



>>> *Vélo Contact* <<<< *2014*



Ville de Valldemossa Ile de Majorque

L'année 2014, par une météo exécrable n'a pas permis à chacun de pratiquer son sport favori quand il le désirait.

Malgré cela, nous avons participé à une trentaine de randonnées ou de séjours, soit en vélo route, soit en VTT.

Certains constateront dans le bilan d'activités que certaines participations n'apparaissent pas, c'est pourquoi on vous demande si vous souhaitez qu'elles paraissent dans le bilan et dans Vélo Contact, de nous communiquer les informations dès la fin de saison.

Que tous ceux qui ont œuvré cette saison pour le club en soient cordialement remerciés.

Depuis l'AG du 23 octobre 1998 j'assurais la fonction de Président de notre section cyclotourisme de l'US Siran dont je me dois de remercier toutes celles et ceux qui m'ont aidé à dynamiser notre club.

Mais usé par ces 16 saisons de Présidence et accaparé par d'autres motivations au service de notre commune, je me vois dans l'obligation d'arrêter la lourde tâche de Président de l'US Siran cyclotourisme n'ayant plus l'ardeur nécessaire et le temps pour m'en occuper correctement.

Oui j'arrête la Présidence mais je ferai toujours partie de la grande famille des cyclos siranais où j'ai vécu tant de merveilleux moments inoubliables et je souhaite de tout cœur énormément de belles et d'agréables saisons à l'US Siran cyclotourisme et assure celles et ceux qui auront en charge l'avenir de notre club de mon loyal soutien au sein de la municipalité.

Je vous souhaite à toutes et à tous une belle saison 2015 de tourisme à vélo.

Pierre Sol.

Le Nouveau Bureau

Président . Jeannot Fournol
Vice Présidents . Marc Bayle,
 Emile Monbertrand,
 Pierre Sol
Secrétaire . Chevallier Gérard
Secrétaire Adjoint . Maury Didier
Trésorière . Nicole Soulhac
Trésorier Adjoint . Mortessagne Henri

Membres
 Barbet Bernard
 Prieu Jean
 Salacroup René
 Laporte Michel

Sommaire	pages
Le mot du nouveau président, la lettre de René Salacroup	3
La saison de Bernard Bardi, la rando des châtaignes vue de l'école cyclo	4
La Ratabouillade hivernale	5
Tarif club des licences	6
Denis Berthaud, toujours...	7
Les sorties club en 2014	10
Les prévisions de sorties pour 2015, les sorties de l'école cyclo en 2014	11
Déceler une attaque cérébrale	12
BCMF Massif Central, Souvenirs souvenirs...	13
Assemblée Générale, présentation Milou	14
Bilan financier, lettre de Michel Asfaux, petite sortie au Puy Mary	16
Le vélo...	17
Séjour cyclo avec enquête exclusive	18
Le BCMF vu par Maxence	19
Cyclo-montagnarde à Aurillac	20
La vallée du Célé « l'échappée belle »	22
Les Clarines	23
Rétrospective	25
Vélo électrique	27
Amendes encourues par les cyclistes	29

Relevé de courses de Florentin Beyssac, Saison 2014

Licencié ACV Aurillac Cadet 1^{ère} année

Belle saison de Florentin avec une belle 2^{ème} place à Rodez en fin de saison. En 2015 il va rouler en cadet 2^{ème} année, il sera plus compétitif et décrochera sa 1^{ère} victoire, en tous cas c'est ce que nous lui souhaitons !

Date,	lieu	classement.	Date,	lieu	classement.
1/03	Maur	6/9	12/07	Tour du Cantal 4 ^{ème} étape	45/81
08/03	Vézac	5/8	20/07	Gourdon	25/58
09/03	Nohic	48/82	27/07	Pomarède	19/39
16/03	Sansac de Marmiesse	10/36	2/08	Reilhac	13/19
29/03	Tour du Cantal Cadet 1 ^{er} étape	49/102	6/08	Marcoles	29/59
6/04	Clerlande	18/64	10/08	St Martin de Vers	18/27
13/04	GSO : Bussière- Galant	87/136	15/08	Biars sur Cère	11/32
27/04	St Michel Loubéjoux	17/29	17/08	Yrac	5/20
3/05	Contre la montre à St Chamont	7/10	29/08	Poitiers : Trophée Madiot	120/147
8/05	Collandre	8/13	7/09	GSO	51/97
11/05	Tour du Cantal Cadet 2 ^{ème} étape	42/90	14/09	Rodez	2/41
29/05	GSO 2 ^{ème} étape	88/140	20/09	Championnat D'Auvergne à Clermont Ferrand	11/55
1/06	Vernine	11/37	21/09	St Cyprien sur Dourdou	11/30
8/06	Lavoite Chilhac	32	27/09	Capdenac le Haut	11/28
13/06	GSO Piste	?			
22/06	Tour du Cantal cadet 3 ^{ème} étape	42/89			
5/07	Puy Mary	5/7			

Total 31 courses

Vélo Contact

Voici le 21ème vélo contact, revue annuelle de notre club qui a paru sans interruption depuis 1994. Elle est le reflet de notre activité au sein de notre club, qui est ouvert à tous les cyclotouristes, de tous âges, de toutes origines, de tous bords. Nous devons montrer un visage ouvert, tolérant communiquant, respectueux de ceux qui travaillent pour le faire vivre, et regarder vers l'avenir.

Il y a de la place pour tout le monde, et l'on peut pratiquer à sa convenance, seul, en groupe, ou en famille. Le cyclotourisme est une bonne activité, un sport sain, qui est pratiqué de plus en plus en ce début de siècle. Nous sommes 125000 au sein de la fédération française de cyclotourisme à partager nos valeurs qui sont l'amitié le désintéressement, l'entraide en dehors de toute compétition, les dirigeants sont tous des bénévoles, tous pratiquants, il y a 3200 clubs en France, chacun peut y trouver son type de pratique, familiale, sur des circuits faciles, amicale en participant aux randonnées des club des alentours, sportive en réalisant des brevets longue distance comme notre jeune Rémi Mespoulhes,

Montagnardes comme Jacky Reynt ou Bernard Bardi, aventureuses dans des sorties de Haute montagne comme Emile Monbertrand.

Ce sport est bon pour la santé, il permet de faire travailler tout le corps, de la tête aux pieds à condition de s'entraîner régulièrement et progressivement, l'endurance ça ne s'acquiert que si l'on respecte ces règles et le bénéfice que l'on en retire est important, c'est tellement vrai que les cardiologues conseillent le vélo aux victimes d'infarctus. Il faut savoir aussi se réhydrater et doser son effort.

Le cyclotourisme est loisir, découverte, amitié, évasion, voyages, joie de vivre.

Les contraintes familiales ou professionnelles sont des obstacles aux voyages, mais point n'est besoin d'aller bien loin, il y a tant de belles choses à coté de chez nous, si nous voulons nous donner la peine de les découvrir. Les choix sont si divers et les souvenirs si intenses qu'ils nous remettent sans cesse en selle.

Je remercie Jean Pierre Fort, le rédacteur de ces revues, pour le travail remarquable qu'il a fait tout au long de ces années, et souhaite qu'il continue encore un peu.

Merci à tous ceux qui ont participé aux activités du club pour la saison qui s'achève, vous souhaitez de bonnes fêtes de Noël, et pour la nouvelle année, une bonne santé à vous et votre famille.

Jeannot

La lettre de René Salacroup

Je ne veux pas m'apitoyer sur mon sort, mais je ne suis pas comme le bon vin qui s'améliore en vieillissant. Il y aura des jours meilleurs, me dis-je souvent... Cette année pas guère mieux que les autres. J'ai passé deux mois à l'hôpital de Saint Céré et un mois en rééducation à Albi, pour me remuscler, car deux mois sans efforts, on perd très vite la musculature et la volonté de se forcer à réagir. Je souffre énormément du mal au dos. J'ai pas mal de nouvelles d'anciens patients du centre d'Albi. On se raconte nos malheurs d'être sur un fauteuil roulant, sans pouvoir se déplacer sans faire tourner ses roues, d'une pièce à l'autre, se faire à manger. Il manque toujours quelque chose, à table ou ailleurs. Il faut se déplacer, et quelle corvée quand on a si mal au dos.

Je vous encourage à ne pas s'écouter et à foncer. La vie est belle si l'on croit. Il y aura, c'est sûr, des jours meilleurs, ou faut partir.

Bon courage et souvenir.

René.



Restaurant - Bar

LE XV

Tous les jours
Menus à 13 et 17 €

Banquets, repas de famille ou de cérémonies
À partir de 20 €

*Cuisine traditionnelle
Spécialités régionales
Repas à thème*

Accès adapté aux personnes à mobilité réduite

Mail: le15bar@orange.fr Tél: 04 71 43 83 29
R.C. 334 685 666 Aurillac Le bourg 15150 Siran

La saison de Bernard Bardi.

20 et 21 juin 2014 : Tulle – Bugeat – Tulle 246 km
3200 m de dénivelée

Super organisation avec le cercle laïque de Tulle, encadrée par des motards de la gendarmerie. Dommage que cette épreuve ne soit pas reconnue par la FFCT. Trop de sécurité !!!

28 et 29 juin 2014 : Luchon – Bayonne. 327 km, 5257 m de dénivelée.

900 participants, dont 600 Espagnoles qui viennent se faire les mollets sur les cols français. Dans les premiers cols, ambiance « Tour de France » avec les voitures suiveuses. Peyresourde, Aspin, Tourmalet monté avec des rafales de vent à 100 km/h depuis La Mongie, le calvaire. Le Soulor, suite du calvaire. Et la délivrance, l'Aubisque pour finir à Gourette, fin de la première étape.

Le lendemain, départ d'Oloron Sainte Marie, pour Bayonne par le col d'Osquich et les toboggans du Pays

Basque. Une journée sous des trombes d'eau et de grêle. Arrivée sous le soleil à Bayonne en début d'après midi. Voilà un contrat bien rempli. Quelle magnifique aventure !!! C'est vraiment beau les Pyrénées.

5 et 6 juillet 2014 : Brevet du Cantal, à Aurillac. Ne pouvant participer que le samedi en raison d'une mauvaise blessure au niveau de la selle (souvenir de Luchon – Bayonne). Très beau parcours. Dommage, le temps était gris et humide, ce qui gâcha un peu cette très belle épreuve. Organisation superbe !!!

28 septembre 2014 : La virade de l'espoir, à Saint Martin Valmeroux. Super parcours. Belle journée d'automne. Encore une belle organisation.

5 octobre 2014 : La randonnée des châtaignes, à Siran.

Bernard Bardi.



Bernard Bardi au col d'Aubisque

Randonnée des châtaignes côté école cyclo.

Cette année 2014-2015, nous avons fait la randonnée des châtaignes avec le club cyclo US Siran et avec d'autres personnes de France. Cette randonnée des châtaignes s'est déroulée le dimanche 5 octobre. Le départ a eu lieu à 9h00 et l'arrivée à 11h30.

Pour nous diriger, le parcours a été fléché et au milieu il y a eu un ravitaillement. Quel dommage de pédaler en VTT sous la fine pluie. Nous sommes passés dans des chemins boueux. Ma sœur Justine a mis une jambe dans une flaque de boue : c'était rigolo ! Certaines personnes faisaient du vélo de route. Bonne surprise en arrivant : on a dégusté des châtaignes grillées ; miam, miam, c'était bon !!! En arrivant à la maison nous avons nettoyé nos vélos remplis de boue.

Nous avons reçu des médailles.

Théo et Justine

Récit réalisé par Victor Sieso d'un mini séjour VTT dans le Gard ou la convivialité remplace largement les antidépresseurs

3 participants du club de Siran

La Ratabouillade hivernale, samedi 22 et dimanche 23 février 2014 :

Mas de Roux, Mas de Roux avez-vous dit ? Dix fois, vingt fois on y est passé devant sans y prêter attention. Ce qui est un tort, presque une faute, car depuis une quinzaine d'années, cette ancienne magnanerie, passée depuis ferme, cave ou cellier, est devenu un sacré gîte d'étape avec hébergement et restauration, sans faire pour autant de l'ombre à son distingué voisin homonyme château encadré de buis et de grands chênes. Voilà la cible choisie par Jean Pierre pour l'informelle concentration de février des centcolistes et autres fervents crapahuteurs, amis de la salsepareille et du Ruscus Petit Houx, accessoirement et principalement de cols en embuscade.

On trouvera là entre les hauts murs de calcaire froid, qui sont loin d'être ceux d'une prison (surtout avec l'exposition de tableaux prônant la libération de la femme africaine), un trio plein d'entrain pour nous accueillir : Pascale, Sophie et le chef William.

L'an passé à Fonsalives perdu au fin fond d'une Auvergne distante, j'arrivai bon dernier, à moitié égaré sous l'orage et en début de nuit, encore aujourd'hui vendredi je parviens dans la même position au site d'étape, toujours de nuit, mais après une route paisible et sans encombre depuis Montpellier, ce qui ne fait pas si loin, juste au dessus de Quissac. Je n'ai pas voulu jouer les guest stars in extremis, sinon involontairement, car ce soir, j'ai encore le temps de participer à l'apéritif de bienvenue, comme il se doit largement pourvu par tous autant que nous sommes, soit la bonne trentaine.

On fait haie autour des amuse gueule, dans la foule, un come-back, Jeannot, pas revu depuis des lustres. L'homme n'a pas changé, les années roulent sur lui comme l'eau sur le granit, sans tellement le marquer. Retour aussi d'un jumeau en âge avec le précédent, André, il n'a porté que sa randonneuse, ne sera avec nous que pour les agapes, les repas, pas pour s'échiner sur les chemins de terre : manque d'entrain ou de sorties ? Il ne faudrait pas que l'homme d'Ambert nous rejoue le Misanthrope pour septembre prochain, reste dans son « récantou » d'isolé. Un nouveau venu, même si ce n'est que pour samedi : Jean-Marie, qui est de chez nous, bon rouleur venu prendre la température de notre très informel attroupement (je pense que le thermomètre n'est pas resté au bleu, qu'il est allé sur la zone rouge). Tous les autres sont des habitués, de plus ou moins longue date, et il ne se trouve guère d'absents, sinon pour raison de santé. Les seules rouleuses vététistes du we seront les deux Chantal et Nathalie, Pierrette partiellement. Martine est bien là, mais encore sous le coup de sa chute de décembre, préférera par prudence mettre un peu de distance vis-à-vis de l'exercice tout terrain.

Le pays de Quissac Coutach nous a accueillis dans une flambée d'azur assez rare pour être signalée. Il n'est pas fréquent en effet, je l'affirme par expérience, que les fins de semaine brillent par la lumière : assez systématiquement le gris et le deuil du ciel ont été jusqu'ici de mise, quand ce n'était pas la pluie ou le fort vent. Même dans notre sud privilégié. De quoi rester à la maison. Les parcours établis par Jean Pierre, transposés sur planificateur par le féru d'informatique Gérard (il n'est pas le seul à disposer de GPS, qui se généralise), comportaient certes quelques cols. Ils sont maintenant signalés par de belles bandes jaunes ceinturant les poteaux baliseurs disposés à l'endroit ad-hoc pour les promeneurs. Juste retour des données géographiques locales si souvent occultées par la signalétique moderniste qui favorise les grosses villes au détriment des villages, qui oublie la distance, l'appellation de la route : à quoi bon jeter de l'argent par les fenêtres pour une si incomplète information ? Ce n'est qu'un des côtés ahurissants des tendances actuelles, la tendance à la déculturation...

Quelques cols donc, et beaucoup de domaines, des centres équestres (Ah ! Baruel et ses Lusitaniens), de vastes espaces ouverts faisant suite à l'immense incendie qui avait ravagé les deux côtés de la nationale du côté de Moulézan dans les années 80 (le vaste bois de Lens), des châteaux viticoles (Florian, Cauviac), des magnaneries encore debout sur le haut des collines (Les Gardies), des hameaux rustiques paisiblement blottis dans des cadres enchanteurs (Puechredon), sans compter le détour par la circulate revisitée de Durfort, les contreforts précévenols vers St Martin de Sossenac. Le menu ne manquait pas de variété. On n'a pas été jusqu'à l'étage du châtaignier, on a roulé entre les chênes verts, dans le maquis autant que dans la garrigue. On découvrira l'insolite domaine portant en figure de proue l'extraordinaire église de Pise (qui n'avait pas de mauvais penchant !), sortie de terre, ou plutôt des ruines d'une ancienne bergerie, entre les années 1992 et 1998. Pour le coup, l'Eglise Réformée a prêté main forte à la catholicité traditionnelle pour élever une construction qui a tous les attributs de la romanité. Dommage que la porte nous fût fermée pour apprécier les verrières et le silence de la petite nef !

Les neiges déposées sur les hauteurs de la Lozère, Cévenole ou Ardéchoise, semblaient bleuir sous tant de ciel pur, comme pour commencer à fondre, alors qu'un long mois d'hiver reste à tirer. Avec les amandiers blancs du dimanche, la pureté des lignes des horizons diaphanes, cette paix dans le décor m'a emporté sans difficulté sur le bateau blanc qui dansait dans le bleu de mes rêves d'enfant (Bécaud). J'espère que nous sommes tous restés de

grands enfants en dépit des cheveux blancs et des rides, de la retraite de la plupart, crénom.

Kikou n'a pas été aussi drôle sans sa grolle du samedi soir : le pape était en dedans, fatigué, comme triste : on l'a vu combattre courbant le dos sur la colline, poser assez souvent le pied à terre sur la pente caillouteuse : un début de renonciation comme Dédé ? Une fuite des années et de l'influx ? Une passe délicate et passagère ? Après tout Alex (et Pierrette) ont pris aussi la tangente en tel ou tel point du parcours : manque de forme, manque de jus, manque de confiance qui sait, obligation de grand parent encore. Mais Alex va mieux, je l'ai vu au moment d'aller se coucher revenir parmi nous pour entonner l'hymne du groupe emporté par les vapeurs d'alcool et mené par la baguette goguenarde d'un Jean-Pierre toujours égal à lui-même pour entraîner la chorale vers une Espagne au soleil comm'ça !

Gérard a offert la Blanquette pour son accession au rang des promus des BPF et BCN (brevet des provinces et des communes remarquables de notre hexagone). Qui aura roulé avec lui lundi pour pêcher un col routier ou deux de plus ? Le temps avait viré de bord hélas. Le vide infiniment pur des jours précédents avait cédé la place à un ciel tumultueux plein de reliefs nuageux patibulaires et menaçants, revirement couru et classique en cette basse saison émergeant peu à peu de la longue nuit de l'hiver. N'étant pas le seul à devoir reprendre le boulot dès le début de la semaine, je n'ai pas choisi l'option la Royale pour ce séjour à Bragassargues, me contentant d'une formule Basique, mais patience, bientôt, pas encore pour le prochain Carnaval de Limoux, je pourrai rester à la fricassée du dimanche soir et prendre les oripeaux de l'indien, du paysan, du rebelle. Car la tradition de ces rendez-vous biannuels doit se poursuivre, n'en déplaise à la moyenne d'âge qui en prend un coup à chaque fois. Après tout, et tout bien réfléchi, le verbe pédaler doit se conjuguer au quotidien, comme le verbe résister. Le ravissement doit dépasser l'avancée des ans, le formidable doit advenir comme on a vu pointer les prémices du printemps renaissant en ces deux journées extraordinaires, lors même que nos printemps s'éloignent à tire d'aile !

J'étais venu visiter à pied en 1978 les recoins boisés de Cannes et Clairan, sous la neige, dans le soleil aussi, et ce terroir entre Quissac et Uzès déjà m'avait paru magique, enchanteur, délicieux. Un vaste incendie passa par là, qui heureusement épargna quelques hectares sauvages. Depuis, on a balisé larga manu, beaucoup de versants restent habités, entretenus, cultivés. C'est heureux ainsi cette évolution des choses. Comme dirait Alfeo, pour faire bref : un séjour comme ça, une ambiance comme ça ! On n'est pas encore « absolutely flamagasted », on viendra reprendre sinon la cuite du moins la goutte, ou la grolle, on viendra crotter les vélos et souiller les habits, tout en conservant l'humeur limpide. Rendez-vous donc dans les Bauges, pour septembre, avec ou sans brouillard, avec ou sans 2000.

Vivent les Alpes et les Préalpes, les monts et les vaux, les cols et les Cent Cols !

Victor le Sioux.

Club US Siran, Tarif des licences.		
ADULTES	GRAND BRAQUET	GRAND BRAQUET
Sans revue	42,50€ = 44,50	91€ = 93€
Avec revue	65,50€ = 67,50€	93€+23€ = 116€
JEUNES 18 à 25 ans		
Sans revue	27€ = 29€	75,50€ = 77,50€
Avec revue	50€ = 52€	77,50€ + 23€ = 100,50€
LICENCES FAMILLE		
1er adulte Sans revue	42,50€ = 44,50€	91€ = 93€
Avec revue	65,50€ = 67,50€	93€ + 23€ = 116€
2ème adulte Sans revue	27,20€ = 29,20€	75,70€ = 77,70€
JEUNES moins de 25 ans	22,00 €	70,50 €
ÉCOLE CYCLO	10,50 €	59,00 €
JEUNES de 6ans et plus	offerte	49,00 €
Cotisation club	2,00 €	Incluse dans les tarifs
Membre adhérent	cotisation	10,00 €

Denis Berthaud, toujours.

Ma saison 2014.

Du Pays des Merveilles à la Merveille de l'Occident Rocamadour – Le Mont Saint Michel	1 col, 978 km
Flèche de l'ouest Rennes – Granville	159 km
A la découverte de la Sioule De Monetay d'Allier (03) à Orcival (63)	185 km
Centrionale Saint Amand Montrond à Bourg Madame	7 cols 660 km
Mer Montagne Royan – Mont Ventoux	5 cols 749 km
La Clermontane Clermont Ferrand – Clermont l'Hérault – Clermont Ferrand	35 cols 1025 km

Bilan

Environ 13500 km, dont
3656 km de randonnées
FFCT
49 cols différents franchis +
4 monts
32 départements traversés.

Récompenses

Aucune, si ce n'est qu'en participant à Rocamadour – Le Mont Saint Michel, j'ai effectué ma 400ème randonnée permanente différente. Pour cela il n'y a aucune récompense, mais pour moi c'est une immense joie,

un bonheur sans limites, une incommensurable satisfaction. Que de souvenirs !... Ce sont eux ma récompense et ces 400 cartes de route, une merveilleuse collection !

Que dire de ma saison 2014 ?...

Celle ci avait pourtant bien commencé, car au 30 janvier, j'avais emmagasiné durant l'hiver 3700 km, ce qui me permettait d'envisager de belles réussites estivales. Hélas, le 31 je rentrais à l'hôpital pour un début de septicémie. Résultat : plus de trois semaines sans vélo et une cure d'antibiotiques. Pas vraiment l'idéal pour la forme.

Le 23 février, bien faiblard, je m'offrais un aller retour Saint Privat, 28 km. Et, comme cela avait bien marché, je repartais.

Las !... le 21 juin, récurrence. Nouvelle infection. Mais cette fois, le vélo m'a été interdit. Nouvelle cure d'antibiotiques, analyses de sang, piqûres multiples, etc, etc... Ce n'est que le 26 juillet que je fus autorisé à remonter sur mon deux roues. Encore plus faiblard, je me lançai ce jour là sur un aller et retour « Les Estouroc », 18 km. Minable !... Là, j'ai eu envie d'arrêter. Mais la passion a pris le dessus. Régime et volonté associés, je suis reparti à nouveau, et bien m'en a pris, car aujourd'hui (peut-être pas pour longtemps), tout baigne.

Voilà l'explication de ma « petite saison ». Dans ces conditions, je ne pouvais pas m'éloigner loin de Pleaux très longtemps. Peut-être 2015 me sourira davantage ?...

Du pays des merveilles à la merveille de l'occident.

Rocamadour – Le mont Saint Michel 1 col 978 km

Cette randonnée relie deux des plus beaux sites de France. Elle est assez facile, quoiqu'assez longue. Si la météo est clémente, elle peut s'effectuer en toute saison.

Dès les premiers tours de pédales et la montée de Rocamadour, on découvre de pittoresques villages quercynois : Padirac, Autoire, Loubressac, Carennac, Gluges, Martel. Et déjà, c'est la Corrèze, le château de Turenne, Collonge la Rouge, le petit col du Planchat, Brive, Yssandon, Ayen, Saint Robert. Et me voilà en Périgord : Hautefort, Brantôme. A partir de là, cap au nord, pour traverser les départements de la Charente et de la Haute Vienne, admirant au passage Rochechouart et Confolens..

C'est à partir de là que commence une longue flânerie le long des rivières : la Vienne, la Creuse, l'Indre, la Loire avec de nombreux châteaux, de superbes petites villes : Lussac les châteaux, Chauvigny, La Roche Posay, Descartes, Loches, Azay le Rideau, Saumur, Champtoceaux, etc, etc... je ne peux pas toutes les citer, ce serait trop long.

Le parcours traverse la Loire au pied de cette dernière petite ville pour pénétrer en Bretagne. Quelques petites côtes anodines pour arriver à Chateaubriand, côtes qui se feront plus difficiles, mais beaucoup plus pittoresques dans la verte vallée de la Sélune et près du barrage de Vezins.

Et soudain c'est l'enchantement, la récompense : une immense baie et là-bas, au fond, dans une petite brume, le Mont saint Michel. Merveilleux ! Magique !

Quelle belle balade, accessible à tous. Et c'était ma 400ème randonnée permanente différente !...

Flèche de l'ouest : Rennes – Granville (50) 159 km

C'est ma plus courte randonnée de l'année mais sur plus de 100 km j'aurai le Mont Saint Michel pour voisin. C'est magnifique et comme toutes ces flèches de l'ouest, il n'y a que des petites routes.

Dès le départ, au bord de la Villaine, ça monte dur, une méchante côte pavée « à l'ancienne », qui mène au parlement de Bretagne et au centre historique de Rennes. C'est à voir. C'est superbe. Cela vaut le voyage.

Très vite la nature reprend ses droits. Quelques petites côtes dans le vert bocage du pays de Villaine permettent d'arriver à Dol de Bretagne, au cœur d'un marais et peu après le Mont Dol, altitude très modeste, seulement 64 mètres, mais 20% sur 200 m. Redoutable !

En haut, c'est un panorama exceptionnel sur la baie du Mont Saint Michel et ce sera mon lieu de pique nique.

De là, pendant cent kilomètres, le Mont, comme ils disent ici, sera mon compagnon de route, que ce soit à travers les marais, les polders, sur quelques portions en balcon, on le voit tout le temps. Et ce sera comme ça jusqu'à Granville, surnommée « le Monaco du nord », petite ville très touristique, très animée, où on embarque pour les îles Anglo-Normandes. Alors, cela sent un peu l'Angleterre.

Encore un très bon souvenir ! Je le dirai toujours : dommage que Rennes soit si loin car ces flèches sont un modèle de pur cyclotourisme qui enregistrent un record de participation.

A la découverte de la Sioule. 185 km

C'est une randonnée auvergnate organisée par le C.D. 03.

La Sioule prend naissance dans les Monts Dore, près d'Orcival et rejoint l'Allier à Monetay, près de Saint Pourçain sur Sioule. Pour corser l'affaire, je l'ai faite en sens inverse, c'est à dire en la remontant. Des côtes, il y en a. De plus il y a une option qui rallonge de 20 km, que j'ai choisie aussi. Et cela m'a permis de découvrir un site magnifique : le méandre de Queuille. Je ne le regrette pas, c'est super joli, une image de carte postale.

Le départ, dans la Limagne Bourbonnaise, est très calme. C'est une région de cultures céréalières. C'est relax. Seulement quelques côtes insignifiantes dans le bocage bourbonnais, région d'élevage.

Mais après Ébreuil, ça se corse. Il faut remonter les gorges de la Sioule. Que du faux plat avec du vent dans le nez, avec par endroits, des arbres couverts de givre. Féérique, mais pas facile ! Enfin c'est le village de Châteauneuf les Bains, quasi désert. Il n'y a plus de commerces. Il n'y a personne. Un village fantôme. Brrr !... J'en ai encore froid dans le dos. Lugubre !...

Ici débute une côte de 7 km pour arriver sur le plateau des Combrailles avant de plonger vers le viaduc des Fades et se payer une nouvelle côte de 7 km qui mène aux Ancises. De là, part la boucle pour le méandre de Queuille.

Par de petites routes en faux plat montant, truffées de petits raidillons, mais avec des vues splendides sur les Monts Dôme, puis les Monts Dore, je terminerai par une superbe descente à Orcival, sur le parvis de la basilique. Une belle sortie, une bonne séance d'entraînement, un bon souvenir.

Septentrionale : Saint Amand Montrond – Bourg Madame. 7 cols 660 km.

Patrick Plaine, un jour, m'avait dit : « Tu devrais faire la centrio sur Bourg Madame, elle passe par Pleaux. » Mes ennuis de santé ne me permettant pas de partir très loin, je me suis rappelé ses paroles et c'est avec une énorme pensée pour lui que je l'ai réalisée.

C'est un parcours « à la Patrick. » Pas toujours facile ! Il y a quand même 8820 m de dénivelé sur lequel on éprouve beaucoup de plaisir. Et puis comme dans toutes les randonnées de ville à ville, il y a toujours du changement de paysages, de couleurs, de décors. C'est très varié.

Le bocage bourbonnais est l'entrée en matière. Quelques courtes côtes très pentues. Celles-ci deviendront plus dures dans la Haute Marche et la Montagne Limousine. De la Courtine à l'entrée dans le Cantal, ce sera beaucoup plus facile. Crocq, Spontour, La Grillère, c'est du relax. La dure côte de La Grillère à Tourniac, c'est le Cantal. Et me voilà à Pleaux, dans mon jardin.

Les Estourocs, Laroquebrou, Glénat, Parlan, Maurs et c'est déjà l'Aveyron : Decazeville, Montbazens, des petites routes où je me perds un peu. Une côte très dure à Provençières, Rieupeyrroux. Ouf !... En quelques coups de pédales faciles, voilà Carmaux et sa « banlieue » d'anciennes cités minières. Et c'est Albi.

Ma visite dans le Tarn se continuera par Graulhet, Puylaurens (un BPF), Revel-Saint Ferréol. C'est une belle côte qui permet de traverser une partie de la Montagne Noire. Suivra une longue descente qui, à 13 heures, m'amènera à Castelnaudary. J'aurais pu m'offrir un bon cassoulet, mais je me suis contenté de mon casse-croûte habituel, agrémenté d'une tranche de pain d'épices et d'une banane.

Sans coup férir, voilà Mirepoix. C'est l'Ariège et les premiers cols pyrénéens, pas toujours faciles mais très agréables dans la traversée du pays cathare.. Une belle descente de dix kilomètres, me voilà à Ax les Thermes.

Ce sera là le départ de ma dernière étape au profil très simple : une côte de 28 km vers le col de Puymorens, peu difficile mais c'est long et une descente de 28 km. Bourg Madame se trouve dans une région un peu isolée et méconnue : la Cerdagne. C'est magnifique, un peu mystérieux.

Hélas, à cinq kilomètres de l'arrivée éclate un violent orage, éclairs, tonnerre, pluie torrentielle, grêle. Pour si peu de kilomètres je n'avais pas voulu mettre l'imperméable. Et au lieu de terminer avec le sourire, je donnerai mes

derniers coups de pédales transi de froid ! Quelle douche !...

Et, levant les yeux vers le ciel assombri, j'ai dit à Patrick : « Tu sais, on en a vu d'autres !... »

Mer Montagne Royan – Mont Ventoux 5 cols 749 km

Ma 18ème Mer-Montagne.

Un grand moment d'émotion. En me rendant à Royan, je me suis arrêté quelques instants au cimetière de Chardes où repose pour l'éternité mon ami Patrick Plaine. Quelques instants d'immense tristesse. Salut Patrick ! Ton chemin s'est arrêté à quelques kilomètres d'ici, le mien va continuer, mais tu vas m'accompagner.

Depuis deux ans, j'ai commencé ma tournée d'adieux cyclotouristes à certains sites vers lesquels je n'irai plus jamais, du moins à vélo. Le Mont Ventoux faisait partie de ceux-ci. J'aurais pu aller au pied de la côte en voiture et me contenter de la grimper. Mais cela n'est pas ma conception du cyclotourisme, pas plus qu'elle n'a été celle de Patrick. C'est pourquoi j'avais décidé d'en faire le terminus d'une Mer – Montagne.

Pour tracer l'itinéraire, rien de plus simple : il suffit d'une carte Michelin de la France, d'une règle et d'un crayon. On tire une ligne de Royan au Mont Ventoux. Grosso Modo, la route est tracée. Il suffit d'affiner avec des cartes plus détaillées, en évitant les grands axes surchargés. (Méthode à l'ancienne, sans GPS)

Alors c'est parti. Cette mer – Montagne, géographiquement se divise en quatre parties.

- 1) La Plaine à travers la Saintonge Romane. Gemozac, Pons, Barbezieux, Montmoreau, et le Périgord, Ribérac, Périgueux, Thenon, pour finir à Brive.
- 2) Le Massif Central traversé d'ouest en est par Argentat, La Chapelle Saint Géraud, Lamativie, Siran, Laroquebrou, Lacapelle Viescamp, Aurillac, Carlat, Raulhac, Mur de Barrez, Lacalm, la petite station thermale lozérienne de La Chalmette, Aumont Aubrac, Saint Amans, Châteauneuf de Randon, Bagnols les Bains, Le Bleymard, Villefort, Les Vans, l'aven d'Orgnac.
- 3) La vallée du Rhône, Pont Saint Esprit, Bollène, des vignes à perte de vue avec des crus célèbres des côtes du Rhône, Cairanne, rasteau, Vaison la Romaine et Malaucène.
- 4) La grimpe du Mont ventoux : simple comme bonjour par un temps idéal (pas de vent, pas de chaleur). Après moult arrêts (je n'étais pas le seul!), c'est le bonheur suprême et après trois heures d'efforts.

Mon plus mauvais souvenir : la foule de cyclistes, cette foire d'empoigne indescriptible au sommet du Ventoux. Y avait-il là-dedans seulement un vrai cyclotouriste ?...

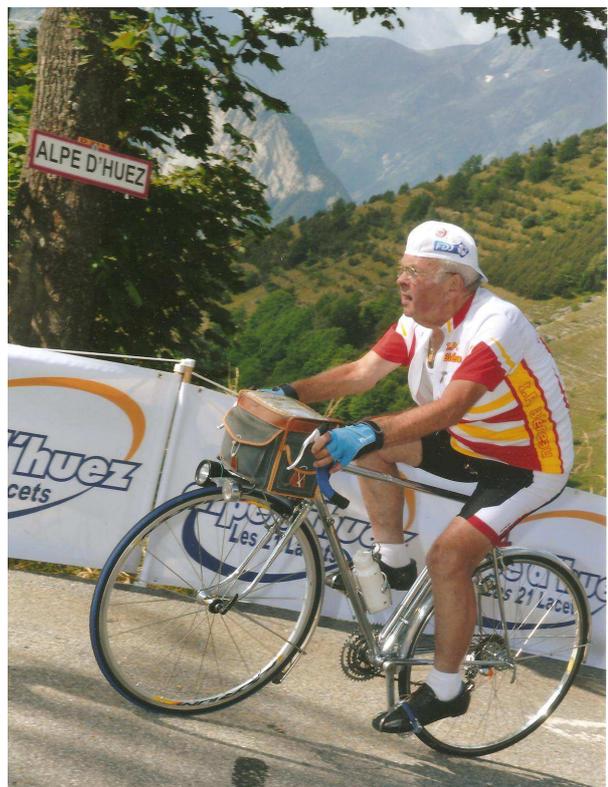
Et en 2015 ?...

Au vu de mes problèmes cette année, je ne fais pas de projets. Certes, j'en ai. Je vais essayer d'en réaliser quelques uns, mais sans programme bien arrêté.

Vélo Contact est un petit journal. Merci aux bénévoles qui travaillent à sa conception. Alors voici ce qu'on appelle dans le langage de la presse un SCOOP : 2015 sera ma dernière année de cyclotourisme. J'en ai fait la promesse à mon épouse qui m'a beaucoup soutenu et m'aide encore beaucoup.

En 2015 j'aurai 85 ans. Le genre de randonnées dans lesquelles je me lance demandent beaucoup de préparation, physique, matérielle, psychique. Et c'est beaucoup de soucis pour tous les deux. Voilà pourquoi j'ai décidé d'arrêter. Ce sera difficile. Mais tout a une fin.

Et après ?...



Sorties du club de Siran en 2014

<i>date</i>	<i>lieu</i>	
21 au 24 février (Gard) 23 février VTT	Ratabouillarde Hivernale (cols) La Gourdonnaise	Milou, Jeannot, A- Chevaleyre Michel Magne
1 au 7 mars	Séjour aux Baléares 57 p—26 départ--	E- Monbertrand
16 mars VTT Bellerive sur Allier	Brive – Rocamadour Brevet randonneur mondiaux 200 kms	Vanel Jean Claude Mespoulhes Rémi (26 ans)
5 avril Bellerive S- Allier	B-R –M 300Kms	Mespoulhes Rémi
13 avril Aurillac	Brevet 100Kms V- Montagrard	Mespoulhes Rémi
26 avril La Garde (Var)	B-R-M 300kms	Mespoulhes Rémi
1 Mai Jussac	Randonnée Cyclorouriste	1 participant
4 Mai Lamativie	Gorge de la Cère	20 participants ???
10 Mai Bellerive S - A	B-R-M 400 Kms	Mespoulhes Rémi
10 au 17 mai Séjour FFCT	Collonges La Rouge 68 participants de 28 départements différents	Organisateur E Monbertrand Encadrement J –F et Maurand Patrick
11 mai Maurs	Ronde de la châtaigneraie	2 P Bernard et Régine Pruvost
18 Mai Ambazac H-Vienne ----- VTT	Puy et Grand Monts Bretenoux	Boy Michel - Jean Fournol Michel Magne
24 Mai Clarines puy Mary	R- Permanente C D 15 neige Org- Milou Barbet (bon souvenir)	7 P- 2 sur le Brevet des clarines 5 en promenade, repas à Velzic
31 mai VTT	Nauvialle (Aveyron)	Michel Magne
1 Juin jussac	La Jussacoise	4 participants
7- 8- et 9 juin Meymac	Org- par Bernard Barbet Bonne ambiance - merci Bernard	16 P + M Claire Chazette et Fred et Pierre Gaillard 1 journée
15 juin Annecy	BCMF des Aravis 205 Km 4317m D	Jacky Reyt
28 et 29/06 Luchon Bayonne	320 Km 5257 m Dénévelé	Jacky Reyt Bernard Barbet
29 juin Mauriac	R de la gentiane	Pruvost 2, Maury, Fournol Michael Asfaux (jeune)
5 et 6 juillet Aurillac	BCMF 201 km 4050m 4 Randonneurs Option tourisme 224km 4150m D 11 P Jeunes famille 80km 1150m D – 6 P	Milou, Gérard, Jean Claude, Jacky 2 jeunes Michael et Maxence 14ans (objectif)
2 au 10 aout S-Fédérale	St Pourcain sur sioule	10 Participants + 1 membre Fred
15 aout Mauriac	Sortie Padirac 98 km Moussageoise	14 participants Pruvost Bernard et Régine
23 aout Maurs	Fête de Maurs	4 Part Pruvost 2, Lacaze, Fournol
31 aout Massiac	R pays d' Alagnon	2- Part Bernard et Brigitte Barbet
3 Septembre	Sortie Argentat – Beaulieu 102km 1250m de D	8 Participants
6 au 13 Septembre Pers	Concentration 35 cyclos à Pers	18 départements représentés
20 septembre Belbex	La Belbexoise Coupe de la ville D'Aurillac remise à Nos deux jeunes de Siran	7-P Maillet, Fournol, Deschamp Chri Belaubre et Clément, Michael A Delmas Françoise
28 septembre	Concentration N au col de Pavezin Souvenir Vélocio (Pilat) Col Croix du Mazet confrérie 650	Jean Fournol 1er fois Henri Bosc fondateur fête sa dernière organisation
8 Novembre Montsalvy	Ronde châtaigneraie 12 € 12 Ravitaillements + cadeaux	8-P Reyt 2 Barbet 2, G Chevallier Fournol, Lacaze, Asfaux Michael
Juin	Découverte du Canal du Midi	Bayle Marc et Françoise et ??????????
Mai St Céré St Jacques de Compostelle	Vanel Jean Claude	6ème cyclo du club à réussir ce magnifique voyage

Prévisions pour 2015

3 au 5 avril Pâques en Quercy à Gourdon

10 Mai Randonnée des Gorges de la Cère à Siran

23 -24- 25 Mai Sortie de Pentecôte ?????? (Voir à prochaine réunion)

Sorties : Vallée de la Dordogne, le Teulet, Chapelle St Géraud, Argentat, Beaulieu Teyssieu

Vallée de la Dordogne, Port D' Agrès, Vieillevie, Entraygues, Estaing et retour

Dates à voir

Sortie du 15 Aout à Padirac et retour 98 kms

Cyclomontagnardes

Le Haut Bugey 200kms 3900m dénivelé (Jura)

Le Vercors 218 kms 3917m de dénivelé Alpes

Hautes Pyrénées : 199 kms 4479 m de dénivelé

Morvan : 213 kms 4065 m de dénivelé

Vosges : 220 kms 3995 m de dénivelé

Pyrénées : 232 kms 4059 m de dénivelé

B- R-A 220 kms 4300 m de dénivelé

Semaine Fédérale à Albi 1er semaine août

Séjour Dames organisé par la ligue d'Auvergne en Haute Loire (voir date)

Voir également le calendrier des randonnées des clubs des alentours qui sera diffusé dès que possible

Tête de veaux à St Saury le 27 ou 28 Octobre

Séjours organisés par Milou en 2015

Baléares complet

Saissac Aude Complet

Une sortie à Péniscola (Espagne) en octobre 2015 est prévue, se renseigner.

Sorties école cyclo 2014

Les sorties de l'école cyclo se sont effectuées les samedis (départ à 14 h du parc des sports et retour vers 16 h) du 10 mai au 5 octobre (jour de la randonnées des châtaignes), plus une sortie pendant les vacances de Toussaint.

Il n'y avait pas de responsable attitré mais un certain nombre d'accompagnateurs ont assuré, en se relayant, la bonne organisation de ces sorties : Jeannot Fournol, Marc Bayle, Jérôme Belaubre (papa de Clément), Jeannot Priou, une ou deux fois Philippe Séguy (papa de Fabien), Henri Mortessagne pour la randonnée des châtaignes, et moi-même. La participation a souvent été de 7 enfants, avec un maximum de 9 et un minimum de 3. Mais même avec seulement 3 enfants il faut plusieurs accompagnateurs, car les niveaux étant très différents 2 groupes sont

nécessaires afin que chacun puisse pédaler à son rythme. Au cours de ces sorties nous veillons à ce que les enfants respectent les règles de sécurité et prennent soin de leur matériel.

Tout en restant sur la commune de Siran, nous avons essayé de varier les parcours, pour que les enfants éprouvent du plaisir à venir pédaler en groupe.

Nicole Soulhac

Ferme Accueil de VIESCAMP



Famille LACAZE
15290 PERS
04.71.62.25.14

GITES de 2 à 14 personnes
CHALETS de 5/6 personnes



Camping

18 emplacements

avec sanitaire privatif

BAR - BRASSERIE

www.viescampers.com



ELECTRICITE GENERALE
Chauffage
Neuf
Rénovation
Michel MAGNE
15150 LAROQUEBROU
Tél. 04 71 46 06 89

Relevé sur internet

COMMENT IDENTIFIER UNE ATTAQUE CÉRÉBRALE

Caillot de sang!!!! Caillot de sang/attaque cérébrale - Ils ont découvert un quatrième indicateur, la langue. Je vais continuer de transférer ce document toutes les fois que je le recevrai ! Pendant un Barbecue, une de nos amie a titubé et trébuché - Elle nous a assuré qu'elle se portait bien (nous lui avons proposé d'appeler un médecin). Elle nous a dit qu'elle avait seulement trébuché sur une tuile à cause de ses nouveaux souliers. Nous l'avons aidé à se nettoyer et nous lui avons donné une autre assiette. Même si elle avait été un peu secouée, Lise avait l'air d'apprécier son après-midi. Plus tard, le mari de Lise nous a appelé pour nous dire que sa femme avait été transportée à l'hôpital - (à 18h00, Lise est décédée) Elle avait eu une attaque dans l'après-midi. Si nous avions su identifier les signes d'une telle attaque, peut-être que Lise serait toujours en vie aujourd'hui.. Certaines personnes ne meurent pas, mais elles finissent lourdement handicapées à la place. > > >
> Ça ne prend qu'une minute pour lire ceci. Un médecin a dit que s'il pouvait soigner une personne victime d'une attaque cérébrale dans un laps de temps de 3 heures, il pouvait renverser totalement les dommages....totalement ! Il a dit qu'il est assez difficile de reconnaître une attaque cérébrale, la diagnostiquer et emmener le patient à l'hôpital à l'intérieur d'un délai de 3 heures. Quelquefois les symptômes d'une attaque cérébrale sont difficiles à identifier. Malheureusement, le manque de vigilance est synonyme de désastre dans certains cas. La victime d'une telle attaque peut souffrir de sévères dommages au cerveau si les personnes autour d'elle n'arrivent pas à identifier ces symptômes.

RECONNAITRE UNE ATTAQUE CÉRÉBRALE :

Voici les trois premières lettres du mot anglais STROKE (qui veut dire attaque). S.T.R. Sachez retenir ces trois étapes : Maintenant, les médecins disent qu'un spectateur peut reconnaître une attaque cérébrale en posant trois questions simples :

S (smile) demandez à la personne de sourire.

T (Talk) demandez à la personne de parler, de dire une phrase simple, avec cohérence. (Ex: il fait beau aujourd'hui)

R (raise both arms) demandez lui de lever les deux bras. Si la personne a des difficultés à exécuter l'une ou l'autre de ces tâches, appelez immédiatement le 15 et décrivez les symptômes à la personne au bout de la ligne.

À NOTER : Un autre "signe" pour déceler une attaque cérébrale a été découvert demandez à la personne de tirer la langue. Si la langue est croche, si elle va plus d'un côté que de l'autre, c'est aussi une indication d'une attaque cérébrale. Un cardiologue a dit que si chaque personne qui reçoit ce courriel l'envoie à 10 personnes, vous pouvez parier qu'au moins une vie sera sauvée.



CHEZ CLO

Le Bourg
15150 SIRAN
Tel :
04.71.46.09.38

OUVERT TOUS
LES JOURS SAUF
LE LUNDI

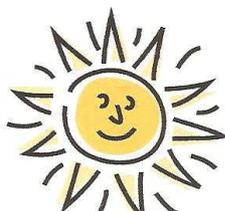
EPICERIE - BAR

POINT MULTI
SERVICES

RELAIS POSTE

LIVRAISON A

DOMICILE
GRATUITE

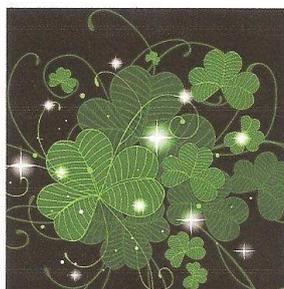


BONNE ANNEE

2015

A TOUTES ET

TOUS



L'ECHOPPE
des Platanes

Avenue des Platanes
15150 La Roquebrou

Coupes - Trophées - Cadeaux
Souvenirs

ancoor-sabattier@orange.fr
Tél./Fax : 04 71 46 09 00 - 06 86 38 83 56

Repris par M. Patrick Giraud le 01 01 2015

Site internet: www.gravure-perso.fr

BCMF du Massif central : une Ronde bien menée

La Ronde du Cantal a clôturé en beauté la série des Brevets cyclo-montagnards 2014. Un nombre record de participants venus de la France entière, une météo plutôt favorable, un parcours plutôt costaud pour la première boucle, un deuxième jour avec en point de mire la silhouette du puy Mary.

« On a eu chaud ! » C'est ce que disaient, tant les organisateurs que les participants, alors que l'orage s'abattait sur la cérémonie de clôture... En fait, il ne s'agissait pas de la température – qui fut excellente – mais de la chance qui accompagna la plupart des participants au regard des prévisions météo particulièrement pessimistes qui nous étions promises...



Jeannot, l'éducateur de Siran, entre Maxence et Michaël au sommet du pas de Peyrol.

C'est par ce constat, un peu cruel pour les derniers randonneurs qui ont essuyé l'orage, que s'est achevée cette deuxième édition du BCMF du Cantal. « Tout était parfait : les ravitaillements, les repas, le fléchage, les signaleurs, la bonne humeur des bénévoles », a écrit Christophe qui avait traversé la France en car avec ses amis du CoDep de l'Oise, organisateurs du déplacement. Il est vrai que « la famille du Vélo-Montagnard d'Aurillac », comme se plaît à le dire son président Pierre Felgines, avait tout mis en œuvre pour réussir ce Brevet qui a attiré 860 participants venus de 79 départements français auxquels se sont ajoutés des Belges et un Monégasque. « Au cœur du vrai »

Si le plus ancien avait dépassé les 80 ans, les deux plus jeunes inscrits sur la randonnée « famille » ont gravi leur premier col à 14 ans. « Jeannot », leur éducateur de l'école cyclo de Siran (15), était heureux de les avoir conduits au sommet du Pas de Peyrol et de leur avoir permis de découvrir le magnifique panorama que tout le monde a apprécié. Cette Ronde nous a fait découvrir ou redécouvrir une montagne propice au cyclotourisme, des villages, des églises, des châteaux, des burons solidement ancrés dans la roche volcanique. Nous étions bien « au cœur du vrai », selon le slogan du comité de tourisme du Cantal.

Texte et photos : Georges Golse

Souvenir, souvenir...

Il y a environ 35 ou 36 ans, une dizaine de jeunes de Siran organisaient une petite virée à vélo à Padirac : à peu près 120 km aller-retour. Ils étaient bien entraînés au foot...au vélo un peu moins, les braquets n'étaient pas toujours adaptés mais ils avaient l'enthousiasme, le souffle et les muscles de la jeunesse...

Cette année Jeannot avait dans l'idée de refaire cette sortie avec les anciens encore présents à Siran et tous ceux qui désiraient se joindre à eux.

C'est ainsi que le 15 août 2014 à 8h du matin se retrouvaient sur la place les 2 Jeannot, Alain, André dit « Takac », Dédé, Guy, Yves, Mickaël ; le temps n'était pas très engageant mais cet été il fallait faire avec les caprices de la météo, et puis qu'importe, l'envie de pédaler était là et la voiture suiveuse (conduite par Patrick, assisté du chien de Dédé) rassurante pour les coups de fatigue éventuels.

Marc et moi, beaucoup moins courageux, avons décidé de faire une approche en voiture à St Céré ; dans la côte de Jonjon nous doublons la « fine équipe », un peu étonnés de ne les trouver que là...mais Yves avait un problème de dérailleur, ce qui l'a handicapé pour le reste du parcours, néanmoins il n'a pas renoncé et a vaillamment pédalé...en changeant de vitesse le moins possible.

En chemin nous croisons, dans la côte de Fraissinhes, Milou, Gérard et Roland partis à la rencontre des cyclos siranais. Ensuite, tranquillement installés devant un bon café en compagnie de Jeannot (encore un autre !) nous les attendons à St Céré profitant du soleil enfin au rendez-vous.

C'est donc ensuite à 15 que nous continuons le périple, avec d'abord la côte de Presque, un peu longue mais qui se monte bien, si on n'essaie pas de suivre les plus forts que soi ! Après un ralliement au sommet nous poursuivons la route vers Padirac où nous arrivons vers 11h. Les « lotois » nous laissent, devant être de retour chez eux pour midi.

Malgré l'heure un peu matinale nous sortons les casse-croûtes, portés par la voiture. J'avais hésité à sortir le mien trouvant que midi n'avait pas encore sonné ...et pensant qu'on s'arrêterait un peu plus tard, mais comme tout le monde mangeait de bon appétit, je les ai imités.

Un petit coup d'œil au gouffre et...à la queue de visiteurs (2h1/2 d'attente paraît-il !!!) et nous voilà repartis en direction de Loubressac et de Glanes, route très agréable, tranquille. Nous passons devant la maison de Jean à Bretenoux, puis Jeannot nous fait arrêter devant l'atelier d'un verrier : Olivier Mallemouche ; c'est le 15 août, le magasin est ouvert mais personne ne travaille le verre. Marc et moi nous promettons d'y amener nos petits enfants, ce que nous avons fait. Ils ont trouvé très intéressant de voir souffler le verre et l'incorporation des couleurs dans les pièces créées, surtout que les verriers nous ont bien expliqué les différentes étapes et ont volontiers répondu à nos questions.

Après cette petite halte, direction Glanes où nous abandonnons le groupe pour rejoindre St Céré ...et notre voiture ; pour nous seulement 50 km au compteur mais une très bonne journée passée, avec bien sûr l'évocation des souvenirs de l'équipée de jadis.

Séjours 2014 - Sorties entre potes de Saint Céré - Séjours 2015

21 22 et 23 février

1er séjour à Quissac dans le Gard entre amis des cent cols (à côté de St Hippolyte du Fort). Organisé par un petit groupe d'une trentaine de membres dont nous faisons partie avec Jeannot, André Chevaleyre, Guy Ruffié et Cécile. Ce petit groupe se retrouve 2 fois par an pour un Week-end de chasse aux cols. «Les Ratabouillades» tel est le nom donné à ces rencontres. Nom issu du principal organisateur qui est: Jean Pierre Ratabouil de Montpellier. Actuellement ces Week-end sont de plus en plus orientés vers la convivialité, les longues discussions autour d'un apéritif, ramené par chaque participant ayant à cœur de nous faire connaître, avec lui, ses spécialités régionales. Le Gîte et restaurant d'étape «Mas Roux» est à conseiller. Une quinzaine de cols furent quand même franchis. Nous étions 5 participants du club.

Du 02 au 9 mars

Séjour aux Baléares. C'est un séjour qui est limité par les places dans le bus, et, surtout par le nombre de vélos. 50 vélos maximum 7 personnes du club ont participé. C'est toujours aussi agréable de cycler en short début mars. Le soleil était au rendez vous, la bonne humeur aussi, donc encore un séjour qui se déroula sans problème.

Du 10 au 17 mai

Séjour à Collonges la Rouge. Les 64 participants_venus des 4 coins_de France, furent enchantés par notre région dont la richesse architecturale n'est plus à prouver. Les contrastes, entre les prairies très verdoyantes du ségala et les plateaux du Causse de Gramat, le tout en passant par les vallées de la Cère et de la Dordogne furent également des grands moments de contemplation. Très bon hébergement dans le VVF de Collonges, entièrement rénové.

Du 06 au 13 Septembre

Séjour à Pers. Jeannot Fournol avait depuis un moment une grosse envie d'organiser un séjour près de sa « creuse », et, comme à Siran cette aventure n'est plus possible, il s'est dirigé vers son ami : Charles Lacaze pour nous concocter une très agréable semaine à PERS. Les participants étaient connus de longue date, car ils viennent régulièrement dans nos séjours, certains étant venus 17 ou 18 fois !!! Le cadre exceptionnel dans cette campagne bien tranquille, animé le matin par le chant du coq, et situé au milieu des prairies, nous permit de passer une vraie semaine à la ferme. L'hébergement personnalisé devait également satisfaire l'ensemble des participants. Les campeurs nous confiant même qu'ils n'avaient jamais eu autant de confort. Cécile, la Fille de Charles et Jeannine, qui dirige de main de maître cette structure, devait nous préparer des copieux repas régionaux, et, des pique-niques ou rien ne manquait, souvent servis chaud à mis parcours, amenés par Jeannine et ses amis. Il faut l'avouer, il y avait beaucoup de convivialité dans ce séjour, beaucoup d'amitié entre participants, une grosse envie de faire plaisir, de la part de Jeannot qui nous offrit l'apéro tous les soirs, une grosse envie de bien recevoir, de la part de toute la famille LACAZE. Tous ces ingrédients, avec en plus du soleil, et de belles balades à vélo laisseront à tous les participants un goût de revenez y et, à Jeannot, un souvenir inoubliable. Merci Jeannot, merci à Charles et toute sa famille, merci à tous les participants qui sont devenus depuis des années nos amis.

Randonnées entre amis Lotois

Avec les amis de Saint Céré. Nous effectuons 2 sorties hebdomadaires le mardi et le vendredi, En matinée l'été, et, l'après midi, dès le changement d'horaire.

Ces sorties de 70 à 100km ne se passent jamais sans une mi-temps pour prendre un café, et l'occasion d'engager la conversation pour refaire le monde à notre façon ... Certains cyclos viennent parfois grossir nos rangs, ils se plient à cette exigence qu'ils trouvent au début un peu contraignante, car il faut après relancer la machine !!! Mais vu qu'ils reviennent régulièrement, nous considérons que ce moment de convivialité ne les perturbe pas trop. Une discussion autour d'un café nous paraît bien moins dangereuse que de rouler à 2 ou 3 de front pour raconter nos petites histoires. Parfois l'un d'entre nous s'échappe, l'un vers le Mans, l'autre vers Paris, un autre à Compostelle, pourquoi pas vers la chasse aux cols. Chaque retour est très apprécié par le groupe qui attend avec impatience le récit de cette fugue.

Clarines : le 24 mai

Cette année nous avons programmé les Clarines (Pas de Peyrol des trois côté) pour nous sortir un peu de la plaine. C'était sans penser que la haut la neige nous attendrait, et que le café prévu au pas de Peyrol ne nous serait pas servi à cette heure avancée de la matinée. Ces déceptions ne nous empêchèrent pas de réussir ces 3 ascensions. Merci aux membres du club, d'être venus pour nous encourager, et gravir un versant pour cette très agréable rencontre au café restaurant du pas de Peyrol. Jeannot Berger nous fit une surprise en sortant de son sac à dos, quelques cerises cueillies la veille dans son jardin de Bretenoux. Un repas organisé par Bernard et Brigitte devait clôturer cette excellente journée. *Un récit de cette journée sera dans la revue.*

Cenac : le 10 juin

Un défi de 200 km était lancé pour juin avec un repas au restaurant, je proposai donc une escapade vers Cenac en Dordogne, non sans intérêt, car mon épouse avait oublié un tricot un mois auparavant dans le restaurant où nous avions réservé. Encore une excellente journée avec en prime, une rentrée assez facile, sans trop de dénivelé après ce repas fort bien arrosé.

La Cyclomontagnarde à Aurillac 5 et 6 juillet

Nous étions nombreux du club de Siran à participer, malgré le temps incertain. Tout le monde en garde un bon souvenir et remercie les organisateurs pour cette rencontre qui, vu les circuits proposés, devient à la portée de tous. *Un récit de cette journée sera dans la revue*

Les 2 vallées 31 juillet

Nom donné à la vallée du Célé et du Lot.

Nous avons enfin décidé notre ami Bertin, le Parisien, devenu lotois 6 mois de l'année, à nous suivre dans cette sortie, en lui proposant un bon repas au restaurant à midi. Cette randonnée que nous vous conseillons est relativement facile, même si pour le Fun, nous sommes allés chercher le col des lièvres, situé à 350mètres d'altitude, en aller et retour depuis Sauliac-sur-Célé. Le saut pour passer de la vallée du Célé à la vallée du Lot, après l'excellent repas à Tour de Faure, n'est pas, non plus, à négliger.

Un récit de cette journée sera dans la revue.

Concentration autour d'une tête de veau 28 octobre

Encore un grand moment, passé à déguster la superbe tête de veau, préparée par Georgette à St Saury. Nous étions sortis de notre trou pour rencontrer les membres du club disponibles. Les amateurs furent comblés, et contraints de laisser repartir des plats encore bien garnis. Nous n'étions plus de 13, donc Pierrot put prendre part au festin !!!

Séjours 2015

Baléares du 01 au 8 mars 2015

Séjour bien connu et toujours aussi demandé, plus de 50 refus cette année.

Saissac du 28 mai au 6 juin 2015

Séjour en Pays Cathare. village situé dans la montagne noire, proche de Carcassonne, Revel, département de l'Aude.

Péniscola début Octobre

Agence Lavergne organise un séjour d'une semaine, à Péniscola début Octobre (ville située en dessous de Taragonne). Comme l'agence s'est équipée d'une remorque, ils nous proposent de prendre les vélos pour le même prix. Les excursions n'étant pas incluses dans le tarif qui nous sera donné. Cette année avec Jeannot nous avons participé à ce type de séjour, en mettant nos 2 vélos dans la soute et découvert quelques parcours sympas, que nous pourrions vous proposer.

Ce sera un voyage : Agence Lavergne et non FFCT.

Le tarif sera situé aux alentours de 400€ 420 € en fonction du nombre de participants.

Pension complète, dans un hôtel 4 étoiles, situé en bord de mer avec piscine sauna, salle de massage.

Transport depuis Aurillac.

Ce séjour est en cours de préparation mais ne devrait pas tarder à sortir reste à figer le tarif et les dates.

ETABLISSEMENTS SOUILHAC

Jean-Claude MEUBLAT

Réglage train avant à microprocesseur

Equilibrage de roues électronique

Relais du PNEU

Pneus neufs et rechapés toutes marques

Spécialiste du pneu MICHELIN

point S

Route de Monteil 46400 SAINT-CÉRÉ - Tél. 05 65 38 16 54

BILAN FINANCIER 2014

Dépenses		Recettes	
- Vélo Contact 2013	238,28	- Sponsor Vélo Contact	90,00
-AG 2013 :apéro+ compl repas licenciés	165,64	-Intérêts année 2013	29,87
- Frais rando des châtaignes 2013	32,50	- Equipement	74,00
-Téléthon 2013	37,50	- Sortie club Pentecôte 2014	1615,00
-remboursement SF 2013	58,00	- Randonnée des gorges de la Cère	125,00
- Frais AG Ligue et Codep	253,00	- Randonnée des Châtaignes 2014	599,00
- Sortie club Pentecôte 2014	1609,10	- Licences FFCT + cot.club	3166,00
- Randonnée des gorges de la Cère 2014	100,00	- Codep: CNDS pour 2013+ visite med.	170,00
-Sets de table	36,00	CNDS pour 2014	160,00
Randonnée des Châtaignes 2014	747,65	-Codep: Rembt SF 2014 +part. visites médicales et manif.labélisées	432,50
· Licences FFCT	3160,00	- Subvention Commune de Siran	305,00
- Frais de tenue de compte CCP+CA	32,85		
- Frais de gestion	117,35		
- Frais de réunions du Conseil d'Administration 122.10	122,10		
Total	6 709,97	Total	6 766,37
Excédent :	56.40		

École Cyclo

Dépenses		Recettes	
- Frais divers	107,00	- Codep	175,00
- Licences école cyclo	170,00	-Participation Codep aux licences 2013	156,00
		-Participation Codep aux licences 2014	102,00
		Participations familles aux licences	102,00
Total :	277,00	Total :	535,00
Excédent	258,00		

Bilan global

Excédent :	314,40
Solde au 30/11/2014 :	6721,18

Petite sortie au Puy Mary.

La semaine cyclo organisée par Milou et Jeannot à Collonges la Rouge était à peine terminée que déjà il était question d'autre chose ! Devinez quoi ! La montée du Puy Mary le samedi suivant ! Vraiment nos deux amis du club des cent cols ne reculent plus devant une route qui grimpe. Gérard Chevallier était avec nous. Dans la matinée, avec Milou, entre organisateurs, ils ont fait les fameuses Clarines. Cela consiste à gravir le pas de Peyrol par les trois accès : Salers, Dienne et Mandailles.

Bernard et Brigitte Barbet ont fait l'ascension du col après avoir retenu les repas de midi au restaurant de Velzic. Natif du coin, il a tenu à nous offrir l'apéritif. Merci !

Dans la catégorie des Peinards, il y avait Jean Fournol, Jean Berger, Michel Jeannot et Charles Lacaze, tout auréolé de son périple à Saint Jacques de Compostelle. Bravo Charles !

Une approche à velzic avait été convenue et nous étions là à huit heures, prêts pour cette montée avec un temps plutôt frais, 6°C, alors que, paraît-il, il y a de la neige au sommet ! Que diable ! Il en faudrait plus pour stopper notre chevauchée ! Les trois Jeannot et Charles forment un petit groupe qui interrompt le papotage pour prendre un café à Mandailles. Chaudement vêtus, nous reprenons la route, cette route que nous connaissons bien pour l'avoir montée plusieurs fois. Nous rencontrons très peu de cyclos, c'est vrai que le temps n'est pas très engageant !

Chers amis cyclos.

Je me souviens encore, il y a six ans, quand je me suis inscrit au club. J'étais un débutant. Les bénévoles du club, Marc Jeannot, Françoise, Pierrot, Martine... m'ont aidé à progresser. Il y a quelques mois, Jeannot m'a pris sous son aile et m'a entraîné. Puis j'ai fait le Puy Mary (75 km). Et peut-être, quand cet article sera publié dans le journal du club de Siran, je serai allé à Padirac faire cent kilomètres. Je remercie tous ceux qui m'ont aidé à progresser. Merci Jeannot qui a toujours cru en moi.

Michaël Asfaux (le poète)

Les kilomètres suivants sont bien indiqués sur la chaussée (col à...). Arrivée au 6ème ? Dans le grand virage, nous posons pied à terre pour nous restaurer un peu. Je sors mes cerises de Bretenoux qui créent la surprise, et la chevauchée reprend. Col à trois kilomètres... L'air est bien plus froid. Le brouillard chapeaute les cimes. Des traces de neige blanchissent les bas-côtés mais la route est sèche. Col à deux kilomètres. Je zigzague un peu et mets pied à terre. Mon cœur apprécie et me fait la bise ! On ne voit plus le sommet disparu dans le brouillard. Un souffle plus froid refroidit nos pieds. A la couleur de nos coupe vent, on s'aperçoit, de virage en virage. Jeannot... vous savez, celui qui arrive à quatre mille cols... se retourne et nous attend un peu. La parole est encourageante, et nous voilà à un kilomètre du sommet, dans quelques congères sur les bordures et un brouillard épais mais on arrive enfin. Que diable ! Je vous avais bien dit qu'il en fallait plus que ça !

Là-haut, dans cette purée de pois, il n'y a que quatre pelés. Ils sont tous à l'abri autour d'un café, au resto où brûle un feu de cheminée.

On s'habille encore et encore. On distingue à peine Jeannot, dans son accoutrement. Mais il a le sourire, celui qui gagne face à l'adversité. Une photo souvenir au milieu des congères et on ne grelotte pas là ! On fonce dans ce brouillard qui nous cache les virages... Je double Charles qui est arrêté et se souffle sur les doigts... J'ai deux paires de gants en laine et le froid passe au travers ! Mais à vive allure, on se retrouve vite à Mandailles, à part Jeannot qui n'a pas dû bien comprendre et file devant, alors que nous buvons un autre café. Puis c'est à Velzic, au point de départ, qu'on se retrouve pour le repas de midi, en bordure de cette ancienne sablière qui s'est transformée en étang. Joli site, bel accueil. Puis tout au long du repas, il est question de vélo. Vous ne pensiez tout de même pas que nous allions parler chiffon... ? Allez, nous avons conclu en se disant : « À la prochaine fois ! »

Jean Berger.

Le vélo.

Mot magique pour moi... Cela a commencé en 1936, année du certificat d'études. En récompense de l'obtention de celui-ci, et à ma grande joie, j'ai reçu un vélo.

En 1940, (j'avais seize ans), devant les menaces allemandes vis à vis des jeunes (en particulier), je suis parti en exode à bicyclette, où j'ai subi des bombardements aux villes traversées (Chartres, Le Mans, Rochefort, etc...). Je suis arrivé à Marennes (500 km). Un side-car allemand avec deux soldats sont venus vers moi, menaçants.

Sur le retour, peu après, une voiture militaire s'est arrêtée, un officier m'a ordonné de lui donner mon vélo. En échange, j'ai eu droit à un autre engin dont le pédalier était faussé. J'ai rejoint Vanves (Hauts de Seine) avec beaucoup de difficultés mécaniques.

Le temps a passé avec les années très difficiles, surtout alimentaires. Il m'est arrivé d'effectuer 200 km, jusqu'au Loiret afin d'obtenir quelque ravitaillement. Hélas, je revenais sans rien.

Mon activité cycliste s'est interrompue en 1943, avec mon incorporation incontournable, sous peine de sanctions graves envers ma famille (STO). Là, j'ai vécu l'enfer des bombardements sur Berlin. Le jour, les Américains, la nuit, les Anglais faisaient des raids. Chaque jour. Jusqu'à la libération, en juin 1945, après avoir passé 28 mois en camp. Je retrouvais ma famille, dans un état physique déplorable.

Puis progressivement tout s'est remis d'aplomb. Le travail à Boulogne sur Seine. J'ai repris le vélo, deux allers et retours journaliers (20 km). Ensuite des brevets Audax (100 et 200 km) Puis inscription aux Arts et Métiers.

Un certain jour, un de mes collègues m'a prêté son journal « Les Nouvelles Versaillaises », où un article de Jacques Godet (directeur de l'Équipe et du Tour de France) demandait des personnes avec leur voiture pour assister et contrôler la bonne marche d'un coureur de cette grande épreuve, des étapes contre la montre.

Inutile d'insister, j'étais partant à ma grande joie, ayant toujours été passionné par cette grande épreuve. Durant une vingtaine d'années, j'ai donc accompli mon rôle de commissaire adjoint dans ces étapes. Les Alpes, les Pyrénées (Le Ventoux, l'Alpe d'Huez, Le Tourmalet, etc...)

Ensuite, construction d'une maison à Parlan, où nous passions nos vacances en caravane.

C'est un peu plus tard que j'ai rejoint l'US Siran, où j'ai pris une licence FFCT et où j'ai eu le plaisir de connaître Jean Fournol et Pierre Sol, les très compétents présidents et dirigeants, combien chaleureux. Que de plaisir à découvrir ce merveilleux pays, si varié, si agréable à parcourir, mais si difficile, parfois.

Je n'oublie pas de citer mon épouse qui m'a toujours soutenu et encouragé dans toutes ces randonnées.

La bicyclette est dotée de plusieurs activités. Les loisirs, l'utilité, le sport et la santé.

En conclusion, si le vélo n'existait pas, il faudrait l'inventer.

Maurice Maillet

Séjour cyclo avec Enquête Exclusive

Celle-ci débuta à « Les BOUYGUES » petit hameau à proximité de Pers où Jeannot nous avait conviés à une partie de pédalage pour découvrir pendant une semaine les charmes de son département préféré avec évidemment les enjoliveurs que sont : Le Lot, La Corrèze, et L'Aveyron.

Cette semaine très conviviale, dans un site superbe, avec des repas et des pique niques, qui compensaient largement les calories perdues dans des circuits bien peaufinés par notre ami Jeannot.

Il faut dire que toute la famille Lacaze s'était investie pour que cette semaine reste dans nos mémoires, les pique niques étant même acheminés chauds à mi parcours par Jeanine et ses amis : le Top.

Tout était parfait, trop sûrement, le soleil non plus ne nous avait pas quitté durant la semaine. Le dernier jour, était prévu le plat de résistance à savoir : Le pas de Peyrol (col le plus haut d'Auvergne) en partant de PERS pour les plus audacieux et de VELZIC pour les cyclos un peu plus contemplatifs.

Le matin, notre petit groupe s'élança de Pers vers 8h15, passage à Aurillac puis grimpette au « Pas de Peyrol » par le côté le « plus facile ».

Le retour se faisant par la route des crêtes jusqu'à Aurillac et le final par les routes de campagne très peu fréquentées, mais assez tortueuses et bossues ce qui après plus de 120km de parcours idyllique nous amenait à flemmarder voire s'arrêter par curiosité ou peut être pour reposer les gambettes.

Le dernier arrêt se fit au flair en passant à « Les Bouygues », le quartier embaumait d'une odeur de pain frais ce qui, vers 16 heures, ne laisse personne indifférent.

Nous garons tous nos vélos à côté du four Banal et entamons la discussion avec les habitants locaux devenus pour l'occasion : boulangers, pâtisseries, voire cuisiniers, qui préparaient la fête du village visiblement très axée sur la gastronomie.

N'étant plus qu'à quelques tours de pédales de l'écurie il n'y avait aucune raison de rentrer, tellement les échanges étaient sympathiques, je déplaçai donc mon vélo qui se situait un peu trop près du four et le rangeai contre le mur plein soleil, qui, ce jour là malgré que nous étions en septembre cognait un peu fort.

La visite du pain cuit en première fournée rangé précieusement dans la remise, la grange transformée en salle des fêtes, l'enfournement des nouvelles tourtes et pains longs, nous avons eu droit à la totale.

Il fallait quand même se décider à partir, malgré notre envie de rester pour partager avec eux ce dîner qui a dû être très convivial et peut être bien arrosé.

Nul ne pouvait prévoir qu'un incident un peu curieux et inexplicable, laisserait aux cyclos présents un doute et pourquoi pas un soupçon sur son origine.

Chacun enfourcha sa bicyclette, et commença la séance de rotation des manivelles, sauf moi qui sentant les gravillons sous la roue arrière, stoppait net pour vérifier ce qui paraissait évident : « crevaison »

Le dépannage débuta donc, la chambre sortie, je la gonflai pour chercher le trou et vérifier mon pneu et là surprise, la chambre gardait bien la pression, en accord avec mes collègues je remontai cette chambre, puis gonflai bien la roue et prêts à partir nous passons devant le four pour saluer nos mitrons mais là, plus personne autour du four !!! Ou étaient-ils donc passés ?

Les quelques kilomètres qui suivirent furent alimentés par la discussion sur ce qui semblait n'être qu'un dégonflage de roue, et les interrogations qui en découlent: qui pouvait bien avoir fait ce geste peu commun de nos jours ?

Un collègue passé en voiture qui aurait reconnu le vélo ? Le boulanger qui avait une bonne mine, peut être pas due seulement à la chaleur du four, un jeune garçon qui faisait du VTT et semblait s'ennuyer à faire le tour du village et du four banal, les boulangères qui aimaient bien la plaisanterie, bref tout le monde

fut passé au crible mais personne de vraiment soupçonné, car, aucun indice pour concrétiser nos recherches.



L'enfournement du pain



Appétissant... !

Bien que cet incident soit banal et sans importance, de temps à autre l'énigme hantait mon esprit, et pas que le mien puisque avant de nous quitter le samedi matin mes collègues me demandèrent si j'avais eu des échos.

Depuis j'avais roulé des semaines sans que rien ne se passe et le pneu tenait toujours la pression.

En octobre nous sommes partis avec Jeannot à Péniscola, ville située entre Tarragone et Valencia, nous avons cyclé en bord de mer puis dans les montagnes environnantes au milieu d'orangers, d'amandiers, d'oliviers, sous un soleil digne de celui d'août.

Mon vélo n'avait aucun problème de tenue, le soir il dormait à côté de nous sur le balcon de la chambre que nous partageons, jusqu'à ce matin où ma roue arrière était à plat, la même qu'à PERS.

Le constat était le même : plus un souffle d'air dans la chambre.

Je prends donc mon vélo à qui je n'avais pas dit bonjour le matin (les initiés comprendront) et commence la séance de démontage, gonflage de chambre et inspection du pneu, encore une fois sans indice, car comme à Pers je ne trouvais pas de trou.

Aucun point commun avec l'avarie de PERS, hormis la présence de Jeannot, qui n'était pas avec mon groupe à PERS ce jour là, et, le connaissant assez, restait pour moi insoupçonnable, il fallait chercher ailleurs, nous décidons donc de bien gonfler la roue et de la passer à l'eau.

Un premier tour dans le lavabo ne donna rien après un gonflage un peu plus fort la chambre avait quasiment doublé de volume et là de temps en temps une bulle sortait d'une ancienne crevaison par pincement qui m'avait contraint à mettre deux rustines l'une sur le côté de l'autre.

Ouf l'enquête était résolue car comme à Pers nous étions rentrés de bonne heure la veille et les vélos disposés sur le Balcon étaient à l'arrêt et en plein soleil surtout la roue arrière du mien.

Sous l'effet du soleil la rustine supérieure devait se décoller et laisser fuir rapidement tout l'air contenu dans la chambre puis reprendre sa place par une température « normale »

J'ai toujours cette chambre dans mes reliques mais ne tenterai plus de la remonter sur une roue.

Merci à tous mes collègues qui avaient revêtu l'habit de l'inspecteur Colombo et qui peut être encore font des insomnies, dues à cette énigme non résolue, je leur devais bien cette explication, qui certifie que nous avons été très bien reçus par les habitants de Les Bouygues et sommes désolés d'avoir un instant pensé que l'un d'eux ce jour là pouvait nous cuire une bonne farce.

J'ai, au moment où je mets par écrit cette petite avarie, une pensée pour eux et le repas festif qui s'en suivit.

Bravo à celles et ceux qui continuent à mettre une animation conviviale dans nos petits villages, pour rassembler, partager, et faire des choses en commun.

Le BCMF vu par Maxence

Milou



Je remercie le club de Siran et surtout Jean FOURNOL, pour tous ces moments passés ensemble et surtout lors de la cyclo-Montagnarde. Nous avons passé une agréable journée. Nous sommes partis vers 09h du stade de Peyrolles, et nous avons continué notre chemin jusqu'au Puy Mary. Au sommet, nous avons été également bien accueilli

avec un buffet copieux et des produits Auvergnats (saucisson, pâté, fromage...). Nous avons regardé une vidéo explicative de la naissance du Puy Mary. Une fois la vidéo terminée, nous avons eu, une explication complémentaire et précise du relief par Jeannot....Une fois toutes ces explications données, nous sommes redescendus et avons mangé au stade de Peyrolles. Le chaleureux moment était terminé....!! Encore merci pour cette belle journée.

Maxence

Cyclomontagnarde à Aurillac

« Les cyclos d'en bas » c'est le surnom attribué aux cyclos licenciés au club de Siran, et qui résident vers Saint Céré, ville "perchée" à 170 mètres au-dessus de la mer, ont décidé depuis le début de l'année d'effectuer une cyclo montagnarde en 2014.

L'occasion était belle et pratique puisque le vélo Montagnard organisait cette année sa 2^{ème} édition. Depuis janvier cette épreuve était en ligne de mire et conditionnait notre motivation à ne pas trop zapper les 2 sorties hebdomadaires.

Le pas de Peyrol des 3 côtés, fut la première rencontre marquante avec la montagne Auvergnate. Une sortie de 190 Km devait également nous amener en Dordogne avec un arrêt resto à midi, il n'y a pas de mal à se faire plaisir !!! Même si les gouttes de « rouge » rendent parfois les mollets un peu douloureux.

Nous étions donc prêts, ou pensions bien l'être, pour prendre le départ le 6 juillet. Le rendez-vous était pris pour se retrouver à 4 heures du matin au stade de Peyrolles à Aurillac. Jean Claude Vanel prenait l'option d'aller dormir sur place. Gérard Chevallier devait partir de Saint Laurent les Tours vers 2h 15.

Personnellement je devais partir vers 2H45 de Latouille Lentillac. Marie Hélène qui s'était invitée à notre groupe me précisait la veille du départ que seuls les vélos équipés pourrait partir à 4 heures, la réponse fut un peu brève, mais précise: rendez-vous donc à 4 heures. Je pense qu'elle appréhendait un peu le départ et la route un peu rustique qui devait nous amener au col du Croiset.

4 heures : Tout le monde est bien là, il ne restait plus qu'à récupérer nos feuilles de route, allumer nos lampions et enfourcher nos montures dont les braquets avaient été minutieusement étudiés pour cette journée.

Après quelques mètres nous devons « bâcher », la pluie était là et pas question de prendre l'eau dès le début de cette longue journée. Sans trop de mal nous passons par le col du Croiset, la pluie avait cessé et n'avait duré que peu de temps, la route sous les parties boisées n'étant pas mouillée nous donnait comme indication que nous étions précédés par 5 cyclos.

Notre premier arrêt non prévu survint à Lacapelle Bares, ou je dus freiner un peu en catastrophe, n'ayant pas optimisé le changement de direction vers la gauche. Jean Claude qui me suivait, heurta ma roue arrière puis m'entraîna dans sa chute, sa roue avant étant liée à ma roue arrière.

Une chute n'étant que rarement gratuite, celle-ci devait se solder par des écorchures aux genoux, et au coude pour Jean Claude et un grand doute sur son poignet qui avait dû supporter le poids de cette chute et devenait vite douloureux, pour ma part rien de grave si ce n'est que ma roue arrière ne tournait plus, visiblement très voilée. Je tentais un redressement sous les projecteurs du village, puis nous reprenions la route un peu déçus de cet incident survenu par un manque d'attention et une vitesse un peu excessive par clarté limitée.

Le moral relancé nous attaquons la côte, chacun prenant bien soin de s'inquiéter sur le devenir du poignet de Jean Claude. Au bout de quelques km j'ai senti les gravillons sous ma roue arrière, signe bien connu des cyclos: la roue se dégonfle. Encore quelques mètres rendaient l'arrêt inévitable, il fallait réparer avec la frontale, un peu envieux des cyclos qui nous doublaient.

Enfin le premier ravitaillement !! il était le bienvenu après ce début de journée plutôt décevant, un grand honneur fût fait aux bons produits étalés sur ce buffet, et proposés par des membres du VM très sympathiques.

Il en sera de même sur tous les points de ravitaillement, j'en profite pour remercier tous les bénévoles qui ont œuvré avant et tout au long de cette journée, dont la réussite dépend en grande partie de leur engagement.

C'est tous feux éteints que nous reprenions la route, même si le soleil n'était pas au rendez-vous, le jour était bien levé depuis quelques instants.

Le toboggan devait continuer, nous permettant d'apprécier ce terrain de jeu formidable jusqu'au prochain ravitaillement situé à une quarantaine de km et judicieusement placé avant d'attaquer les longues montées.

Jean Claude profitait de cet arrêt pour nous demander de le laisser seul pour effectuer la suite de la cyclo prétextant qu'il n'arrivait plus à suivre. Le connaissant, cette excuse devait sûrement cacher une douleur montante au poignet et aux genoux accompagnée d'une grande déception liée à cette chute.

Nous poursuivons la route jusqu'à Saint Jacques des Blats en décidant de poursuivre à trois, laissant Jean Claude gravir seul le Pertus, col très connu pour son pourcentage et reliant la vallée de la Cère à celle de la Jordanne. Le passage par le village de Fournol, nous rappelle que notre ami Jeannot doit être au pas de Peyrol prêt pour amener ses amis visionner le film relatant la création de ce site merveilleux il y a quelques millions d'années, dont on a du mal à s'imaginer qu'il se situait à l'époque à 4000 mètres d'altitude. L'érosion est passée par là, mais il reste encore de belles grimpettes dans le Cantal et cette randonnée en est un superbe échantillon.

Au pas de Peyrol, encore un excellent ravitaillement, très bien situé et les bénévoles toujours aussi dévoués et sympathiques. Nous profitons de cet arrêt pour prendre des nouvelles de notre ami Jean Claude qui se trouve à 4 km du sommet après un arrêt à Mandailles pour crevaison, c'est rassuré que nous reprenons la route.

La descente vers le Falgoux longue et pentue nous donne une idée de ce que sera la remontée vers le col de Néronne. La montée sera effectivement au niveau de nos prévisions, si Marie Hélène le montait sans broncher, c'est avec un grand ouf que je passai cette ligne de partage des eaux, ce fut aussi pour moi le passage le plus dur de cette journée, Gérard sentant les crampes arriver mettait également « la pédale douce »

Salers arriva très vite, mais nous ne devons pas trop tarder le vent annonçait que nous ne rentrerions pas secs à Aurillac.

Si le Col de St Georges arriva assez vite, je tirai mes dernières cartouches pour le col de Légal. Gérard qui n'avait pas suffisamment bu en début de journée gérait également ses crampes, Marie Hélène qui avait du mieux gérer les efforts nécessaires tout au long de cette journée paraissait bien fraîche et pas pressée de reprendre la route pour rentrer à Aurillac, ce n'est qu'après trois tentatives qu'elle décida enfin de cesser les bavardages avec ses amis et reprendre sa monture pour le final qui ne devait être qu'une belle descente et du plat.

Les cavaliers disent souvent que quand les chevaux sentent l'écurie leur allure s'accélère, si nous n'avons rien de commun avec ces braves bêtes, il doit rester en nous un peu d'instinct animal car ce retour avec les trombes d'eau qui nous tombaient dessus semblait plus à un départ de course qu'à l'arrivée d'un 200km avec les 4000mètres de dénivelé.

Bravo à tous les organisateurs, pour cette merveilleuse journée, merci à mes collègues de m'avoir suivi dans cette envie de réaliser une cyclo en 2014, désolé pour Jean Claude qui ce jour-là a dû se sentir un peu seul, mais rassuré car depuis il ne cesse de nous dire qu'il avait beaucoup apprécié cette journée et les paysages d'Auvergne et qui sait, depuis, comment s'écrit « Le PERTUS » !!! Nom qui restera gravé dans sa mémoire peut être pour toujours. A la prochaine les amiset vive le vélo en Montagne.



Vallée du Célé « Echappée belle »

4 cyclos Lotois en balade

Participants :

Milou, connu dans le monde du vélo, reconnu pour ses compétences d'organisateur, initiateur de la sortie du 31 juillet : vallée du Célé – vallée du Lot (113 km).

Jean-claude Bertin (JCB) ; c'est l'aîné, aussi, nous en prenons soin, surtout dans les bosses !!! Particularité : JCB est capable de parler pendant des heures même en plein effort.

Gérard ; nouveau secrétaire, très serviable. Particularité : a des fourmis dans les jambes, il les chasse en pédalant comme un 'dératé'pendant de brefs moments.

Roland ; rédacteur du jour, autorisé à contempler le paysage pour partager modestement avec vous cette belle journée.

Absent :

Jean-claude Vanel (JCV) ; dernière recrue, parfaitement intégré, apprécié de tous, surtout dans les faux plats et le plat lorsqu'il tire le groupe à vive allure.

Journée du 31 juillet :

8h15, les roues des 2 véhicules crissent sur le gravier du parking. Nous sommes à CORN, village de départ accroché au versant sud d'une colline longeant le Célé.

Le programme du jour : descendre la vallée du Célé, se restaurer à Tour de Faure, remonter la vallée du Lot, passer le point haut entre les deux vallées (côte de Faycelles) rejoindre le point de départ.

Le circuit proposé ne comporte pas de difficultés dans la première moitié mis à part une option proposée par l'organisateur également chasseur de col : et oui, nous allons grimper un col, pas n'importe lequel, surtout pour un chasseur, car il s'agit du **COL DES LIEVRES** !!!! Altitude: 353mètres – distance 5 km – dénivelé 207

mètres 4% en moyenne - partie à 8%

Un léger brouillard nous enveloppe annonciateur de beau temps. Casqués, revêtus du coupe-vent jaune fluo nous partons. Un cyclo passe, Milou le connaît, (un cyclo figeacois) ils échangent quelques mots puis il disparaît dans le brouillard.

Nous abordons le faux plat descendant à allure modérée, il faut chauffer les muscles. Au fur et à mesure de notre progression le brouillard s'estompe. Bientôt nous apercevons le haut des falaises éclairées par le soleil. Ce calcaire blanc baigné de lumière est aussi étincelant qu'un glacier alpin ensoleillé; c'est magnifique. Les contrastes de couleurs sont saisissants. Les villages qui jalonnent la vallée semblent protégés par un écrin, comme si le tumulte du monde ne les atteignait pas. Les hommes de la préhistoire ont laissé des traces dans le secret des falaises, ceux du moyen âge dans les villages que nous traversons, Espagnac et son clocher d'église fortifié

L'heure de boire le café matinal a sonné ; nous décidons de nous arrêter à Marcillac sur Célé, village pittoresque avec son abbaye. Et là, surprise, pas de bistro; interrogation d'un passant: allez chez le boulanger, il possède un distributeur de boissons chaudes. Dont acte, nous voilà chez le boulanger. Là encore surprise; les dosettes de café n'ont pas été livrées pour cause de logistique défailante. Pour en finir nous avons pris un bon chocolat chaud assis autour d'une table installée sur le trottoir. Un rayon de soleil nous enveloppe mais, précise le boulanger, ce trottoir ne voit le soleil que cinq mois de l'année.

Conclusion, comme dit l'adage, rien n'est parfait dans le meilleur des mondes.

10 heure 51, nous poursuivons notre route par l'escalade du col des lièvres; JCB joue son joker et dit nous attendre au pied de la montée. En fait il réalise les quatre cinquièmes de l'ascension et profite comme nous du magnifique point de vue. La route est encore longue pour rejoindre Tour de Faure. Nous accélérons



sensiblement notre allure, croisons de nombreux cyclos , faisons quelques rencontres insolites comme ce skieur sur route (ski sur roulettes) avec ses immenses bâtons balayant les deux tiers de la route. La rivière Lot est en vue, devant nous se dresse un piton rocheux ou s'accroche le village de Saint Cirq Lapopie (le village préféré des Français en 2012) très pittoresque. Nous sommes à Tour de Faure.

Le restaurant situé dans un îlot de verdure très rafraîchissant attend les coursiers. Il est 11H45, trop tôt pour manger nous dit l'hôtesse; nous traversons le pont et allons boire une bonne mousse à la première terrasse rencontrée (merci JCB). Retour au restaurant, nous y trouvons des cyclos de Saint-Céré, deux couples, (le monde est petit). La charpente de la terrasse couverte ou nous sommes attablés semble particulièrement intéresser Milou (il construit actuellement un hangar dans son jardin). Le repas est bon, l'hôtesse sympathique mais nous ne sommes qu'à mi chemin de nôtre escapade. Il faut repartir.

La vallée du Lot est plus large, les terres y sont cultivées: les terrasses pour la vigne, les sols alluviaux pour les céréales, les légumes, les fruits, le tabac, le maïs. La route est en faux plat montant, avec un petit vent de face. Nous roulons en file indienne, à allure modérée; il faut digérer. De nombreuses bastides et châteaux jalonnent le parcours et témoignent d'une activité passée florissante. La dernière difficulté se présente à nous, imposant massif dominant la vallée, orgueilleux, arrogant, semblant défier les cyclos de venir lui chatouiller la tête. En s'approchant on distingue mieux la bastide aux habitations illuminées par le soleil; impressionnant. Nous voilà au sommet de la côte de Faycelles. Petite pose, le groupe est au complet, nous nous laissons descendre jusqu'à Corn notre point de départ. Les vélos sont rangés dans les voitures.

Il est 18 heures nous décidons de rentrer en faisant étape à Livernon pour savourer une, voire deux pressions, tout en échangeant joyeusement sur tout et rien à la fois.

19 heures 30, dans la maison, ma petite fille (6ans) a glissé une chaise contre la fenêtre et en écartant le rideau guette l'arrivée de son papi.

R.D

Les Clarines

Nous étions au Pas de Peyrol ce samedi 24 mai 2014.

Vendredi 23 Mai au soir, le défi était confirmé : plus d'écoute de la météo : rendez vous avec Gérard demain à 5h30 à Latouille pour aller à Mandailles, point de départ de notre randonnée cyclo : Les Clarines

Un petit arrêt chez Jeannot Fournol vers 6 heures pour récupérer nos feuilles de route, puis sans trop regarder le ciel, arrivés à Mandailles, nous enfourchons notre monture et attaquons l'un des côtés les plus faciles des Clarines. La montée se passait normalement, mais avec un vent qui n'était pas très chaud, nous obligeant à rester couvert malgré les efforts fournis. Bien que la neige soit tombée la veille au soir, c'est sans chaînes, ni pneus neige que nous avons aperçu le pas de Peyrol dans le brouillard. Le vent devenait de plus en plus glacial et nous rêvions au bon café qui allait forcément nous réchauffer avant de descendre vers Dienne. Ce rêve fut de courte durée car même avec le brouillard le restaurant se découvrait petit à petit mais aucune lumière n'apparaissait : tout est fermé, il faut bien se couvrir et vite descendre vers Dienne, là bas, pas de doute, la boulangerie et le café seront ouverts. Belle descente avec les cimes qui se dégageaient de plus en plus, le froid aux pieds et aux doigts s'atténuaient sûrement, grâce à la beauté de cette vallée resplendissante en cette saison.



Il fallait être fou pour faire les trois cotés par ce temps.
Milou et Gérard l'ont fait.

Arrivés en bas fallait chercher un tampon : Boulangerie fermée, Boucherie sans tampons, la patronne du bar en train d'amortir sa couette, nous contraignent à retourner vers le Pas de Peyrol sans tampons, ce n'est que quelques centaines de mètres plus haut qu'une fromagerie valide notre passage en nous proposant une dégustation de fromage Salers.

Les minutes s'écoulaient vite dans ces cas là, nous avions déjà compris que notre périple durerait plus que nos prévisions, mais qu'importe l'auberge de Lavigerie étant ouverte, nous ne pouvions pas nous passer d'un grand café surtout en voyant les pensionnaires apprécier leur petit déjeuner derrière les baies vitrées.

La remontée bien qu'un peu lente pour ma part se passa sans encombre, et cette fois ci les lumières brillaient à l'auberge. Le tampon à peine imprimé Jeannot Fournol franchissait la porte d'entrée suivi de Jeannot Berger, Michel Jeanot, Charles Lacaze, Bernard et Brigitte Barbet. Pour cette rencontre non prévue il fallait forcément s'asseoir et profiter un peu de ce moment de convivialité avec dégustation des cerises venues de Bretenoux, ramassées et portées précieusement par Jeannot Berger, dans son sac à dos dont la température n'excédait pas celle des meilleurs frigos.

Pour eux qui étaient partis de Velzic ou, d'Aurillac pour Bernard, le temps avait peu d'importance, pour nous deux



Auberge du Puy Mary : Gérard, Jeannot F Charles L, Jeannot B, Michel Jannot (Brigitte et Bernard arrivent)



restait le plat de résistance la montée du Falgoux !!!

La descente fut rapide car le brouillard avait quasiment disparu, un petit pointage au Falgoux puis remontée facile dans les premiers kilomètres, le plus dur arriva vers midi, après ce fameux pont que tous les cyclos connaissent. Même la promesse d'un demi prévu au pas de Peyrol, d'un apéro suivi d'un bon repas au lac des graves, rien n'y faisait je voyais partir

Gérard sans pouvoir passer à la vitesse supérieure. Il faut l'avouer je me plais tellement dans les montées que j'y reste de plus en plus longtemps.

Le tampon suivi d'un demi clôturaient notre épreuve physique, il ne restait plus qu'à se laisser glisser vers Mandailles en essayant d'éviter les nombreux participants à la pastourelle qui n'avaient pas comme nous, terminé d'arpenter les cimes auvergnates.

Restait plus qu'à terminer cette belle rencontre par un repas convivial organisé par Bernard.

Ce type de rencontre reste un moment de convivialité très apprécié, et pour moi son absence serait difficilement négociable.

Moralité : A vélo, faut toujours y aller, le beau temps arrive pratiquement à chaque fois.

Merci à tous et à la prochaine

Milou

CRITERIUM NATIONAL DU JEUNE VÉTÉTISTE LA FLECHE - SARTHEVendredi 9 juillet :

Au petit matin, Pierrot Damien et moi, partons en direction de la Flèche, ville organisatrice du CNJC 99. Arrivés à Tulle, nous prenons le 3ème qualifié de la ligue d'Auvergne, Florian, du club de Madic. Nous arrivons à la Flèche à 15 heures au Prytanée national militaire. Nous récupérons nos dossiers et allons nous installer dans nos chambres avant le dîner.

Samedi 10 juillet :

Au champ du coq, nous nous réveillons et allons déjeuner. Ensuite nous nous préparons pour le défilé des ligues. Nos cheveux teints en jaune et vert (couleur de la ligue), nous défilons dans les rues de la Flèche. Pierrot avec son sifflet, moi avec ma "corne du supporter" et le reste du petit groupe que nous sommes, nous essayons de représenter la "ligue Auvergne" parmi tant d'autres. Mais cela est très dur...

En fin de matinée, les organisateurs nous contrôlent nos VTT, puis vient le repas et l'on sent que l'épreuve approche car il y a moins de chahut, tous les participants essaient de se concentrer.

Après le repas, on nous regroupe et nous sommes appelés les uns après les autres toutes les minutes. Des cartes de routes nous sont distribuées et nous sommes envoyés sur différents circuits.

Je commence par le rando-guide. Il est très dur, mais je réussi à le faire sans trop de difficultés. Puis vient le circuit avec la lecture de carte, il est plus facile, les questions de balises ne sont pas trop dures. Je boucle les deux circuits dans le temps réglementaire. Je n'ai pas fait d'erreurs je n'ai donc pas de pénalités pour l'instant.

Puis vient le test mécanique avec le dérivage d'une chaîne, cela se passe bien. Ensuite le test nature, là je fais une erreur (-10 points). Jusque là c'est pratiquement "un sans faute". Dix points de moins au national ce n'ai pas une grosse perte ! ...

Mais le plus dur reste à faire, le trial, mon point faible. Pourtant il semble facile pour les autres, mais pour moi, il me semble extrêmement dur. Résultat : 40/60 points, je m'y attendais.

Après toutes ces épreuves, une douche et du repos sont bien mérités.

Dimanche 11 juillet :

Après avoir déjeuner, notre petit groupe de quatre, allons faire un petit tour de VTT autour d'une ancienne carrière. Comme il y a plein de bosses dans les chemins et que j'adore faire des sauts avec mon vélo, je ne régale... Mais pour en sauter une sans voir le chemin qui continue, je ne sais pas comment il faut faire (heureusement que je ne saute pas sur la bosse, car derrière elle il y avait un lac en contrebas). Ce chemin aurait dû être signalé ou barré !

Ensuite nous sommes revenu faire le trial. Les obstacles que je n'avaient pas passés la veille, je les réussis. Je suis hors de moi !

L'après midi, nous regardons le contre-la-montre du tour de France qui se déroule à Metz où Lance Armstrong, guéri d'un cancer, "écrase" tous ses adversaires.

C'est en fin d'après midi que les discours de clôture ont lieu puis nous nous rendons à la salle Coppélia où se déroule le repas et la remise des récompenses. Les organisateurs ont décidé de donner les résultats en commençant par le dernier pour faire durer le suspense. Florian est classé dans les derniers mais pour sa première participation cela n'est pas décourageant. Damien ne se classe pas trop mal (environ 30ème). Quant à moi, je suis 5ème et 2ème de ma catégorie. Je suis heureux.

Ce n'est que le lundi que nous sommes retournés dans notre Cher Cantal, en pensant l'avoir bien défendu pendant ces deux jours.

Anthony BOISSIERE

HOMMAGE À CHARLES

Il va y avoir un an que tu nous as quittés, Charles. Et je ne m'y fais pas! Lorsque je passe à Siran, cette maison aux volets clos sur ton absence sans retour, ce jardin qui n'est plus cultivé, qui porte ton deuil, ce cadre où ta vie s'est arrêtée... Chaque fois mon regard s'embue... Tu nous étais plus précieux que tu n'as pu l'imaginer. Lorsque tu passais devant chez nous et que tu t'arrêtais un instant, ta visite était toujours désintéressée, juste un moment d'amitié. Rouler avec toi était rassurant, toi le doyen dont le courage forçait le respect. Tu prônais la modestie et la mesure et te suivre, bien que ton rythme en ait surpris plus d'un, était une expérience de la joie de pédaler. Ton exemple donnait envie de faire du vélo. Tu étais simple et bon, et tu nous manques.

Jean-Pierre Fort

Notre ami Charles nous a quittés le 12 décembre 1998. Le vide causé par sa disparition est immense, tant sa place était grande au sein des associations de la commune de Siran. Il aimait les joutes. Pendant quinze ans, il a assuré la trésorerie du club cyclotouriste. Ensemble nous avons participé à sept semaines fédérales, un tour de Corse et beaucoup de randonnées dans la région.

Il n'aimait pas qu'on parle de lui, mais ses qualités humaines, indissociables de son engagement au service des autres, étaient appréciées par tous ceux qui, quotidiennement, faisaient appel à ses compétences. C'était un grand sportif, un parfait honnête homme. Puissent son dévouement et sa disponibilité conserver à jamais valeur d'exemple pour chacun d'entre nous !

Vous êtes parti pour le plus grand des voyages, Charles. Bonne route ! Que la randonnée soit magnifique, que la pente soit douce et que le sommet soit le bonheur mérité !

Jeannot Fournol

AUTOMNE

*Dans les vallons s'étirent des écharpes de brume.
Au matin, le bétail, tourné vers le levant,
Résigné, immobile et le regard absent,
Recueille un soleil pâle, sur les prés blancs qui fument.*

*Aux flancs des coteaux sombres, les arbres se dépouillent.
Le vol noir du corbeau remplace l'hirondelle.
Capricieuse et légère, partie à tire d'aile,
La fougère des bois est mangée par la rouille.*

*L'automne est arrivé et la mélancolie
De ses teintes brunâtres aux senteurs capiteuses
Pousse l'homme vers l'être où, claires et joyeuses,
Dansent des flammes blondes, alors que vient la nuit.*

JP Fort 11/1999

Lettre ouverte
à mon club

Naïvement, je croyais être membre depuis plus de 15 ans d'un club cyclotouristique, d'un club où l'amitié compte plus que la moyenne réalisée. Quelle n'était pas ma joie après la grave opération à cœur ouvert subie le 17 février, après un entraînement solitaire repris début avril, de me croire capable de venir rouler en groupe lors de la sortie club des retraités du 2 juin. Et bien ce n'était qu'un rêve ! Les copains m'ont certes dit bonjour et demandé de mes nouvelles, mais dès le départ, je ne les ai plus revus. Un seul a sauvé l'honneur et l'éthique cyclo en restant avec moi et en me "tirant" pendant les 60 kilomètres que nous avons parcourus. A l'arrivée, en raison d'un vent violent, j'étais épuisé, un tel effort était prématuré. Epuisé physiquement mais aussi moralement ! Comme j'aurais été heureux si les copains présents avaient roulé quelques kilomètres avec moi ! D'abord, sentimentalement cela aurait été pour moi comme une résurrection, ensuite j'aurais été mieux abrité en groupe et surtout je n'aurais pas hésité à faire demi-tour alors que je n'ai pas voulu laisser tomber le seul qui avait bien voulu m'accompagner. J'ai toujours parfaitement admis que chacun pratique le vélo suivant ses moyens et ses goûts mais je sais qu'il existe des clubs à caractère cyclo-sportif où l'on est capable d'attendre un copain qui revient après une opération ou une maladie.

Bien sûr, il y a encore dans ce club auquel je reste attaché quelques "cyclos" au plein sens du terme. Je n'ai pas eu de veine, un seul était présent ce jour-là. Qu'il sache que son attitude m'a fait chaud au cœur et que je ne l'oublierai pas.

Peu importe la façon dont on s'habille ou

**Au RDV des CHASSEURS
BAR - SNACK**
Dominique GLORIEUX

Avenue des Platanes
15150 LA ROQUEBROU Tél. 04 71 46 05 99

UN VÉLO ÉLECTRIQUE POUR UN AN ...

Une célèbre école d'ingénieurs douaisienne a mis au point divers prototypes de vélos électriques et veut en tester l'endurance sur de longues distances...

La création récente à l'école des Mines de Douai d'un pôle de compétences en maintenance et génie électrotechnique ne doit rien au hasard.

La cité de Gayant est l'une des 22 villes-pilotes retenues pour l'expérimentation du véhicule électrique. Et le terrain y est particulièrement favorable. Dans ce secteur se trouvent, en effet, plusieurs sociétés engagées dans cette filière (ERAD constructeur de voitures électriques, DBT conception de bornes de recharge, Oldham fabricant de batteries).

Un pôle électrique

L'installation de ce pôle dont la mission réside dans la formation à la conception de véhicules et des bornes de recharge, des personnels de sociétés constructrices de véhicules électriques, a été rendue possible grâce au soutien financier du FIBM (800 000 F, du contrat de plan État-Région (1 MF), de la DAFCO (350 000 F).

2,7 MF ont été investis dans cet axe de développement qui s'appuie sur les formations existantes au sein de l'École de Mines et sur les compétences du corps enseignant qui, lui aussi, estime ce nouveau mode de transport à terme incontournable.

Des prototypes fiables

Les ingénieurs en herbe, assistés de leurs professeurs ont donc conçu et fabriqué plusieurs prototypes de vélos électriques, une dizaine au total. Les premiers essais ont permis de rendre fiables ces deux-roues à batteries. Le temps est maintenant venu d'en vérifier la résistance.

Dix volontaires...

Pour cela, ils s'adressent à l'URFA en tant que plus grand club cyclo-touriste de la région Nord afin de trouver les dix volontaires pour

expérimenter pendant une année ces nouvelles machines.

Les testeurs doivent s'engager à effectuer au moins 2.000 Km dans l'année. Ils devront aussi s'astreindre à noter tous leurs déplacements et leurs éventuelles remarques sur ces engins de l'an 2000. Les Urfistes intéressés doivent

l'obligation de recharger leurs batteries pendant 8 heures avant qu'elles puissent à nouveau rendre ce service. Les technologies nouvelles ont permis de réduire le poids des batteries à seulement 8 Kg et les alliages utilisés font qu'aucune de ces machines ne pèse plus de 15 Kg.

Un deux-roues sort particulièrement du lot : il est muni de pédales et de poignées chauffantes pour les hivers rigoureux, malheureusement au détriment de l'assistance au pédalage (2 heures seulement).

Diagonales "électriques"

La Fédération semble particulièrement intéressée par ces engins qui devraient permettre à des cyclo-touristes aux moyens limités de goûter aux joies des longues randonnées.

À cet effet, il semble que dès le 1^{er} avril, elle ouvre une épreuve équivalente aux célèbres diagonales mais réservées aux possesseurs de ces engins électriques.

La Présidente tentée ?

Nous espérons que les volontaires seront nombreux pour que notre club puisse justifier de la confiance qui lui est faite (il semblerait que Nadia, la femme de notre président soit déjà intéressée par un tel engin pour pouvoir accompagner plus souvent son mari).

La rédaction encouragera, bien sûr, tous les volontaires à relater leur expérience dans les colonnes du Sans Frein pour en faire profiter tout le monde.

Alors vite, renvoyez les bulletins d'inscription.

PML



Version VTT : Vélo TouT électrique

remplir le bulletin joint au Sans Frein et l'adresser avant début avril à un membre quelconque du Comité. Les engins seront remis à leurs expérimentateurs dans les locaux de la Voix du Nord le samedi 13 avril à 14H30.

Des pédales chauffantes !

Les caractéristiques communes de ces bicyclettes en font des machines particulièrement attrayantes. En effet, elles permettent d'assister le pédalage pendant presque cinq heures, augmentant la vitesse moyenne de 10 Km/H. La contrepartie de cette aide réside dans

▶ La verbalisation des cyclistes

Pour y voir *plus clair !*

Le partage de la route ou de la rue dans le respect mutuel a ses propres règles. Ne pas les respecter, c'est aussi, au-delà de la sécurité de tous, s'exposer à des sanctions pécuniaires et parfois pénales.



R415-10 : Refuser la priorité en entrant sur un giratoire = contravention de 4^e classe.



R412-7 : Circuler hors de la chaussée (sur trottoir) = contravention de 4^e classe.



R412-6-1 : Utilisation d'un téléphone portable tenu à la main = contravention de 4^e classe.

Nous sommes tous a priori soucieux de respecter le Code de la route, mais conscients aussi que nous ne sommes pas à l'abri d'une infraction involontaire. Car il n'est pas toujours facile de s'y retrouver dans les textes et leurs différents renvois vers... d'autres textes ! Essayons d'y voir plus clair en tenant uniquement compte du Code de la route et en sachant que certains actes commis avec un véhicule relèvent du Code pénal.

La réglementation française n'est pas simple

Les cycles sont des véhicules et chaque fois qu'un article du Code fait mention du conducteur d'un véhicule, les cyclistes sont concernés. Certains articles ne font d'ailleurs mention que du conducteur d'un cycle. Dans ce cas, les conducteurs d'autres véhicules ne sont pas concernés. Les amendes pour contravention aux articles du Code peuvent être forfaitaires pour les quatre premières classes ou fixées par un juge avec un montant maximum. Certaines infractions constituent un délit, il n'existe alors pas d'amende forfaitaire. L'avis d'amende est remis en mains propres (les cyclistes ne peuvent recevoir de contravention à domicile). L'amende est minorée si elle est payée dans les trois jours, normale pour un paiement entre quatre et quarante-cinq

jours, majorée au-delà de quarante-cinq jours. Les amendes pour contravention de première classe ne sont pas minorées.

Tout le Code est sur Legifrance

Il n'existe pas de site qui répertorie les contraventions commises avec un cycle et le montant des amendes qui leur sont liées. Le seul moyen de les connaître est de lire le Code de la route, disponible sur le site officiel Legifrance.gouv.fr. Il est possible de faire des recherches à partir de mots ou expressions. Les contraventions concernant les cyclistes ne sont que dans la partie réglementaire (articles commençant par R) du Code. Par exemple, les infractions courantes telles que le non-respect d'un feu rouge ou le franchissement d'une ligne blanche sont des contraventions de la même classe qu'elles soient commises avec un cycle ou une automobile, il en est aussi de même pour la conduite sous l'emprise de l'alcool ou de stupéfiants.

Infractions liées aux pratiques cyclistes et risque encourus ?

Vous êtes nombreux à vous interroger et vous poser ces questions. La commission nationale de Sécurité FFCT prépare un volet spécifique pour le site Internet fédéral www.ffct.org. Ce répertoire sera mis en place prochainement. Il comportera

des articles du Code concernant les cycles avec lien vers une fiche synthétique donnant la classe de la contravention et le montant de l'amende. Le tableau ci-contre vous en présente un extrait lié aux principales contraventions.

Nous espérons la mise en place de ce volet au plus tard à la fin du premier semestre 2014, n'hésitez pas à nous faire part de vos remarques et avis (j.fournia@ffct.org). ■

Texte : Michel Guerard et Jacques Fournia
Photos : Monique Loride et Michel Guerard

Montant des amendes

5^e classe = amende de **1500 €** + confiscation de l'appareil, doublement de l'amende en cas de récidive.

4^e classe = Amende minorée **90 €**, normale 135 €, majorée 375 €, amende maximum 750 €

2^e classe = Amende minorée **22 €**, normale 35 €, majorée 75 €, amende maximum 150 €

1^e classe = Amende normale **11 €**, majorée 33 €, amende maximum 38 €

Amendes encourues par les cyclistes

N° article du Code de la route	Nature de la contravention	Classe de la contravention
R234-1	Alcoolémie supérieure à 0,25 mg d'alcool par litre d'air expiré	4
R412-19	Franchissement d'une ligne blanche continue	4
R412-27	Ne pas contourner par la droite un aménagement au centre de la chaussée	4
R412-28	Emprunter un sens interdit	4
R412-30	Ne pas marquer l'arrêt absolu à un feu de signalisation au rouge fixe ou clignotant	4
R412-6-1	Utilisation d'un téléphone portable tenu à la main	4
R412-7	Circuler hors de la chaussée (sur trottoir)	4
R412-9	Circuler sur la moitié gauche d'une route à double sens	4
R414-6	Dépasser par la droite	4
R415-10	Refuser la priorité en entrant sur un giratoire	4
R415-11	Ne pas céder le passage à un piéton qui s'engage	4
R415-5	Refuser une priorité à droite	4
R415-6	Ne pas marquer de temps d'arrêt au signal Stop	4
R415-7	Refuser la priorité à un cédez le passage	4
R415-9	Ne pas céder le passage en sortant d'un chemin de terre, en franchissant un trottoir ou une aire de stationnement	4
R412-10	Ne pas avertir de son intention de tourner	2
R412-11	Ne pas céder le passage à un véhicule de transport en commun quittant l'arrêt	2
R412-26	Ne pas circuler dans le sens imposé	2
R412-31	Ne pas s'arrêter au feu jaune fixe	2
R412-9	Ne pas circuler au plus près du bord droit de la route	2
R421-7	S'arrêter ou stationner sur la chaussée	2
R431-11	Siège enfant sans attache ou sans repose-pieds	2
R431-1-1	Absence de gilet de haute visibilité hors agglomération la nuit ou si la visibilité est insuffisante	2
R431-5	Transport d'une personne sans siège dédié	2
R431-6	Rouler de front à 2 tricycles	2
R431-7	Ne pas se mettre en file simple quand les conditions de circulation l'exigent	2
R431-8	Se faire remorquer	2
R431-9	Circuler hors d'une piste cyclable obligatoire	2
R313-18	Absence de catadioptre rouge visible de l'arrière	1
R313-19	Absence de catadioptres oranges visibles latéralement	1
R313-20	Absence de catadioptres sur les pédales	1
R313-33	Absence de timbre ou grelot, ou timbre qui ne fonctionne pas, ou usage de tout autre signal	1
R313-4	Absence de phare allumé (inexistant ou hors de fonctionnement), la nuit ou lorsque la visibilité est insuffisante	1
R313-5 + R416-10	Absence de feu rouge (inexistant ou hors de fonctionnement) nettement visible de l'arrière, la nuit ou lorsque la visibilité est insuffisante	1
R315-3	Absence de freins, ou un seul frein, ou freins inefficaces	1

► La liste des contraventions citées dans ce tableau n'est pas exhaustive.

► En cas d'infraction grave occasionnée par un cycliste avec passage au pénal devant un juge, le risque de suspension du permis automobile comme peine complémentaire existe.



Attention cyclos ce geste est interdit !!!



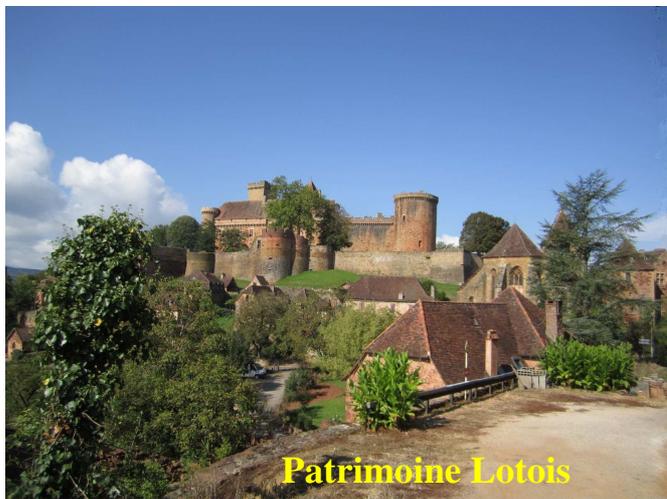
Voie sans issue !!!



Pique nique improvisé



Pour qui ce vélo ?



Patrimoine Lotois



Repos du cycliste !!!



Vélo en famille



La chasse est ouverte