



**R.T.T Route & Tout-Terrain**  
Toute l' info des réunions de votre club



Année 2, Numéro 29

3 août 2007

**LE MOT DU PRESIDENT**

Ce dimanche 15 juillet a eu lieu la randonnée de la Saint Jacques, la 30<sup>ème</sup> déjà, comme le temps passe ! Mais les bonnes volontés ne se lassent pas et nous nous sommes retrouvés à une bonne trentaine pour organiser cette manifestation toujours aussi conviviale. Un grand merci à tous ceux qui ont donné de leur temps pour que cette randonnée se déroule sous les meilleurs auspices. Que ceux qui ont hésité à venir nous rejoindre sachent que ce service n'est pas une corvée, même s'il faut se lever (un peu) plus tôt que d'habitude, car la satisfaction de rencontrer des têtes nouvelles et de voir les cyclos arriver puis repartir plus que satisfaits de notre prestation est notre plus belle récompense. Merci à tous.

**LE VELO AILLEURS**

On vous l'avait dit dans le dernier RTT. Si vous avez l'occasion de découvrir des itinéraires en dehors du club, faites le nous savoir. Racontez vos « aventures » qui donneront peut-être l'idée de suivre vos traces ! Dans ce numéro : l'Ardéchoise – les Vosges – le BRA – le col de Pailhères...et Sainte Marie ! Ailleurs c'est aussi un air de vacances.

**POURTANT ... QUE LA MONTAGNE EST BELLE**

S'agissant de ce département intégré dans la région Rhône-Alpes, le critère relatif à la beauté des paysages, mais également au caractère des villages, s'impose de lui-même dès l'arrivée à Saint Félicien, le point de rencontre septentrional de l'Ardéchoise. A ce rendez-vous annuel des clotouristes

et sportifs en provenance de différents pays européens, nous étions pour cette édition 2007 plus de 13 000 participants ayant opté pour une dizaine de parcours plus ou moins exigeants.

Pour ma part, j'avais retenu le tout dernier de la liste, à savoir « les gorges – montagne ardéchoise » soit 600 km à boucler en 3 jours avec un dénivelé total de 9850m. Cela paraissait présomptueux en découvrant la topographie du 07 autour de Privas et au bout du compte les 570 km effectivement parcourus dans un contexte très agréable donnèrent entière satisfaction au sociétaire de l'A.C.Canet parti de Sainte Marie la mer le mercredi 20 juin avec comme accompagnatrice privilégiée son épouse Marie Françoise.

Dans l'ensemble, voyage et séjour furent positifs si bien qu'après avoir vanté les mérites de la Corse du Sud, je ne saurais trop recommander une randonnée de 2 jours complets dans les gorges, en excluant la cyclo sportive du samedi, a priori réservée aux licenciés FFC et UFOLEP.

PS : pour information, sachez que les différents parcours s'échelonnent entre 66 et 600 km (dénivelée minimum : 1081m) en passant par 120 km (les « Boutières »), la Volcanique sur 171 km, les Sucs sur 223 km, l'Ardéchoise Vélo Marathon sur 268 km, les Hautes terres sur 336km, la Tanargue 364 km, la Montagne ardéchoise 420km, la Châtaigne entre 345 et 550 km cf. brochure la Superbe Ardéchoise (ACC).

**Dans ce numéro :**

Le mot du Président	1
Ailleurs	1
La montagne est belle	1
Les Vosges	2
Les Alpes	2
2001	3
Ste Marie VTT	4
ST-JACQUES	4
Infos CODEP/FEDE	4
Passer à la caisse	5
Concentration d'Automne	5
People	5
VTT pour tous	5
Nos peines	6
Le programme du mois	6
Coût de froid sur l'ACC	6

**PARTICIPATION**

- Présent: 35 ( - )
- Excusé: 6 ( )
- Absent: 38 ( )

**DATE A RETENIR**

7 Sept : Réunion

## LES VOSGES, C'EST SUREMENT TRES BEAU

...s'il ne pleut pas ! Michèle et Bernard avaient projeté de faire 4 jours de randonnée à vélo dans les Vosges à l'occasion d'un voyage dans la famille à Nancy. Tout était prêt : les vélos révisés, les itinéraires mûrement concoctés, les hébergements réservés, mais il s'est avéré qu'il manquait l'essentiel : une météo favorable. Du coup, la montée de la route des crêtes à vélo a été remplacée par la descente dans les caves de la route des vins en voiture. Quelques petits cols quand même arrachés à la pluie, mais pas de quoi satisfaire l'appétit d'un centcoliste. Et pourtant, s'il ne pleut pas, c'est sûr, les Vosges, c'est super pour le vélo : de belles routes au revêtement impeccable, de larges virages, des pourcentages honnêtes...et des paysages certainement superbes. On y retournera.

## LES ALPES, C'EST SUR C'EST TRES BEAU

Dans la série on va voir ailleurs si c'est mieux qu'ici, 5 membres du club et 3 épouses sont allés voir le paysage du côté de Grenoble. Le prétexte : faire le BRA, en clair, le Brevet de Randonneur Alpin. Ou plus précisément, le BAC, c'est à dire le Brevet Alpin Cyclotouriste. La différence ? On fait le 1<sup>er</sup> en 1 jour et le second en 2. Quand on sait qu'il y a près de 5000m de dénivellée pour 250 km de distance, on comprend qu'on ait choisi la seconde solution. Et pour rentabiliser le déplacement, on a rajouté auparavant la montée à l'Alpe d'Huez et à la suite un col à plus de 3000m en VTT.

1<sup>er</sup> jour donc : l'Alpe D'huez et ses 21 virages. On a eu le temps de les compter pendant l'heure et demie d'ascension. Et dire que le record

est de 35 minutes. Mais on n'était pas là pour battre le record. Seulement se faire plaisir. Et comme il y avait un col 300m plus haut, on y est allé. Et un autre col, à 1999m très précisément, on y est allé aussi. Très belle balade en altitude où Michèle nous a accompagnés.

2<sup>ème</sup> jour : le BAC 1<sup>ère</sup> partie. Le point d'orgue : la Croix de Fer à 2042m, sans oublier le Glandon tout à côté. Et à proximité du sommet, une figure bien connue des protagonistes Bernard, Maurice, Michel G, Joël et Jean Pierre : Michel Précloux venu en voisin nous offrir une « pression » dans le chalet de son fils à Saint Sorlin. Appréciable ! Encore un effort avec le col du Mollard et on arrive à Saint Michel de maurienne.

3<sup>ème</sup> jour : le BAC 2<sup>ème</sup> partie. Le télégraphe d'abord, à froid, c'est pas évident. Puis une petite descente et le majestueux Galibier et ses 2642m escaladés en 2 heures. Oui, on le sait, beaucoup vont plus vite, mais 2 heures, c'est déjà pas mal. Une pensée pour Jean Cintas qui l'a monté naguère par ses 2 faces le même jour. Et ensuite 80km de descente en faisant au passage le col du Lautaret. Halte bière à la Grave où nous rejoignent les épou-

ses devant le superbe glacier de la Meije. A l'arrivée, une pensée pour Jean Louis Meillier qui a fait 3 BRA, donc en 1 jour !

4<sup>ème</sup> jour : certains avaient encore envie d'en découdre. C'est ainsi que Michel s'est dirigé vers la Bérrarde, et les 3 chasseurs de cols sont partis à la conquête d'un « 3000 » pour leur collection. Le col du Jandri, culminant à 3151m, l'un des quatre 3000 français accessible en VTT, fut choisi. Vu la météo menaçante, d'un commun accord, les 3 chasseurs commencèrent la randonnée en téléphérique, pour gagner du temps. Gain de temps ? Pas si sûr vu les fréquents arrêts dont un d'1/2 heure à 30 m de l'arrivée – rageant - dus aux rafales de vent. Rafales si fortes que les épouses accompagnées par Maurice préférèrent redescendre à pied. Descente à la gare intermédiaire puis ascension à VTT ou plutôt à côté du VTT en direction du Jandri. Nombreux arrêts là aussi à cause du vent. A côté de ces bourrasques, notre tram' nous paraissait être une aimable brise. Sans doute des pointes à 150 km/h qui nous obligeaient à retenir nos VTT pour qu'ils ne s'envolent pas (et je ne suis pas de Marseille !).



Enfin, on a réussi ! Heureusement, il n'y avait plus de neige sur la piste. A peine le temps d'admirer le panorama. A côté de nous, le glacier et ses remontées mécaniques figées aujourd'hui à cause du vent. Puis début de descente à pied, toujours en retenant nos VTT.

Au total, 4 jours intenses, des cols légendaires, des paysages superbes, le plaisir pour 3 d'entre nous d'être accompagné par leur épouse. Et la démystification de ces fameux cols. Quand on se demande après coup quel est le col le plus dur, difficile de répondre. Ils sont tous durs ! Mais accessibles pour un grand nombre d'entre nous à condition d'être entraînés, et surtout de bien gérer l'effort. Et quelle satisfaction de les avoir passés. Le prochain BAC, c'est dans 2 ans,

## 2001 M ET LES AUTRES

Dring dring. »Edouard, veux-tu faire le port de Pailhères, c'est un col où passe le tour de France ? – OK Jean. RDV demain 6h15 ». Et nous voilà partis tous les 3 vers Axat avec Bruno. 7h30 liaison Axat – Quillan comme mise en jambe pour aborder le col du Portel 601m. Ensuite la route du palteau de Sault, puis le col des Gourdans 889m, Belcaire et le col des 7 frères 1253m. Ca ressemble aux monts d'Auvergne. Magnifique. Col de Hazmare 1361m, col de Choula 1431m. descente sur Ascou par la forêt (avec une pointe à plus de 100km/h !!!), début de la montée à partir de la Forge pour 117 km entre 7 et 11% pour le col mythique de Pailhères. Nous arrivons 2 heures plus tard, quelque peu entamés, passons le col, 2001m. Ouf et là, mes amis, quel panorama ( Roc Blanc 2540m, pic de Gemevre 2400m... ). Brève pause – il faisait frais – et nous voici repartis. Petite bière au passage de Mitjanès et retour par le défilé des gorges de Saint Georges. Axat - grosse bière – avec 115km et 3050m de

dénivelée au compteur. Dur, mais magnifique. A bientôt



Mais Pailhères c'est aussi là que l'on pouvez admirer les coureurs du Tour de France. A cette date on ne parlait pas encore de dopage; les performances en dents de scie des forçats de la route pouvaient nous laisser croire en un Tour propre. Hélas il n'en fut rien. Mais à regarder de plus près les photos prises ce jour de déroute pour Vino, je reconnais Patrice avec son maillot ACC en compagnie d'un Liquigaz à 4 minutes des hommes de tête à

2.5 km sous le sommet. Voyez comme il est souriant. Son équipe pas très riche n'a pas de voiture suiveuse, il promène son matériel de secours et son casse-dalle dans un sac à dos. Sur le côté droit de la photo, on aperçoit son directeur sportif qui l'encourage. Avec quelle potion magique peut-il se permettre de grimper si facilement?

Au sommet du col notre représentant passe seul après avoir lâché son compagnon d'ascension.

Après une descente prudente dans les voitures et un arrêt pour s'enfiler une p'tite bière, il file vers les dernières côtes qui le mèneront vers sa douce Adélia.

Sur les routes pentues de la fin de cette étape, chaque coup de pédale est un enfer qui ne fait avancer la machine que de quelques petits mètres, c'est le tarif quand on roule à l'eau claire. A l'arrivée pas de pom-pom girls, un bisou d'Adélia.



## ON A FAIT DU VTT A STE MARIE

Le VTT, ce n'est pas forcément en montagne, dans des sites superbes certes, mais escarpés. Le VTT c'est aussi le moyen de découvrir sa ville tout simplement. C'est dans ce sens que la commune de Sainte Marie a élaboré 3 circuits VTT de 7, 14 et 20km au départ de la mairie. Ces circuits, faciles, sont fléchés et de couleur différente. Une bonne occasion de faire du VTT facilement, c'est une idée quand souffle la tramontane. Et pour faire un peu de publicité à cette initiative, Monsieur le Maire en personne a guidé une randonnée à la découverte du circuit 7km, à laquelle étaient conviés les membres du club de Canet. Avis des participants : c'est une bonne idée pour faire du VTT en famille ou avec des amis non cyclistes. « Vaut le déplacement ».

## LA SAINT-JACQUES

Une première question est venue à l'esprit de beaucoup de participants : pourquoi notre randonnée a-t-elle lieu si tôt, une semaine avant le jour de la Saint Jacques ? Réponse très simple : parce qu'au calendrier départemental, elle figure toujours à la date du 3<sup>ème</sup> dimanche. Cette année, c'était donc le 15, l'an prochain, ce sera le 20, plus proche du « bon » jour. Soleil, mais vent. La veille, la randonnée de Saint Laurent. Quand on additionne ces 2 paramètres, on a toutes les raisons d'être inquiet quant à la participation. Et pourtant, on a eu du monde : 322 cyclos très exactement. L'an dernier, 350, mais les années précédentes, un peu plus de 300. Donc résultat plus que correct.

Quelques chiffres :

Les meilleures représentations :

Saint Cyprien : 29

Le vélo Club des Albères : 23

L'ARC (mais oui !) 20



Rivesaltes : 18

Saillies et Elne : 12

On a noté 199 membres des PO et 123, dont 8 étrangers, extérieurs au département.

Et après l'effort, le réconfort : l'apéro, offert par la mairie, et la grillade, c'est devenu une tradition, sous le chapiteau, aux portes du club. Super, ce site : on est à côté de nos installations, à l'ombre ... mais aussi en plein vent ! Pas grave, le 4X4 de Gégé a fait office de pare vent. Merci et bravo à nos 4 cuisiniers qui se sont mis...en 4 pour ravir nos papilles et servir 71 repas au lieu des 59 prévus. C'est une chance pour notre club de disposer de talents variés qui savent se mettre au service de la collectivité.

## BRÈVES DU CODEP

Une première question est venue à l'esprit de beaucoup de participants : pourquoi notre randonnée a-t-elle lieu si tôt, une semaine avant

## BRÈVES DU CODEP

« Tous à vélo dans l'agglomération » : la communauté d'agglomération sollicite comme chaque année le « monde » du cyclotourisme pour participer le samedi 22 septembre

prochain à cette journée notamment pour l'encadrement des pelotons. Avis ACC : c'est une bonne initiative. Il est demandé à tous ceux qui sont disponibles de participer à cette matinée.

\* **Ronds points** : le cycliste doit toujours rester à droite. Avis ACC : on le répète à longueur d'année, mais tout le monde ne respecte pas encore cette règle.

\* **Règle d'or** : cyclos, si vous voulez qu'on vous respecte, respectez les autres usagers de la route. Sans commentaire.

## BRÈVES DE LA FÉDÉ

Toujours beaucoup de messages administratifs dans la revue de la fédé, mais quelques nouvelles qui peuvent intéresser tout le monde : les dates des cyclo-montagnardes 2008 :

- brevet des cimes Luchon-Bayonne : 7-8 juin
- brevet de randonneur du Jura à

(Suite de la page 4)

- Lons le Saulnier : 14-15 juin
  - circuit des Aravis à Annecy : 28 et 29 juin
  - brevet randonneur des Pyrénées centrales à Saint Gaudens : 5 et 6 juillet
  - brevet de randonneur du Forez à Feurs : 12 et 13 juillet
- Les semaines fédérales à venir :
- 2008 : Saumur – 2009 : dans le Nord – 2010 : Verdun – 2011 : en Normandie.

#### Licences :

- Au mois de septembre, pour toute licence fin de saison prise par un adulte, une deuxième licence est offerte à un membre de sa famille.
- La licence augmente de 0,50 ct
- Revue FFCT : tout nouveau licencié peut obtenir l'abonnement pour 15€

#### Règlement des manifestations de cyclotourisme en France :

Les randos, type « saint Jacques » rentrent dans un « moule » administratif légèrement plus contraignant.

## CONCENTRATION D'AUTOMNE

C'est traditionnellement la dernière randonnée départementale. Organisée par le CODEP, il faut cependant un club support pour l'aider. Cette année, notre club qui ne l'avait pas faite depuis longtemps s'est porté volontaire. Ce sera le dimanche 15 octobre. On demandera quelques volontaires, mais moins que pour une Saint Jacques. Pas de distribution de tracts, pas de fléchage, pas de grillade. Mais 2 ravitaillements et quelques postes au départ place Mèd' à tenir. A l'issue apéro et repas à Malibu. On en reparlera, mais pensez-y dès maintenant. Vous le savez, le temps passe vite !

## PEOPLE

Mariage de Yannick Bonnet ce samedi 21 juillet à Sainte Marie. Une quinzaine d'entre nous ont fait une haie d'honneur « cycliste » à la sortie de l'église. Nous souhaitons tout le bonheur possible aux jeunes époux...et que Yannick n'oublie pas de faire du vélo !

## PEOPLE *suite*

Margaux, la petite fille de Marcel Fabre est sacrée championne d'Europe des moins de 15 ans sur 400m nage libre. Elle fait en plus 3 autres podiums. Bravo à celle qui est meilleure que Laure Manaudou à age égal ! Et merci à Marcel pour le pot qu'il nous a offert en son honneur.

## VTT POUR TOUS

Jean Pierre propose une sortie VTT de la journée accessible à tous, à la seule condition d'être muni d'un VTT ou même VTC. Niveau : facile/moyen, uniquement de la route ou piste forestière. Les dames sont les bienvenues !  
Date : samedi 1er septembre  
Lieu : départ de « le Vivier » au sud de St Paul de Fenouillet – forêt de Boucheville  
Parcours : 45 km avec pique nique sorti du sac  
Inscriptions sur la feuille affichée au tableau.  
Venez nombreux découvrir ou redécouvrir le VTT !

## DES SOUS SVP !!!

Le séjour à Saint Lary Soullans (13-16 septembre) approche, ce qui veut dire en d'autres termes, qu'il faut régler le reliquat, à savoir :  
Cout du séjour (rappel):

40 € par personne/jour déduire les arrhes versés

Et ce avant le 15 aout, merci de faire le nécessaire !  
Fin aout, vous aurez la petite brochure traditionnelle qui donnera tous les renseignements, en particulier sur les activités vélo ou non.  
Au fait, il reste des places, mais faites vite.



## LE PROGRAMME DU MOIS

DATE	HEURE	RANDONNEE	ORGANISATION	OBSERVATIONS
05 août	07:30	29ème Rando de l'amitié	Saleilles	
08 août	07:30	Rando Mar y monts	Argelès	
12 août	07:30	32ème Rando de Rivesaltes	Rivesaltes	
19 août	07:30	Rando Illibérienne	Ille sur têt	
26 août	07:30	Rando club	ACC	
01 sept	07:30	Rando Philippe Casado	St-Estève	

## NOS PEINES

Le club apporte tout son soutien à Claudine et Jean-Pierre à l'occasion du décès de la belle-mère de JP Lambert.

## UN PEU DE FRAICHEUR DANS UN ETE TORRIDE

NO COMMENT



**Bonne route !!!**