fait grimper l'abstention, c'est confirmé, 2016 ne sera pas l'année du record mais restera une bonne année.

381 sur les 3 parcours, 20 sur le 40 et 10 sur le 15 km, 411 participants. Les barbecues

peuvent commencer à fumer, et les saucisses à griller, il faudra accueillir tout ce petit monde au retour.



Par petits groupes, les cyclotouristes viennent profiter du ravito, ils seront environ 250 à venir se restaurer, pour certains à profiter des sièges et discuter. La convivialité règne et on retrouve des visages connus, car la St Fiacre a su s'attacher la fidélité des participants, cela se sent à l'ambiance décontractée qui règne.



Puis les derniers arrivent, et déjà ça replie de toute part, presque naturellement. Une poubelle de verre plus pleine que d'habitude, quelques papiers à ranger et un coup de propre à donner dans le club-house, et nous pourrons récupérer des efforts entrepris en gardant en tête qu'il reste des sujets d'amélioration mais avec la fierté de voir qu'au club on sait organiser et qu'il y a de nombreux membres prêts à venir donner la main...

Bruno



MA RANDONNÉE DE LA SAINT FIACRE PAR UN PARTICIPANT

Debout 5h30 pour un petit déjeuner raisonnable, je m'équipe avec mon cuissard et mon jersey tout neufs...

Hé oui, le vélo pour moi c'est 50 km quotidiens pour aller travailler (Paris/Croissy/Paris) mais je pédale quotidiennement en tenue civile. N'étant pas fou, je sais bien que 5/7 heures sur le vélo nécessiteront une attention particulière à mon popotin.

Tout s'annonce parfait, la pluie se fait entendre sur les volets du balcon, un rapide coup d'œil aux prévisions météo sur mon téléphone intelligent, il semble que c'est une petite averse qui ne va pas durer. Pluie ou pas, cette 1ère cyclo, j'y tiens, je file chercher mon destrier à la cave, mets les loupottes et en route pour Croissy via le Mont Valérien, j'ai le sentiment étrange d'aller bosser un dimanche matin à 6h15...



Cette petite pluie fine sur les premiers kilomètres laisse une chaussée luisante et probablement glissante. Je croise les jeunes qui rentrent de boîte de nuit quand je commence ma journée. Je ne m'attarde pas à la station service à laquelle un jeune qui doit en avoir marre de la vie (je pense qu'il n'a pas du conclure avec sa belle en boîte) fait le plein de sa Ford fiesta, cigarette allumée au bec.

Arrivée à Croissy à 6h55, les bénévoles m'orientent, j'ai l'impression qu'ils m'attendaient ! (je me sens important, c'est chouette).

Novice sur les cyclotourismes, je demande quand le départ est donné. Là, on m'explique gentiment que je pars quand je veux. La belle affaire ! Moi qui m'attendais à des départs organisés par petits groupes, étant venu en individuel, sans connaître personne, je n'ai pas très envie de rouler tout seul (je le fais déjà tous les jours), je ne prends pas le temps d'un café car je vois un groupe de Quintana's sur le départ, je leur demande leur programme et le dialogue s'instaure:

- vous y allez ? Sur quelle distance?

- Nous c'est la 129km.

- Ah merde, moi c'est la 65km, c'est ma première cyclo, je ne roule pas tant que cela, je vais me trouver un autre groupe...

- Non, pars avec nous, on te dira quand la 65km et la 129km se séparent. Et puis, t'inquiète, nous ne sommes pas en mode « course », donc viens avec nous et on ne va pas t'abandonner dans le fossé de toute façon.

- Ok, c'est parti.

Ca s'annonce bien, le premier écueil du roulage seul est évité.

Mes 5 "Quintana" sont du club de Rueil, on discute, nous faisons connaissance et roulons doucement jusqu'à la côte de St-Germain.

Je la connais bien cette côte, je la fais souvent en courant, et ça va être mon premier test pour voir si je vais être un boulet... ou pas.

Pascal gravit la côte sans forcer, il donne l'impression que plus ça monte, plus il va vite (moi c'est l'inverse, c'est en descente que mon quintal fait monter l'aiguille). Le reste de la troupe monte gentiment, je suis leur rythme sans trop de mal. Ouf, je crois qu'ils ne vont pas regretter tout de suite leur ouverture d'esprit et sens de l'accueil.

On roule, je prends quelques relais dans la plaine, je suis poli quand même.

A la bifurcation pour la boucle 65, mes compagnons du jour me disent : "Pour la 65, tu continues tout droit, mais tu devrais continuer avec nous, tu roules correctement, au ravito, tu verras bien, tu pourras filer sur la 90km si tu veux".

En 2 tours de pédales ma décision est prise, "ok, je vous suis".

Je suis donc parti pour la boucle moyenne, celle des 90km. Même si j'avoue que les cuisses commencent à chauffer, mais rien de trop alarmant.

Arrivée au 1er ravitaillement, c'est à gauche pour les 129km à droite pour rentrer, il n'est pas tard, le Rueil club crew me propose de continuer avec eux. Parce que "t'as fait le plus dur", selon eux. Les bénévoles du club sont plus réalistes (ou raisonnables) et me conseillent vu que c'est ma première "grosse sortie" de ne pas me mettre dans le rouge et de prendre la tangente.



J'hésite, une dernière discussion avec Marc finit de me convaincre, je continue sur la 129. C'est parti pour la grande boucle du jour.

Je suis toujours le rythme relativement aisément, sauf dans les côtes (rapport à mon quintal mentionné plus haut), eux sont affutés, ils pédalent bien, j'ai aussi remarqué qu'ils ont tous les mollets rasés. Va peut-être falloir que j'y songe... Bref, je peine un peu mais sur le plat, faux plat, je suis toujours là, dans leurs roues, tant qu'ils ne mettent pas un coup de rein, je les suis. Je constate aussi que je ne suis pas le seul à la traîne de temps en temps, ce qui me rassure malgré tout.

Arrivée au Second ravitaillement -ça fait du bien de s'arrêter et manger un peu- on file tous ensemble sur le chemin du retour. En groupe, jusqu'à la côté de Beynes.

Elle me fut fatale cette côte de Beynes, en plein vent. Elle aura raison (temporairement) de mes mollets, impossible de suivre leur rythme. Je souffre, j'avoue, je suis à la peine, le vélo est lourd, les jambes sont dures, mon vélo colle à la route !!

Le vélo colle littéralement à la route, et pour cause, une crevaison lente sur la roue arrière me donne l'impression de pédaler sur un enclume...

Je suis rincé, pas très motivé pour faire une réparation sur le bord de la route (je commence à avoir froid), je me dis qu'un coup de pompe (un vrai) devrait suffire à m'emmener jusqu'à Croissy... Erreur. Tous les 5 km faut que je remette un peu de pression dans la CAA.

Ok, je vais me poser, je m'écarte du chemin balisé, file dans St Nom, me commande à la boulangerie une quiche chaude au thon et tomate, un coca, un thé bien chaud. Puis une fois tout ça ingéré, je m'attelle à ma roue. Je tente de réparer, mes rustines collent autant que les fesses d'un bébé pleines de talc. Ça m'énerve !!

Pas grave, je prends la CAA de rechange. Impossible de gonfler la Chambre à air de secours, je joue du démonte-pneu et me mets un bon coup (le démonte pneu qui ripe) entre l'ongle et la peau du pouce. Aie, j'ai le doigt en sang, mais je suis un peu anesthésié par les efforts de la matinée, ça pique un peu mais pas plus.

Je me résous à repartir pour les 20 derniers kilomètres, avec toujours la crevaison lente, donc tous les 5km, arrêt pompage dans la forêt de St -Germain. (Le pompage se fait en tout bien tout honneur, sans mesdemoiselles qui traînent dans la forêt de St Nom/St Germain).

Je finis par arriver à Croissy vers 13/13h30, avec un sentiment mitigé : je suis content d'en avoir fini mais frustré de m'être fait ch.er sur les 20/25 derniers km avec cette crevaison. Mes compagnons m'ont abandonné à mon triste sort mais j'aurais probablement fait pareil et ils m'ont probablement attendus, un peu sur la route puis à l'arrivée. Mais à l'heure qu'il est, ils sont probablement en train de manger le poulet rôti à la maison. Je pense avoir perdu en gros deux heures avec ma crevaison. Après m'être ravitaillé à nouveau à coup de coca et saucisse au barbecue, je répare ma crevaison au club, aidé par un membre du CCC, merci à lui.

J'appelle ma femme: "je suis à la maison dans 45min". Je rentre à Paris, avec une belle roue toute dure, je gravis le mont Valérien comme un rien. Finalement ma pause m'a fait du bien, la réparation de la crevaison aussi.

Bilan : Belle journée, belles rencontres de Pascal, Marc, Jean-Paul, Serge, Robert: MERCI les Gars. Belle organisation du club, les bénévoles hyper gentils et prévenants. Bravo et merci à eux/elles.

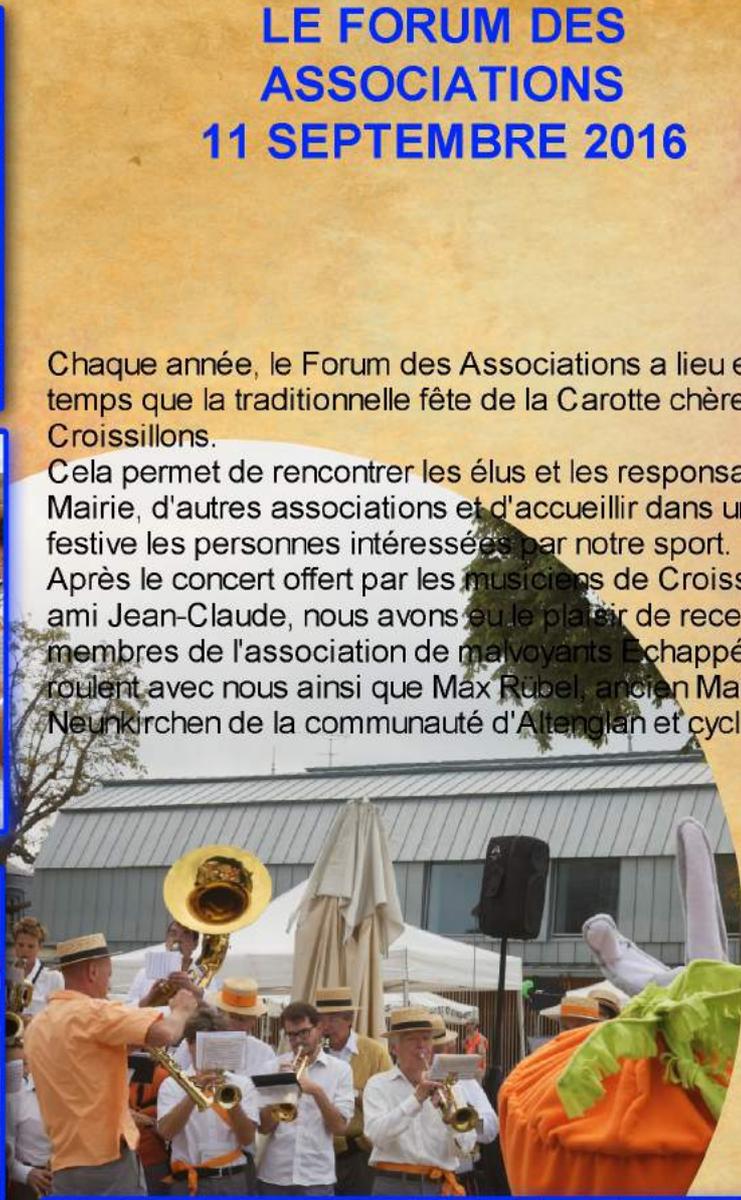
Le vélotaf 2x1heure/jour et enquiller 7 heures, c'est pas tout à fait le même effort et la même chose même si je sais que mes 50km quotidiens m'entraînent finalement plutôt bien. Je crois que je suis prêt pour la Levallois-Cabourg, avec un deuxième bidon (que j'ai eu la flemme d'acheter hier).

En tout cas, un baptême réussi, merci à vous tous pour avoir fait de ma découverte du monde de la cyclo, une réussite.

Voilà à bientôt (peut-être sur la Levallois Cabourg, qui est mon défi de l'année en vélo "avalé un 200 en 2016")

Jérôme

LE FORUM DES ASSOCIATIONS 11 SEPTEMBRE 2016



Chaque année, le Forum des Associations a lieu en même temps que la traditionnelle fête de la Carotte chère à tous les Croissillons.

Cela permet de rencontrer les élus et les responsables de la Mairie, d'autres associations et d'accueillir dans une ambiance festive les personnes intéressées par notre sport.

Après le concert offert par les musiciens de Croissy dont notre ami Jean-Claude, nous avons eu le plaisir de recevoir des membres de l'association de malvoyants Echappées Belles qui roulent avec nous ainsi que Max Rubel, ancien Maire de Neunkirchen de la communauté d'Altenglan et cycliste aguerri.

LA FLECHE 2016

DIRECTION LES CHATEAUX DE LA LOIRE

Beau programme avec une météo prévue mitigée qui s'est avérée sans pluie et du soleil en fin de matinée ;

Nous voici partis en 2 groupes direction Vendôme : le groupe des « costauds » ayant droit à une grasse matinée. La vallée de Chevreuse pour prendre la poudre d'escampette et longer le Perche en passant à l'ouest de Chartres.

1ère étape : pique-nique à Courville sur Eure.

Le vent de la Beauce fut l'occasion de perfectionner l'art de rouler en peloton avec toute la pédagogie de Gérard Boudet et sans s'épuiser en prenant des relais pour profiter de la protection de ses coéquipiers : s'économiser et se protéger, tout en maintenant une vitesse constante.

L'arrivée à notre hôtel « le Manoir de la Forêt » qui porte bien son nom a été suivi par l'apéro, incontournable moment de convivialité toujours apprécié avec les 14 participants à cette Flèche 2016. Le dîner, savoureux, a confirmé le bon choix de l'endroit.



Journée de dimanche : parcours et restaurant à la carte :

Retour vers Croissy pour les uns,

Balade de 40, 60 157, 182 ou 203 : selon l'envie ou la forme du jour avec au programme les Châteaux de Chambord et Cheverny.

Déjeuner au château de Blois, dans la bonne tradition culinaire du séjour que certaines ont préféré boycotter pour profiter au maximum de la petite reine...

Dîner au manoir confirmant toutes les qualités de la table.



Lundi : retour via la vallée du Loir et la forêt de Rambouillet

Traversée de la vallée du loir sur un parcours ciselé (côtes à 13%, eh oui même en Beauce cela existe) par l'enfant du pays (Olivier Lassal), élevé à Saint Christophe, ce qui l'a prédestiné au vélo.

Déjeuner réussi à St Pia où Guy Vercauteren nous a rejoint nous apportant le beau temps ; la traversée de la Beauce a été une nouvelle fois l'occasion de réviser l'art de rouler en peloton.



La Flèche, c'est une formule souple qui s'adapte aux disponibilités de chacun :

- Disponible une journée : samedi, dimanche ou lundi.
- 2 Jours : aller samedi et retour dimanche,

Ne ratez surtout pas la Flèche 2017 et demandez le programme !

C'est du 9 au 12 septembre 2017

Samedi : Levallois-Cabourg, la célèbre randonnée

Dimanche : journée à la carte dans un hôtel magnifiquement placé face à la mer et accès direct à la plage

Lundi : retour tous ensemble à Croissy.

Attention, il n'y aura pas de la place pour tout le monde ! Et c'est du 9 au 12 Septembre 2017. Réservez dès à présent.

Enfin un grand merci à Olivier Lassal pour l'organisation et ses choix judicieux, à Yves Scharff (qui n'a pas pu participer) pour les parcours GPS et à Marie-Christine Schneider, Marie Sylvie Leforestier et Sylvie Lassal pour avoir partagé cette Flèche avec nous et assuré le transport des bagages.

Patrick Gillard-Chevallier

TOUR DE CORSE

21 SEPTEMBRE AU 2 OCTOBRE 2016

Après la déception de ne pas avoir participé en 2015 au stage de Figanières pour raison médicale, j'étais impatient de m'inscrire à ce Tour de Corse 2016 qui constituait pour moi une première expérience de randonnée à vélo de 10 jours hormis les stages organisés par le Club. Mes nombreuses années en expatriation me laissaient très peu de temps pour pratiquer le vélo qui pouvait aussi être assimilé à une forme de suicide à cause de l'indiscipline des conducteurs locaux syriens, libyens, angolais, chinois, iraniens et yéménites.

Revenons en France et me voilà donc parti direction Toulon par un train de nuit à la Gare d' Austerlitz avec la chance de pouvoir rester seul pendant tout le voyage dans un compartiment de six couchettes. Cette désaffection des voyageurs explique certainement la décision de la SNCF de supprimer ces trains à l'été 2017.

L'arrivée à Toulon se fait sous un soleil de plomb qui ne nous quittera pas pendant ces 10 jours, on en reparlera. Après un petit-déjeuner réparateur, je pars à la recherche d'un endroit sûr pour déposer mon vélo jusqu'au soir mais mes efforts restent vains, tant pis.

Le rendez vous sur le parking du port de Toulon à 18.00 heures permet de faire connaissance des autres participants originaires de toute la France. Les vélos sont déposés dans la cale du bateau alors que les cars et camions manœuvrent en marche arrière pour stationner, un peu dangereux.

Après une courte nuit dans le bateau et la sortie à pied du terminal portuaire d' Ajaccio, nous entamons une longue marche avec nos vélos jusqu'au parking où Gérard Colombani nous accueille avec du café et donne les principales informations sur le séjour. Nous en profitons pour mettre les plaques de cadre, vérifier les vélos et remplir les gourdes. Nos premiers vingt kilomètres pour sortir de la ville se font en convoi derrière la fourgonnette du Corsica Club avec gyrophare pour assurer notre protection jusqu'au premier col où les fauves sont lâchés.



Programme des 10 étapes :

- AJACCIO / PROPRIANO 100 Kms
- PROPRIANO / PORTO-VECCHIO 110 Kms
- PORTO VECCHIO // ZICAVO 105 Kms
- ZICAVO / CORTE 98 Kms
- CORTE / PIEDICROCE 110 Kms
- PIEDICROCE / SAINT FLORENT 96 Kms
- St FLORENT/St FLORENT (Cap Corse) 122 Kms
- SAINT FLORENT / ALGAJOLA 80 Kms
- ALGAJOLA / PORTO 90 Kms
- PORTO / AJACCIO 100 Kms

Au total environ 1 000 Kms pour un dénivelé global de 20 000 mètres.

S'il fallait retenir la plus belle étape, je voterais pour le circuit du Cap Corse, avec son pique-nique en haut du col de Sainte Lucie, épisode qui a constitué pour moi la journée la plus difficile physiquement..... Pierre ne me contredira pas.

La traversée des Gorges du Piana après Porto et l'arrivée au sommet du col avec une vue à couper le souffle sur la mer ont participé à un autre moment de ravissement.



Nous ne pouvons passer sous silence nos 2 ballades en bateau pour visiter près de Bonifacio l'archipel des Iles Lavezzi et près de Porto, la réserve naturelle de Scandola classée au Patrimoine mondial de l'humanité par l'Unesco.

Une mention spéciale à l'église Saint Michel de Murato, au style pisan bicolore à l'alternance de pierres de couleur verte (chlorite) et blanche, construite en une nuit par des anges qui, ensuite, détruisirent la forêt alentour pour qu'elle soit visible.

L'organisation a été parfaite, bravo pour les organisateurs de ce périple qui ont réussi le sans-faute en nous « imposant » une demi-heure de pluie pendant ces dix jours. Remerciements sincères à vous Isabelle, Bernard, Chantal, Gérard et Roland de nous avoir fait découvrir et aimer la Corse lors de ce séjour cyclotouriste.



Cette randonnée en vélo dans l'île de Beauté rentre définitivement dans mon Top 3 des endroits visités dans le monde après le Yémen et l'Iran.

Pas de chutes à déplorer et au rayon mécanique un dérailleur cassé ce qui n'a pas eu l'air de trop perturber le cycliste concerné puisqu'il a continué allègrement son périple et le cadre « fissuré » du vélo de Jean Marie qui n'a pas pu malheureusement terminer son tour de Corse en vélo mais dans la voiture balai avec Isabelle.

Le seul bémol sur ce séjour concerne l'état de certaines routes qui s'apparentent plus à des chemins de terre propice au VTT qu'à des routes praticables. La descente de 5 kilomètres sur ALGAJOLA restera dans ma mémoire comme un interminable supplice pour mes muscles fessiers et aussi pour le vélo dont les nombreux gémissements me terrifiaient.

Prêt pour le prochain périple.



D. FRATRAS



Levallois-Cabourg



Vélo-restau



Levallois-Cabourg



Levallois-Cabourg



Levallois-Cabourg



Levallois-Cabourg



Levallois-Cabourg



Reconnaissance



Tour de Co



CYCLO-CLUB DE CROISSY-SUR-SEINE



www.ccc78.com

25bis rue de la Procession
78290 CROISSY-SUR-SEINE