

Bulletin du Cyclo Club de Villers-Cotterêts Année 19 - N°28 - Novembre 2018

PORTRAIT DU JOUR Pascal COUTURE



Chères adhérentes, chers adhérents,

Hello c'est moi Pascal Couture

Je suis arrivé dans cette belle région, comment dire autrement, il y a 14 ans c'était la période d'halloween le petit Couture Edouard mon fils était triste, il ne connaissait pas les voisins snif pour les bonbons.

A cette époque le vélo c'est des souvenirs de jeunesse des histoires avec mon père du style on refait l'histoire des courses Junior Senior.

Chemin faisant je rencontre le petit Yves Disant et on parle de vélo, de course. Le nouveau membre du CCS 02 Philippe Petiot nous défie de monter sur un vélo, qu'à cela ne tienne, le Team Corcy 2012 vient de naître. Viendra nous rejoindre sur la route le Grand Pascal et Patrice. 2015 l'idée de rejoindre le CCVC sera l'aboutissement d'une bonne camaraderie de cette époque

Quand j'ai parlé en 2012 à mon père que je reprenais le vélo il était heureux lui le passionné t'inquiète ma t'il dit le vélo ça ne s'oublie pas.

C'est vrai.

Quand, après des années sans être monté sur un vélo, on enfourche de nouveau, un petit miracle s'accomplit. La combinaison des gestes revient comme par enchantement. Ce que je n'avais pas prévu c'est si la tête veut les jambes elles pour la première sortie Corcy Villers c'est l'enfer 8km il doit y avoir une erreur, la côte de Dampleux le Tourmalet.

Au final la souffrance passe, les petits progrès apportent une petite joie une petite victoire dimanche après dimanche. La découverte des paysages l'ambiance les je te chambre à toi à moi valent bien une petite douleur aux jambes et puis l'endorphine c'est bon pour le moral non !

Profitions tous de notre magnifique sport comme Robert Marchant c'est ce que je nous souhaite à tous

Sportivement

Pascal C.

LE MOT DU PRÉSIDENT

Chères adhérentes, Chers adhérents

Cette année restera gravée dans les mémoires de chacun, notre pote Christophe P. a été emporté par la maladie, c'était un merveilleux compagnon de route, adieu l'ami !

Hubert L. quant à lui, s'est remis de sa chute impressionnante, quel courage, quelle pugnacité, respect !

C'est aussi, une saison où l'on tâtonne pour trouver la bonne adéquation, entre sortie du dimanche et plaisir de faire du vélo, l'ajustement des distances au niveau des sorties des groupes a permis de corriger ce défaut.

Au niveau sportif, quelques places d'honneur sont à noter, plusieurs participations à des cyclo-sportives, des courses UFOLEP, des randonnées de renom (Paris Roubaix, le Tour des Flandres...), et aussi la redoutable étape du tour Annecy - Le Grand Bornand, ou encore notre sortie annuelle dans le Morvan.

C'est aussi, notre première année d'adhésion à la FFC, une "non réussite" assumée par le président que je suis, adhésion qui ne sera pas renouvelée en 2019.

Enfin, la météo nous a offert un festival de températures, un ensoleillement propice à notre sport, des randonnées bucoliques, nous avons été gâtés.

Je souhaite activement que la prochaine saison soit placée sous le signe de l'entente cordiale, de la solidarité et surtout, surtout sous le signe de la sécurité.

Je remercie nos élus de la commune de Villers-Cotterêts, nos élus communautaires, nos sponsors, les membres du bureau pour le travail accompli.

Je terminerai par cette citation : « un cyclotouriste n'a pas de palmarès, il n'a que des souvenirs ».

Une bonne et heureuse année 2019.

Bien à vous

Sportivement.

Le Président du CCVC

Gilles LAURENT

L'EDITO

L'évaluation permanente, l'instantanéité des opinions, un futur flou et incertain... Force est de constater qu'aujourd'hui, les possibilités d'accumuler la frustration sont nombreuses. Certains choisissent de l'évacuer en pratiquant la cueillette des champignons, le jardinage ou l'expression artistique. Pour ceux qui n'aiment pas la solitude la pratique du vélo en club, lorsqu'on y est perçu avec bienveillance et sans jugement, le permet également. Ils trouveront toujours un copain ou bien dix pour rouler à leur rythme et rire d'un rien.

Comme nous le rappelle le mot du président la vie peut être cruelle. Alors il faut saisir toutes les occasions de vivre des moments de camaraderie qui feront de beaux souvenirs comme ceux que nous font partager Gilles, Marc, Fred et Dominique dans ce numéro. Donc n'hésitez pas à parler de vos projets de randos ou cyclos.

Bruno CREPS



Galette des Rois

Le 20 Janvier 2018

Un peu d'histoire...

Célébré pendant longtemps le jour de l'Épiphanie le 6 janvier, soit 12 jours après Noël, on tire désormais les rois le 1er dimanche de janvier (le 1er dimanche entre le 2 et le 8 janvier, lorsque le 6 janvier tombe un jour de semaine, jour non chômé ne permettant pas aux fidèles de se rendre à la messe).

Enfin bien souvent on mange de la galette durant tout le mois de janvier !

Donc cette année, la date de l'épiphanie est le dimanche 7 janvier 2018. L'Épiphanie commémore la visite des 3 rois mages - Melchior, Gaspard et Balthazar - venus d'Orient à Bethléem en suivant l'étoile brillante vue dans le ciel le jour de la naissance de Jésus. Leur périple a duré 12 jours avant de pouvoir se recueillir devant l'enfant Jésus et lui offrir des présents. Ce n'est qu'en 336 après J.C. que l'église catholique déclara officiellement le jour de Noël le 25 décembre, le faisant ainsi coïncider avec les fêtes païennes très populaires de l'époque qui avaient tout un tas d'anciens rituels liés au solstice d'hiver. Les célébrations fêtant le rallongement des journées et le retour du soleil duraient aussi 12 jours.

Cette année, nous étions environ 50 personnes à venir déguster la traditionnelle galette des rois, merci à Jean Pierre, Serge, Michel et Josiane pour l'organisation, c'était parfait comme d'habitude.

Bonne et heureuse année à toutes et à tous et à l'année prochaine



Gilles L.

Sortie VTT

Le 10 Février 2018

En ce Samedi, rdv à la gare à 14h pour une virée sous le soleil et la neige, direction Coyolles via la station d'épuration de Villers-Cotterêts



La neige est épaisse, les paysages sont magnifiques, aux étangs de Coyolles nous rattrapons la N2, puis on s'engouffre dans la forêt, la neige est épaisse, au détour d'une pause, je prends cette photo insolite :



Il y a près de 20 cm de neige par endroit sur le plateau situé derrière Haramont.

Nous prenons la direction de Vez, puis c'est le retour par Walu via Coyolles.

Une belle sortie hivernale sous le soleil, nos deux passages pas Coyolles lieu d'habitation de Christophe PHILIPPE nous permettent de penser à lui et à ses proches.

Gilles L.

Tour des Flandres

Le 31 Mars 2018

Tour des Flandres 2018, l'épopée des baroudeurs...

Le 5ème pour Fred et le 4ème pour moi, quand on aime on ne compte pas...

Temps frais sans pluie mais la chaussée est un peu mouillée donc les pavés également.

rdv prit pour 07h30 et pour une fois nous sommes à l'heure, départ 08h00 après la traditionnelle photo.



J'enfourche mon cheval et tout d'un coup la chaîne du vieil Orbea rend l'âme...il faut dire qu'elle avait au moins "mille ans... ", me voilà dépité !

Rdv direct au centre de réparation sponsorisé par Shimano, tout est possible tout est réalisable, les réparations diverses s'enchainent, dérailleurs arrachés, bloqués, crevaisons etc...par chance, le réparateur très sympa et aguerri à ce job me remet cela en état et nous voilà enfin reparti après 30 min ... on démarre les 139 km.

Les 2 premiers monts sont très encombrés, il en sera ainsi jusqu'au premier ravitaillement, puis on escalade le fameux Koppenberg où une fois de plus pas de chance pied à terre ! une ambulance est devant nous, toutes les difficultés se font bon train, les 9 sections pavées, les monts. Nous passons le second ravito où je fais le plein de gaufres pour la saison ☺, puis au détour de diverses petites montées, je perds de vue Fred, au passage Red Bull on se délecte du nectar (c'est pas bon, mais c'est bon...), la Red Bull de l'année, c'est mieux pour passer le fameux Paterberg et sa pente à 20% et on l'a fait, une première pour nous 2, sommes fiers de nous !

Fin de parcours jusqu'à l'arrivée et les stands du départ ! Encore une belle sortieavec mon copain.

TDF 2018, un bon cru !

Marc.S & Frédéric.N.

Velodrome National de Saint Quentin en Yvelines

Le 14 Avril 2018



Une journée au Vélodrome National de St Quentin en Yvelines.

Suite à mon inscription à l'étape du tour je suis invité par ASO à participer à un baptême de vélo de piste au Vélodrome National de St Quentin en Yvelines. J'ai essayé d'avoir une place supplémentaire pour Gilles mais je n'ai pas réussi.

Je suis invité le samedi 14 avril à 10H. Avec les départs en vacances et la grève des trains je prends de la marge et arrive à 9h sur place. Le vélodrome est majestueux. Je suis reçu par l'un des dirigeants du vélodrome.



En arrivant au-dessus de la piste c'est très impressionnant, au-dessus du virage la piste est à 42°, on ne s'imagine pas rouler avec un devers aussi important.

Je passe devant les vestiaires de l'équipe de France le cœur serré.

J'arrive dans la "fosse" on me dit que je commencerai vers 10h20 vu le nombre de participants on roule un peu plus longtemps sur la piste.

Je discute avec un technicien de l'équipe de France, il habite Mareuil sur Ourcq il connaît bien notre région. Ensuite j'échange avec un spécialiste des études posturales très intéressant, je vous passe les détails.

Ça y est, ils nous choisissent un vélo. Ils nous expliquent comment monter sur la machine, avec un pignon fixe et sans frein, ce n'est pas évident.

On commence quelques tours de roue, pas évident, mon vélo grince il décide de me le changer.

On monte sur la piste, très impressionnant. Nous sommes 6 derrière une féminine. Nous démarrons en ligne et montons un peu sur la piste. Le virage est impressionnant on se dit que ça ne va jamais tenir mais ça passe. Celle qui est devant ralentit pour s'arrêter, je suis obligé d'accélérer pour les rattraper, je monte petit à petit dans les virages jusqu'en haut trop top. On nous arrête pour aller boire un coup d'eau, c'est vrai qu'il fait soif.

Après cette petite pause, ils décident de nous apprendre à faire des relais. A chaque tour, au TOP du coach nous devons nous écarter, monter dans la courbe, laisser passer le groupe, descendre et se mettre derrière. Vraiment super.

Une belle expérience, je vais essayer d'organiser ça à l'automne.



Dominique.L.

La Montapeine

Le 21 Avril 2018



Initialement nous avions projeté d'aller en Belgique pour participer à Liège-Bastogne-Liège. Le prix et la distance nous ont fait renoncer. Nous avons donc opté pour la Montapeine à Meaux. Nous sommes 4 participants, Greg, Michel F, Pascal C et moi-même. Jean Claude a émis l'idée de venir mais nous ne l'avons pas vu. Erreur sur la date.

Initialement prévu sur le 210, sur le conseil de notre sage (Michel F), nous optons pour le 160km. Nous covoyageons à partir de la maison le rdv était à 07h15. Après la traditionnelle escale technique nous voilà au départ de la Montapeine. Certains essayent de nous handicaper en nous proposant café, gâteaux etc.... super sympa. A 08h30 nous voilà partis, nous sortons de Meaux pour rejoindre au train notre campagne. Nous enchaînons les bosses les unes après les autres sans grandes difficultés. Nous traversons Villers-Cotterêts et notre président d'honneur (Hubert) est là pour nous soutenir. Après un ravitaillement aux abords de La Ferté Milon, nous nous arrêtons à la maison déposer les manchettes, faire le plein d'eau. Pas mal d'avoir une étape intermédiaire.

Nous voilà repartis vers la marne. Michel n'est pas content nous sommes en avance sur le planning, non mais est ce que l'on voit un avion ou un train en avance !

La fin s'annonce plus difficile, Greg commence à fatiguer, il fait chaud et les dernières bosses se font de plus en plus longues. Une petite douleur au doigt de pied se réveille. Nous rattrapons Pascal en chemin, bien fatigué.

On finit à 28 de moyenne pour 162 km et 2000 m de dénivelé, pas mal pour des petits gars comme nous.

Nous gagnons tous à la Tombola, Pascal gagne une paire de chaussure à sa taille, sympa.

Nous rentrons tranquillement à la maison où nous sirotons une petite bière à l'ombre des arbres. Eh la, Céline me propose un petit tour de Tandem, la journée n'est pas finie...

Dominique.L.

Sejour club dans Le Morvan

Du 20 au 24 Juin 2018

Depuis plusieurs années, Daniel Arteau nous vante les mérites de cette région de France : le MORVAN, ce n'est pas seulement à cause du climat local, cette région de France est aussi appelée le petit Québec français, on y trouve des rivières, des lacs, des forêts de sapins, des sapinières, les routes sont bucoliques, les soirées fraîches, les hivers assez rigoureux, sans compter le dénivelé...

C'est donc parti pour une nouvelle aventure, après plusieurs rdv et divers échanges avec Daniel, objectif MORVAN 2018 pour une vingtaine de membres du CCVC .

Philippe et Marielle partent une semaine avant nous dans la vallée de l'UBAYE, histoire de peaufiner la préparation et surtout de gravir des sommets à plus de 2 000 m pour le club des 100 cols, félicitations Marielle.

Cette année le séjour aura lieu du 20 au 24 Juin, Fabrice nous accompagnera, merci à toi « Fafa ».

Nous nous dirigerons au gîte de Pannecières, gîte situé au pied du barrage et donc du Lac de Pannecières.



Au niveau de l'organisation, le choix de la gestion libre a été fait, sommes donc autonomes pour les repas, choix du traiteur local pour le soir, plats cuisinés pour le midi, les petits déjeuner sont réalisés par nos soins. Samedi soir un barbecue sera organisé.

Mercredi 20 Juin 08h45, c'est le top départ, la météo sera clémente, en espérant qu'il ne fasse pas trop chaud.

Chacun a pris son repas, on a prévu de manger ensemble à proximité du gîte, les 350 km sont avalés bon train, arrêt dans la campagne verdoyante, à 45 km du gîte, c'est bucolique...

Petit repas sous les arbres au bord d'une rivière, que demande le peuple !

Le gîte est en vue, il est 14h, nous prenons possession des lieux, sans avoir échangé avec les propriétaires, il faut déjà sortir le chéquier...15h tout le monde sur le pont, une sortie de 55 km est prévue, histoire de se mettre en jambe.



Dès la sortie du gîte la route nous rappelle que la région est vallonnée, c'est même les montagnes russes...direction le Lac de Pannecières, c'est magnifique, l'eau est d'un bleu turquoise, c'est calme et reposant...



Lac de Pannecières



Un petit sourire pascal !



Les 55 km sont avalés en un peu plus de 2 heures, une bonne idée cette sortie, merci Dom.

Tout le monde prend possession de sa chambre, Philippe et Marielle sont arrivés nous sommes donc au complet, 17 personnes cette année, pour tout vous dire, j'aurais apprécié que plus de monde se mobilise, surtout que la location du gîte est au forfait pour 53 couchages, remarquez on a de la place, regardez plutôt !





18h30, avec Daniel on se rend chez le traiteur, au menu de ce soir Paella les repas sont préparés sous vide, le traiteur se trouve à 15 km du gîte, il a préparé les plats pour deux jours, nous y retournerons vendredi soir. Une petite nouveauté cette année, pour les repas du midi, terminé les sandwiches, dorénavant nous ferons un plat la veille, ce soir c'est pâtes au thon.

Fabrice se met à la cuisine, ils plongent les pâtes dans la marmite, malheureusement le temps de cuisson des pâtes n'est pas identique selon les paquets, après 3 minutes toutes les pâtes ne sont pas cuites ☹, Dominique et Jean Carles se mettent au tri des pâtes...quand faut y aller faut y aller !

Apéro, pas fainéants, chips, cacahuètes et pétillant...

Le repas est copieux, pas de reste.

Jeudi 21 Juin :

Le boulanger nous livre le pain à 6h30 comme prévu, c'est parti pour un petit déjeuner en musique, avons en effet à disposition un tas de CD.

Chacun se met à table à son rythme, confitures, miel, jus d'orange etc...de quoi bien préparer la journée.

Avons prévu les départs pour 8h30, personne en retard, chacun dans son rôle, Fabrice remplit les bidons, on prépare la glacière, la bière (indispensable...) il va faire chaud, Philippe et Marielle partent plus tôt, ils nous rejoindront pour déjeuner à Quarré les Tombes ce midi.

Au programme du jour, 115 km et 2100 m de dénivelé, pour le tour des Lacs.

08h30, c'est parti, le soleil fait des reflets sur l'eau, c'est tout bonnement magnifique, on aborde les rives du Lac de Pannecières, c'est très joli, la température du matin est clémente, la journée a bien commencé.



Histoire/géo : Le lac des Settons (Construit entre 1854 et 1861 pour réguler le débit de l'Yonne et faciliter le flottage du bois jusqu'à Paris, le lac des Settons, situé au coeur du massif du Morvan, près de Montsauches-les-Settons, est de nos jours un lieu de villégiature apprécié des amateurs de loisirs nautiques).

12h, Philippe et Marielle nous ont trouvé un endroit très sympa pour déjeuner, les pâtes sont dégustées rapidement, il fait bon, c'est très agréable.



Repas Quarré les tombes

Le programme de l'après-midi est plutôt light, mais la chaleur est suffocante, il fait 34 °, nous traversons des forêts de sapins, les routes sont étroites, le bord des routes est jonché de fougères et autres lupins, c'est très bucolique.

L'enchaînement de montées et descentes est usant.

Vendredi 22 juin

Départ 08h30, tout le monde sur le pont, direction l'Enfert en fait ils ne le savent pas...dès le départ une petite descente très agréable ma foi, virage à droite, la route se dresse devant nous, un véritable mur nous attend, en haut de ce mur à parfois près de 16%, le nom du village ne porte pas à confusion, c'est bien "L'ENFERT" bref tout le monde reprend son souffle, direction de Vezelay, notre objectif de la journée.



Montée de l'Enfert, à la planche...

VEZELAY :

Renommée en raison de la basilique Sainte-Marie-Madeleine et de la colline classées au patrimoine mondial de l'humanité, elle est le point de départ de l'une des principales voies de pèlerinage de Saint-Jacques-de-Compostelle.

Il fait plus frais ce matin, le temps est nuageux et c'est tant mieux car le programme de la journée représente près de 2000 m de dénivelé, les routes empruntées sont en très bon état, c'est roulant, nous croisons un nombre important de camions de la DIR (entretien des routes), c'est assez surprenant.

Au détour d'une belle descente, quelques gravillons, la première crevaison, titi est l'élu c'est en effet pour lui l'occasion de tester le démontage des roues à disque, Jean-Claude est aussi à plat, deux crevaisons simultanées, ce sera le seul problème de cette belle aventure en Morvan.

Philippe et Marielle ont trouvé un endroit ombragé au bord de l'Yonne, des bancs de quoi tremper les pieds, trop bien !

Jean-Claude et Jacques s'empresent d'y aller, il fait beau, l'endroit est très joli.

Après un repas sympa, quoi de mieux que de grimper une bosse de 2.5 km nous rejoignons le centre de Vezelay, une bonne grimpette dans le centre du village, nous voici sur le parvis de la basilique, c'est splendide.



Jacques et Jean-Claude font trempette... !.

Descente de Vezelay puis retour au gîte, à notre grande surprise nous empruntons une route départementale plane, un faux plat de quelques kilomètres avalés à vive allure, nous met en appétit avant les montagnes russes et quelques coups de cul très brutaux de la fin du parcours, ouf c'est l'arrivée, il fait très chaud.



Magnifique commune de Vezelay

Chacun vaque à ses occupations, avec Daniel nous partons faire quelques courses à Château Chinon, ce soir il nous prépare un gâteau appelé le "chômeur", le barbecue se prépare, au menu saucisses et viande rouge, pommes de terre alu hum, on va se régaler !

L'heure de l'apéro approche, José nous fait goûter son punch, merci José, c'était parfait, le repas est vite avalé dans la convivialité et la bonne humeur, tout le monde est satisfait.

Au dodo, le programme de samedi n'est pas triste...

Samedi 23 juin

L'objectif du jour est le Haut Folin, sommet culminant du Morvan à près de 901 m, Le haut Folin, avec ses 901 mètres vous offre une vue imprenable sur le Morvan. Au milieu d'une étendue de sapins, c'est l'endroit parfait pour une randonnée inoubliable en immersion dans la nature.

Avant d'arriver à ce sommet, direction Château Chinon, nous sommes dans l'obligation de prendre une route très fréquentée pour y arriver, puis au détour d'une descente, la montée se profile, du 2% sur près de 10 kms, c'est très joli, sommes dans la forêt, c'est calme, l'endroit est splendide, nous longeons l'Yonne pour remonter à sa source, arrivée à Glux en Glenne, Dominique et Pascal décident d'aller escalader le mont Beuvray et ses pentes abruptes, ils ne seront pas déçus.

Il fait très chaud, les dernières rampes sont longues, quelques uns d'entre nous commencent à souffrir.

Au sommet du Haut Folin, nous appelons Philippe et Marielle, ils ont trouvé un endroit sympa dans la vallée au village de Roussillon, dans le jardin de l'église du village, c'est très joli.

Nous posons nos affaires, nous nous mettons à l'aise, une petite bière bien fraîche, hum ça fait du bien, le repas est vite avalé, et c'est reparti pour la dernière après midi de notre périple.

Au détour de la première montée, nous perdons Jacques et Jean-Claude, ils n'ont pas vu qu'il fallait tourner à droite en haut de la bosse, j'attends 5 mn, personne Fabrice n'est pas avec nous non plus, je l'appelle, on décide de se retrouver plus tard au village d'Arleuf.



Une heure plus tard, tout rentre dans l'ordre, mise à part Jean-Claude et Jacques qui sont rentrés tous les deux.

Le groupe est assez disloqué, Pascal a des difficultés, au détour d'une belle bosse, il met pied à terre, et décide de prendre la voiture, José pris de crampes décide de le rejoindre dans la foulée, vous avez pris la bonne décision, le reste du groupe rejoint la gîte à vive allure, l'épopée se termine.

Au programme de ce soir, cassoulet !

Tout le monde est satisfait, c'est l'heure du bilan, périple de plus de 400 km pour 7000 m de dénivelé, une région surprenante, très bucolique, verte, des belles fleurs, des routes en très bon état, un séjour vraiment réussi, merci à tous, merci à Daniel, merci à Fabrice, et merci à l'ensemble des participants.

Retour dans les foyers.

Morvan 2018, un cru exceptionnel !

Sportivement



L'Étape du Tour Le 08 Juillet 2018



Début octobre 2017, Christophe Philippe nous soumet l'idée de participer à l'étape du tour. Sans grande hésitation Gilles et moi nous sommes partants. Comme d'habitude nous recherchons des cyclistes pour participer à notre épopée. A ma surprise Pascal Couture accepte.

Fin octobre nous voilà inscrits à l'étape entre Annecy et le Grand-Bornand 170km et 4000m de dénivelé. Cette épreuve exigeante a nécessité une préparation rigoureuse. Nous avons participé avec Pascal en avril au 160km de la Montapeine, fin mai aux 150km des boucles de la Marne et bien sûr à la sortie du club dans le Morvan. Après l'abandon de Pascal dans le dernier col j'étais soucieux qu'il puisse terminer l'étape du tour.

Nous voilà partis le 6 juillet au matin vers Annecy pour récupérer notre dossard. Après un rapide casse-croute sur une aire d'autoroute nous arrivons sur Annecy. Là, impossible de se garer, des voitures partout Il faut dire que c'est magnifique avec le lac en ligne de mire. Nous nous garons en double file et Pascal part récupérer nos dossards.

On croise 3 suisses ils étaient partis récupérer leurs dossards et entre temps on leur a volé leurs vélos, pas cool.

Au bout de 10mn Pascal arrive avec nos dossards, impeccable. On serait bien resté prendre une petite bière au bord du lac, mais bon on se rattrapera.

On reprend les voitures direction Coise, on loge chez Jérôme mon beau-frère. Ils sont parti en courses, on les attend sur les chaises longues. Ils arrivent, je fais les présentations et nous préparons nos machines.

Jérôme nous prépare un petit menu bien d'ici un creusiflexe (des Creusets façon tartiflette avec du beaufort), un petit repas léger avant une course, c'était excellent.

Nous recherchons l'endroit où garer la voiture pour ne pas trop galérer ni le matin ni le soir ! J'apprends par Pascal que l'on peut être suivi en direct, les liens sont partagés.

Le réveil est prévu à 04h05 ça fait tôt. Après un petit déj rapide nous partons à travers la montagne, il fait 9 degrés en haut du col du Frêne, pas chaud. Après une petite escale technique adaptée nous arrivons au pied du lac. Nous sommes bloqués par un gendarme, obligé de se garer.

On ne sait pas très bien à quelle distance nous sommes du départ, le stress monte, Gilles en oublie son GPS.

Nous voilà partis vers le départ, j'ai un bruit quand je freine, bizarre.

Au bout de 4km nous arrivons au départ de la course. Quel monde vous imaginez 16000 cyclistes. Le départ est organisé par SAS, 15 SAS. Je suis dans le 8 Pascal dans le 11 et Gilles dans le 13. C'est très impressionnant, mais ça respire la sérénité.

Nous remontons les SAS, je fais vérifier ma roue par l'équipe d'assistance Mavic.

Nous voilà chacun dans son SAS, je discute avec mon voisin, l'ambiance est cool.

Je pars vers 07h25, pas de cohue, le départ est fluide. Je roule avec une équipe de triathlètes, ils s'entraînent pour l'Irroman de Nice, à chacun son objectif au bout de 40km arrive le premier col, le col de la croix de fry l'objectif est de ne pas se griller pour la suite, les jambes tournent, ça avance.

Arrive le col de Glière, 12,5% sur 7 km c'est dur, en haut du col une légère crampe sur la cuisse droite, je double un gars de chez Fossé on discute 2mn et on se perd de vue. Les locaux sont amassés à chaque virage pour nous soutenir. J'ai un coup de téléphone de Gilles j'essaye de répondre mais ça ne capte pas. Je suis inquiet pourvu qu'il ne soit rien arrivé. Il reste plus de 100km à faire ça va être dur. Je roulote en haut du col, de toute manière ce n'est pas goudronné.

Au cours de la descente je vois un pompier descendre en rappel après un virage, j'imagine un cycliste faire un tout droit, il faut rester vigilant.

Je m'arrête à un ravitaillement, il y a de tout, fruits secs bananes coca, chocolat. Un ravitaillement digne de ce nom à la belge.

Et puis un imprévu un petit col de 6km qui n'était pas prévu, la crampe refait son apparition puis disparaît, bien géré ouf.

Nous abordons une zone de plat, nous roulons en peloton à une dizaine ambiance sympa, la moyenne remonte 26,5 après 140 km je suis content.

Arrive le col de Romme, ce n'est pas le Rhum que j'attendais, faut faire avec. Tout le monde peine, certains montent à pied, les corps sont épuisés, partout des gens avec des crécelles et des cloches nous soutiennent, l'arrivée au sommet est une délivrance, plus qu'un col, la Colombière.

La montée du col se fait au mental, à environ 3km on devine le sommet, c'est interminable. Au sommet la délivrance, il reste 12km de descente, un vrai bonheur, route large, bonne visibilité le 80km/h est atteint. Un petit virage à gauche et c'est l'arrivée.

Quelle ambiance, j'appelle Céline, elle savait que j'étais arrivé, elle m'a suivi sur le site de l'étape du tour, c'est pas génial ça.

J'ai aussi un petit texto de Pascal S, super cool.

J'appelle Gilles pour être sûr que tout va bien, il est derrière dans le col de Romme.

Je prends un petit encas je cherche la pasta party mais il y a une queue d'enfer.

Du coup je pars direct chercher la voiture, une quarantaine de km, le début est plaisant ça descend tranquillement, puis apparaissent quelques faux-plats avec le vent de face, c'est dur les muscles tirent. Ouaf content d'être arrivé.

Je me change, Gilles est arrivé.

Me voila reparti vers le Grand-Bornand mais en voiture, impossible d'accéder les routes sont bouchées je les attends à St Jean de Six. Pascal vient d'arriver, super exploit, bravo.

Je leur propose bien le tour du lac en pédalo, je ne sais pas pourquoi ils ne sont pas preneurs.

Nous rentrons sur Coise. L'apéro est prêt, bière, champagne et petit vin locaux accompagnent le barbecue.

L'organisation était vraiment super, tant au niveau sécurité sur des routes 100% fermées, des motards partout, des ravitaillements à profusion, les pompiers en haut de chaque col.

Merci à Gégé et Cécé pour leur hospitalité, à tous ceux qui nous ont suivi sur internet, c'était super sympa.

A refaire



Dominique.L.

La Ronde Picarde

Le 08 Septembre 2018

Fin août nous étions au départ, 8 à vouloir participer à la traditionnelle ronde Picarde. Et puis Greg, Jean-Claude, Gilles, Thierry nous lâchent.

Après la traditionnelle course aux licences de début septembre nous voilà prêts pour partir. Merci Michel.

Le réveil sonne à 4h, ça pique. Je pars vers Villers où je croise 2 jeunes chevreuils sur la route, freinage d'urgence, chaud, ça commence bien

Nous nous retrouvons à 4 sur le parking de Villers, Pascal S, Pascal C, Didier V. Au moment de partir Pascal S s'aperçoit qu'il a oublié ses chaussures. Enfin il s'en est aperçu tout de suite il aurait été plus embêté de s'en rendre compte à Abbeville, ça fait partie des aléas.

Nous traversons la forêt de Compiègne croisons biche cerf et même un raton-laveur. Et oui la nuit les animaux reprennent le territoire. Le thermomètre de la voiture marque 4 °C pas chaud. Mais à 20 km d'Abbeville, nous le voyons timidement remonter jusqu'à atteindre 10 °C ouf. On n'avait pas prévu l'équipement pour 4°C

Nous arrivons à Abbeville, nous nous garons et nous allons chercher nos dossards, il y a une queue d'enfer. La queue pour les inscriptions sur place n'avance pas. Pascal met trop de temps, nous n'avons plus le temps de monter sur Eaucourt.

Nous déchargeons nos machines et avec Didier partons faire quelques tours de roues. La "paire" de Pascal se prépare.

Cette année il y a un sas pour le grand Parcours 191 et un pour le petit 128. Nous n'avons même pas froid C'est cool. De loin nous repérons un maillot du club, plutôt inattendu.

Le départ est donné, difficile de remonter, ça ne roule pas comme d'habitude, les participants du 191km se préservent pour tenir la longueur, après le rétrécissement du pont, il y a plus de place pour rouler. On se retrouve un bon groupe on organise un petit relais à 5, un pur bonheur. Sur la première partie du parcours la moyenne est de 34,5 plus faible que d'habitude, un petit vent de face nous gêne. Avec le temps sec, je suis surpris du nombre de crevaisons. Après le passage du mur d'Ault on se retrouve avec un gars qui turbine, une vrai mobylette. Les muscles se tendent les crampes ne sont pas loin. L'arrivée se fait sans encombre à Eaucourt, 36,5 de moyenne je suis content mais c'est moins bien qu'il y a 2 ans avec Grég, lâcheur.

Après un petit coca j'entends le speaker annoncer l'arrivée de Dominique LE FRERE tient il y a un problème on a dû inverser nos puces. Je vois Didier arriver content. Et l'exploit du jour se sera Pascal C avec 32 de moyenne, bravo Pascal. Notons aussi la belle performance de Pascal S pour son 30 de moyenne. Félicitations la paire de Pascal a brillé. Nous repérons Emmanuel qui a déjà fait cette année les boucles de la Marne, l'étape du tour et maintenant la ronde.

Après un petit repas pris en commun nous rentrons dans notre beau pays.

J'espère que nous serons plus nombreux l'année prochaine



Dominique.L.

Hommage à Christophe



Adieu l'ami...

Les phrases me manquent, alors je vais plutôt prononcer quelques mots.

MARI AMOUREUX ENFANTS FAMILLE
GENTILLESSE AMITIE AMIS PARTAGE CAMARADERIE SYMPATHIE SERVICE ETAT D'ESPRIT
QUALITE ECOUTE FRANC LOYAL SINCERE
METICUELEUX ORDONNE PRECIS PONCTUEL MERITANT ATTENTIF
SOLITAIRE RESERVE DISCRET HUMBLE FIDELE SIMPLE JUSTE CALME RALEUR RANCUNIER
CHAUVIN
MONTAGNE RANDONNEE SPORT BIATLON PASSION EFFORT SUEUR VAINQUEUR BATTANT
MISSION ENTRAINEMENT
VELO CLUB BUREAU MATERIEL PROPRE TECHNIQUE TECHNOLOGIE
TRAVAIL TRAVAILLEUR COURAGEUX
REPAS VIN BORDEAUX
CHIEN CHAT MARCHES FORET CHAMPIGNONS NATURE ANIMAUX PAYSAGE
MAISON ENTRETIEN
VOLONTE VIE REGRETS
MERCI MON AMI,

Gilles.L.

CYCLO-CLUB DE VILLERS-COTTERÊTS

BILAN SPORTIF SAISON 2018

PARTICIPATION AUX BREVETS, RANDONNEES, CYCLOSPORTIVES

COURSE UFOLEP, ROUTE, VTT, CYCLO-CROSS

Les Adhérents du Cyclo Club de Villers-Cotterêts ont participé à plus d'une vingtaine de randonnées cyclotouristes sur route avec des distances variant de 65 à plus de 100 kilomètres ou en VTT sur des parcours de 40 à 60 kilomètres en moyenne.

Comme chaque année, il y a des épreuves mythiques sur lesquelles le maillot aux couleurs du CCVC se fait voir :

- ↳ **Le Tour des Flandres cyclo**
- ↳ **Paris - Roubaix challenge** 170km avec 2 participants
- ↳ **Paris - Roubaix cyclo** sur plus de 200km avec 3 participants
- ↳ **Etape du Tour** 185km avec 3 participants
- ↳ **La Montapeine** 160km
- ↳ **Séjour club dans le Morvan** 400km avec 17 participants
- ↳ **La Ronde Picarde** 140km avec 3 participants
- ↳ **Les boucles de la Marne** 150km
- ↳ **Le Chemin des Dames** 107km

Citons également des participations sur la Levalloisienne, les boucles Chatenaysiennes, les Monts de Missy en VTT.

Une motion particulière pour une randonnée préalpine "Rossini" Antibes -Thonon les bains avec 47 cols et 17962 mètres de dénivelé pour notre baroudeur Arnaud. Il ajoutera à cela un périple de 900km à travers le Vercors, la Chartreuse et la Provence.

Nos coursiers ont participé à plus de 10 compétitions sur route avec des résultats dans le top 10.

Ces participations ne sont que le reflet partiel de la représentation du club sur les diverses manifestations cyclistes en territoire national et au de-là, la compilation des résultats n'étant pas exhaustive faute de documents collectés.

Samedi 12 janvier 2019

Galette des rois
Salle Marie-Louise Labouret

Vendredi 01 mars 2019

Réunion club (ouverture de la saison)
Salle de l'Oasis

Dimanche 02 juin 2019

Randonnée de communauté de communes
Salle Georges Bourdon

Du mercredi 19 au dimanche 23 juin 2019

"Séjour club" L'Ardéchoise à Saint Félicien (07)

Dimanche 01 septembre 2019

Randonnée La Salamandre
Salle de l'Oasis

Dimanche 15 septembre 2019

Randonnée club souvenir des Amis...
Local du club (garage)

Vendredi 25 octobre 2019

Assemblée Ordinaire-Réunion club (bilan de la saison)
Salle de l'Oasis

Lundi 11 novembre 2019

Randonnée club de l'Armistice
Local du club (garage)

Samedi 23 novembre 2019

Assemblée Générale
Salle Marie-Louise Labouret

Le Cyclo Club de Villers-Cotterêts remercie
la ville de Villers-Cotterêts, la Communauté de
Communes Retz en Valois, le département de
l'Aisne ainsi que ses donateurs

- ↪ Garage LAMARE
- ↪ Olivier RIGAUX
- ↪ I.F. fermetures
- ↪ Boulangerie Peperstraete
- ↪ La Française
- ↪ Ecole d'équitation de la foret de Retz
- ↪ Raphaëlle Optique
- ↪ Artist'en herbe
- ↪ Auto Sécurité
- ↪ LECLERC
- ↪ La Petite Brasserie
- ↪ Frenel motoculteur



Le Cyclo Club de Villers-Cotterêts félicite et remercie ses partenaires pour leur soutien

AJL Conseil

Société de transport
international de marchandises



AZURIAL®

Un éclat de propreté

Garage mobile Corcy



8, rue du petit Longpont - 02600 CORCY
e-mail : garagemobilecorcy@orange.fr



www.ccvc02.com

à Christophe.....