

L'Abeille cyclotourisme



L'année 2011 Illustrée



SOMMAIRE

Editorial	3
Composition du bureau de la section cyclotourisme de l'Abeille de Rueil-Malmaison	4
Réunion amicale	4
Les incontournables de l'Abeille cyclotourisme	5
Trophée Truffy.....	5
Rendez-vous de l'Amitié Odette et René Bardin.....	6
Rallye de la Malmaison.	7
Marche de la Malmaison.....	8
Remise annuelle des récompenses de l'ACP,.....	9
Les sorties de janvier par Gérard Grèze	10
Promenade dans le Paris de Frédéric Chopin.....	12
Les sorties de février par Gérard Grèze	13
Compte-rendu de la Pédicyclette à Lieusaint.....	15
"Rallye Singer"	17
"Rallye de Nanterre" à Nanterre Souvenir Michel Jacquet.....	17
Flèche Velocio 2011	18
Paris-Roubaix VTT.....	20
Village des associations au parc de Bois-Préau à Rueil.....	21
Séjour Abeille 2011 en Pays Cathare.....	22
Flèche Paris - Dieppe	28
La Touraine à deux - 2 et 3 juillet.....	30
Qualification pour Paris-Brest-Paris	31
Complément de préparation pour Paris-Brest-Paris.....	36
Semaine Européenne de CycloTourisme 2011	38
Le Paris-Brest-Paris 2011 raconté par les Abeilles	40
LEVALLOIS - HONFLEUR	61
"AUX MARCHES DE BRETAGNE "	63
Séjour au Lac du Der	65
Flèche Paris-Calais.....	67
VTT-VÉLO-MARCHETTE A LORRIS	69
Flèche Paris Lille	77
RANDO DES CADRANS SOLAIRES DANS PARIS.....	79
Les activités de décembre	80
Concours photo fédéral 2011	82
Assemblée Générale de la Fédération Française de Cyclotourisme.....	83
Les organisations 2012 de l'Abeille Cyclotourisme au programme de la FFCT	84

Editorial

Voici la troisième édition du « L'année illustrée » de l'Abeille cyclotourisme.

Cette année les récits ont tardé à arriver mais finalement ce sera une bonne année avec l'émergence de nouveaux rédacteurs et des photographes qui permettent d'illustrer des récits, notamment pour des sorties du dimanche matin.

Ce journal a encore pris forme dès les premiers dimanches de janvier, et les premières pages ont été publiées en avant-première sur le site Internet illustrant les activités hivernales.

Presque toutes nos activités se retrouvent dans ces comptes-rendus, marche, VTT, sorties du dimanche matin, week-end, semaine européenne de cyclotourisme, tandem, brevets randonneur. Il n'y aura bientôt plus que les vélo-fourchettes à garder le secret des sorties.

Bien sûr en cette année de Paris-Brest-Paris la randonnée au long cours est très présente avec la Flèche Vélocio, les brevets qualificatifs et les récits des participants au raid vers la Bretagne.

Deux organisations, le séjour VTT à Majorque et le double trait d'union européen Paris-Berlin-Varsovie, auraient eu leur place dans cette année illustrée mais les comptes-rendus n'ont pas vu le jour. Il faut avoir plus le réflexe d'identifier des rédacteurs dès le départ des organisations. Quand le président n'est pas là il faut aussi y penser.

Cette année le journal est plus épais car tout est publié en texte intégral. Par rapport aux récits mis sur le site Internet il n'y a eu que des retouches de mise en page et des réductions des photos.

Encore une fois, ce journal est aussi le votre, vous êtes invités à rapporter spontanément vos impressions lors de vos activités. Quelques photos et quelques lignes suffisent à raconter vos aventures représentatives des activités de l'Abeille cyclotourisme.

J'espère que vous prendrez plaisir à revivre nos activités dans l'année 2011 illustrée et qu'à travers les exemples de cette édition vous serez pris d'envie de photographier et de raconter vos aventures en 2012.

A vos plumes ou vos claviers et appareils photos pour des récits au fil des randonnées.

Gérard Grèze

Composition du bureau de la section cyclotourisme de l'Abeille de Rueil-Malmaison

Gérard GREZE: Président et membre de la commission parcours, représentant de l'Abeille auprès du CODEP 92

Henri COURMONT: vice-président et membre de la commission parcours,

Claudine AUZET : secrétaire, responsable des tenues vestimentaires Abeille

Michel BARDIN : trésorier et membre de la Commission parcours,

Olivier JAMILLOUX : responsable de la Commission parcours,

Christian AUZET : membre de la commission parcours,

Laurence ARAGIER, correspondante avec la Mairie

Didier MARTIN, membre du bureau,

Thierry STREIFF, membre du bureau,

Claude SAUVAGE : responsable initiation promenades & vélo-fourchettes, membre de la commission parcours, Responsable des organisations, rallye et marche de la Malmaison, et souvenir Bardin

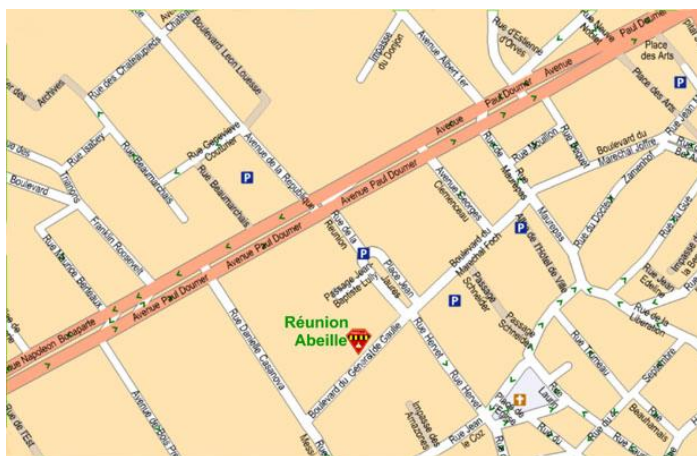
Jean-Pierre SMITH : webmaster,

Marc ARAGIER : Délégué Sécurité Club.

Marie-Louise Bourgeois a quitté le bureau mais reste responsable des festivités

Réunion amicale

Nos réunions ont lieu :
à 21h00 le premier lundi de chaque mois,
10, Boulevard du Général de Gaulle
92500 Rueil Malmaison
(A droite au fond du passage)



Site Internet

<http://www.abeille-cyclotourisme.fr>

Les incontournables de l'Abeille cyclotourisme

Trophée Truffy

- Le 13 mars le Trophée Truffy, a traditionnellement ouvert la saison cycliste avec encore une forte affluence d'Abeilles venues profiter de la douceur presque printanière. Cette édition a été l'occasion de tester un nouveau parcours. Une grille à la sortie du Domaine de Grandchamp a été l'occasion d'un regroupement. Excepté cette difficulté qui sera contournée l'année prochaine le reste du parcours s'est déroulé sans autre difficulté, si ce n'est deux crevaisons.



Nous étions plus de 30 au départ sur le parvis de la médiathèque de Rueil et au fil des retrouvailles sur le chemin des Flambertins nous étions près de soixante au rendez-vous où l'accueil était aussi à la hauteur de sa réputation.



Le sort avec la complicité de Laurence a tiré le nom d'Olivier, encore un fidèle du rendez-vous récompensé.



Le buffet encore une fois remarquablement préparé était généreusement garni. Merci à notre comité d'accueil toujours aussi efficace.

Temps exceptionnel par la douceur de la température et la faiblesse du vent, on a même eu quelques rayons de soleil.

Encore merci à Jean pour le succès renouvelé de cette journée particulièrement remarquable.

Rendez-vous de l'Amitié Odette et René Bardin

- Le 17 avril, nous étions encore trop peu nombreux au rendez-vous de l'Amitié Odette et René Bardin au Mesnil-Opton.

Le soleil était pourtant bien présent et le vent aussi. René a pu déployer ses cerfs-volants.



Jean assurait l'intendance avec le ravitaillement pour les participants, le barbecue pour le pique-nique et en bonus cette année il avait apporté une magnifique tarte aux pommes de la taille d'une roue de vélo.



Nos fidèles visiteurs du Cyclo Club du Vexin ont profité de la journée et Magalie s'est occupée de notre mascotte.



Rallye de la Malmaison.

- Le 26 juin nous avons accueilli 213 cyclotouristes au Rallye de la Malmaison.
 - 85 participants venaient des clubs FFCT des Hauts-de-Seine,
 - 99 venaient des clubs FFCT des Yvelines,
 - 12 venaient des clubs FFCT de Paris,
 - 1 venait d'un club FFCT du Val d'Oise,
 - 15 étaient des membres individuels non licenciés, dont au moins une personne était venue nous voir au village des associations la semaine précédente.
 - 1 venait d'un club FFCT des Alpes Maritimes,

Organiser un rallye avec un aussi beau temps est très satisfaisant.

Le succès de cette année se doit aussi à la qualité de l'accueil que nous avons pu faire avec un effectif suffisant au départ et au contrôle aux Vignettes.

Avec 10 personnes au Carrefour Royal nous avons pu assurer l'accueil notamment au moment des inscriptions, surtout quand deux groupes de 20 personnes arrivaient en même temps.

Aux Vignettes à 7 c'est juste suffisant pour faire les 200 casse-croûtes et cela permet d'aller faire les éventuels compléments d'achat en laissant assez de monde au contrôle. Et puis il faut aussi assurer quand arrivent en même temps les deux groupes de 20 personnes.

Merci à tous les contrôleurs.

La grande tente du CODEP92 était très bien pour assurer un bon accueil avec un agencement des tables facilitant les opérations de départ et d'arrivée.



Le rallye s'est terminé pour les Abeilles par un pique-nique en forêt de Marly, en présence d'une intruse au milieu de la ruche !



Le fléchage a eu beaucoup de félicitations, il n'y a qu'une personne qui a avoué s'être égarée du côté de Septeuil, mais sans mettre en cause la qualité du fléchage.

Bref merci aux flêcheurs pour le soin apporté à cette tâche et merci également aux déflêcheurs qui ont œuvré après la fête.



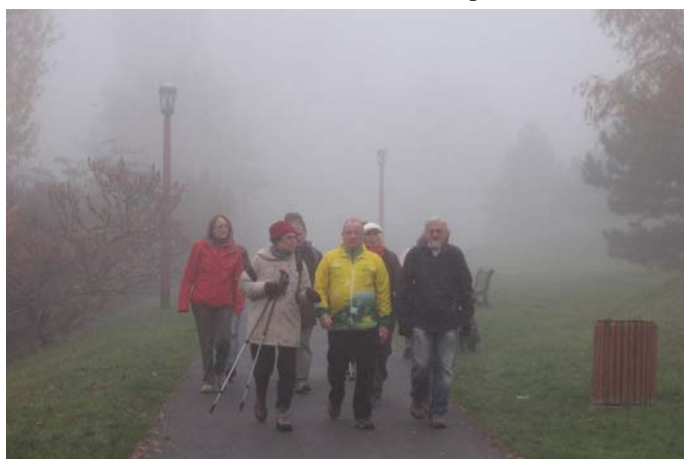
En 2012 le rallye de la Malmaison sera programmé le dimanche 10 juin. Réservez la date dès maintenant pour reproduire la même qualité d'organisation.

Marche de la Malmaison

- La marche de la Malmaison organisée le 20 novembre à vu une centaine de personnes faire les parcours de 15 et 22 km.
- Temps frais avec du brouillard le matin mais le soleil fera son apparition avant midi. Randonnée appréciée poursuivie par un pique-nique au sous-sol du centre de loisirs.



Départ à 7h30 matinal dans la bonne humeur !



Départ avec visibilité réduite mais le brouillard se dissipera avant la fin de la matinée pour un retour au soleil.



Maurice 92 ans à peine révolus termine les 22 km en pleine forme. Le vin chaud préparé avec attention a encore eu un franc succès.

Remise annuelle des récompenses de l'ACP, samedi 15 Janvier 2011

A l'occasion de cette remise des récompenses nous avons pu apprécier l'activité des randonneurs de l'Abeille.

Pour l'année 2010 nous arrivons en 9^{ème} place au classement des clubs aux « Flèches de France », avec un kilométrage cumulé de 11351 km pour un total de 20 flèches homologuées.

Trois Abeilles ont terminé les 20 flèches.

Avec ce résultat l'Abeille s'est vue remettre le Challenge « Jacques Dorléans » qui récompense le club ayant le plus grand nombre de lauréats titulaires de la plaquette des vingt flèches. Ce trophée sera nôtre pendant un an.

Bravo à Annick Piot, Daniel Piot et Jean-Maurice Perrière.



Remise de la plaquette à Jean-Maurice

Remise du Challenge à Jean -Maurice



A l'occasion de cette réunion L'ACP a présenté en détail le Paris-Brest-Paris 2011 avec quelques nouveautés mais toujours environ 1200 km à faire en 90h00 au maximum. Départ de Guyancourt le 21 aout 2011.



ORGANISÉ PAR **Audax Club Parisien**
PARIS BREST PARIS
SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES
R A N D O N N E U R

Pour plus d'information sur ce brevet:

<http://www.audax-club-parisien.com> ou <http://www.paris-brest-paris.org>

Gérard Grèze

Les sorties de janvier par Gérard Grèze

Premier dimanche de l'année 2011, le 2 janvier

Sortie Club n° 20 : "Thiverval"

Temps gris et frais. Si la neige a disparu à Rueil il en reste dans la campagne.
Quatre cyclos pas trop frileux au rendez-vous. Le petit parcours suffira pour un lendemain de fête !

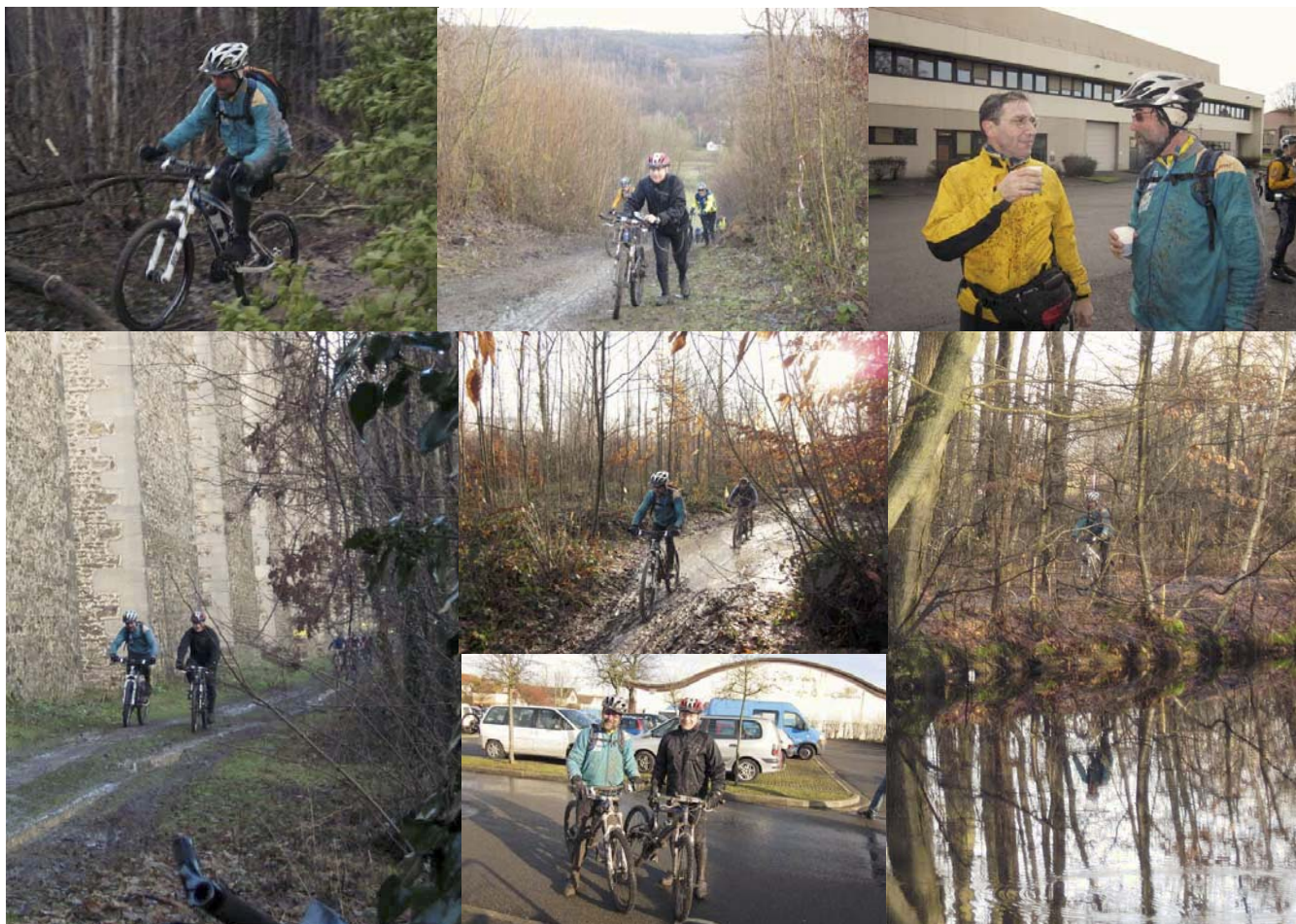


Rallye d'hiver VTT de Versailles

dimanche 9 janvier 2011

Après plusieurs jours de pluie les chemins sont très mouillés. Belle organisation avec de beaux passages champêtres. Ca glisse parfois trop pour monter sur le vélo et par endroit il est interdit de mettre pied à terre. Il fait beau et ça se termine avec le sourire. Didier est arrivé ce matin avec un vélo neuf, à peine sorti du carton. Pourtant qu'il est sale après 60 kilomètres. Lavage intense nécessaire en rentrant à la maison.

Jaune moucheté ou vert moucheté,
pas de différence c'est toujours sale !



Rallye de Levallois, souvenir Monique Mareuil dimanche 30 janvier 2011

Pas de neige cette année, mais il fait froid. Cela n'empêche pas le Levallois Sporting Club de nous accueillir chaleureusement sous les tentes en forêt de Marly



ou au contrôle à Villiers-Saint-Frédérique.



Aux Flambertins canards et sarcelle marchent sur l'eau durcie par le gel!

Beau succès pour un rallye organisé en période hivernale!

Promenade dans le Paris de Frédéric Chopin

Le succès rencontré par cette organisation a conduit à proposer deux sessions, le 29 janvier et le 5 février.

Beau temps pour ces deux sorties à travers le Paris de Frédéric Chopin et autres monuments remarquables à proximité, tels que la bourse de commerce ou l'église Sainte-Eustache.



Le passage par la rue de Beaujolais est immortalisé comme il se doit pour des amateurs de la production de cette région.



Au jardin du palais Royal Maxime, notre conférencière nous explique l'usage du mini canon dont la loupe met le feu aux poudres à midi pile, quand le soleil le voulait bien, avant que le plan Vigipirate ne vienne l'interdire.



Regroupement au milieu des colonnes de Buren dont la valeur artistique étonne toujours les profanes.



Fin de parcours rue Chaptal au musée de la vie romantique. La visite du cimetière du Père Lachaise sera pour une autre fois car il est trop tard pour y aller.



Les sorties de février par Gérard Grèze

Dimanche 6 février 2010

Le 6 février quelques marcheurs de la veille, sur les pas de Chopin, ont la flemme de se lever tôt pour aller au rallye de Satory un peu lointain. Une sortie VTT s'improvise à Saint-Cucufa où les nombreux chemins et côtes donnent l'occasion de se défouler.

Il faut souvent de la volonté et de l'énergie pour monter, mais parfois ça ne suffit pas. Enfin même avec un beau VTT tout neuf il faut parfois rebrousser chemin devant la difficulté.



Dimanche 13 février 2010

Le 13 février nous sommes une vingtaine pour la sortie « Fromainville », parcours qui nous emmène sur les deux rives de la Seine.

On commence par la droite avec la montée de l'Hautil qui vaut à Roger de s'entendre dire : « avec 20 kilos de moins on monterait mieux les côtes ».

Sur la rive gauche les artistes se mettent à trois pour regonfler une roue, un autre regarde pendant que le photographe immortalise la performance.



Dimanche 20 février 2010

Voilà un bel exemple de ce que la sécurité déconseille : un attroupement au milieu de la route au regroupement en haut de la forêt de Saint-Cucufa.



D'où la recommandation de faire le regroupement non pas au carrefour, mais à la sortie de la piste cyclable, devant la barrière, avant d'arriver sur la route.

Le 27 février le parcours « Vernouillet » sera l'occasion d'un détour touristique par la maison d'Emile Zola à Médan, suivi par une promenade au bord de la Seine.



Compte-rendu de la Pédicyclette à Lieusaint 5 et 6 mars 2011

Organisation : Claude Sauvage

Ma première sortie avec l'Abeille.

Ce WE des 5 et 6 mars 2011 marquera pour moi ma première sortie avec les Abeilles mais je l'espère, ne sera pas la dernière tant la chaleur humaine et la convivialité étaient au rendez-vous.

Cette première sortie s'est déroulée en Seine et Marne à LIEUSAIN pour l'hébergement et le point de départ de nos sorties. Claude Sauvage, l'organisateur, n'avait pas dû lire le livre de Jean Berthot "Août 1893 La France en Bicyclette" ou l'on peut lire l'extrait suivant sur LIEUSAIN et la BRIE :

"C'est une plaine de fort ingrat mine que celle qui mène de la forêt de Sénart à Melun. Rien de plus banal que le piteux village de Lieusaint. Deux rangées de maisons bêtement alignées au bord d'une route, maisons basses crépies de plâtre, sans caractère, d'une niaiserie à gifler. Cela me rappelait certaines soirées bourgeoises où l'on voit de vénérables douairières, à peine moins plâtrées, faire tapisserie avec ordre, rangées le long du mur du salon. Lieusaint pourtant a son titre de gloire : c'est là que fût assassiné le Courrier de Lyon. Misérable Dubosc ! " Heureusement que depuis cette date la ville a changé. Merci Claude pour le choix de ce site.

Au menu une marche fourchette le samedi dans la forêt de Sénart. 17 participants au départ.



Départ de l'Hotel



Dans la forêt de Sénart

Sur le coup de midi, une pause déjeuner bienvenue après tant d'effort dans un restaurant à Quincy sous Sénart, au nom prédestiné "Au Repos de la Forêt". Adresse à recommander, repas excellent pour une modique somme.



Après cet intermède, nous reprenons notre marche en direction de l'hôtel afin de se détendre un peu, avant de nous retrouver pour accueillir nos trois abeilles qui sont venues nous rejoindre à vélo depuis Rueil pour le repas du soir qui s'est conclu par une soirée dansante et en chanson.

Le dimanche vélo sur les routes de la Brie avec un parcours de 30 Km que 7 personnes ont effectué sous un froid sibérien et avec beaucoup de vent de face dont je faisais partie et pour les plus courageux ou les mieux préparés de ce début de saison un parcours de 50 Km effectué par 13 Abeilles.



Départ de l'hôtel dans la fraîcheur matinale



Le midi pause déjeuner à **BLANDY** petit village Seine et marnais qui possède un beau château et une belle église.

Le restaurant "Auberge des Tours" sympathique et bonne table.



Après le repas, retour à l'hôtel pour la fin de cette journée

Merci à Claude pour cette organisation.



A l'hôtel, c'est l'heure de charger les voitures car il faut penser à rentrer.

Michel SAINTRAPT

"Rallye Singer" Dimanche 6 mars

Le 6 mars était le rendez-vous du traditionnel rallye Singer dont c'était le 70^{ème} anniversaire.

Parcours classique pour ce rallye organisé par l'Amicale Cyclotouriste de la Banlieue Ouest avec un départ de la Porte Maillot et traversée du bois de Boulogne dans le calme d'un dimanche matin en hiver. Premier contrôle à l'étang du Moulin-Renard à la Minière et deuxième au Moulin d'Ors à Châteaufort.



Retour par Villiers de Bâcle et sa côte particulièrement difficile à tandem.

Arrivée au magasin à Levallois pour un tirage au sort de lots, offerts par les cycles Singer et leurs partenaires tel que Brooks, fabricant de ce superbe lot de selles en cuir.



Et la matinée se termine autour d'un verre dans l'atelier avec les multiples vélos et roues accrochés au plafond.



Dimanche 20 mars

"Rallye de Nanterre" à Nanterre Souvenir Michel Jacquet

Le 20 mars nous nous retrouvons à 9 au rallye de Nanterre

Accueil et barbecue toujours aussi sympathique et un bel album photo mis à la disposition des participants, Claude en tête pour les Abeilles et Maurice félicité pour être le moins jeune.



Flèche Velocio 2011

Équipe mixte composée de Claudine, Gérard, Joël, Thierry

(405 km, 22 et 23 avril 2011)

Compte rendu de la Flèche Vélocio de 2011, par Joël.

Par quoi commencer ?

En premier par le principe:

La flèche Vélocio est une épreuve de nuit en équipe. On choisit la distance que l'on veut faire avec un minimum de 360 kilomètres avec 3 machines au minimum. Avec une durée de 24 heures.

En direction du sud vers la concentration de Pâques en Provence.

Quand vous annoncez ça à vos amis, c'est bon, vous êtes pris pour un doux fou. Pour les gens c'est un peu irréaliste.



En deuxième

Gérard nous a proposé un joli parcours de 405 kilomètres. Départ de Chalons sur Saône.

On traversera le département de la Drôme où j'ai passé quelques années de mon enfance.

L'équipe se compose de Claudine (Maya), Gérard, Thierry et Joël.

Christian nous fera l'immense plaisir de faire l'assistance.

En troisième

Départ vendredi 15 à Chalons sur Saône.



Gérard, Thierry et moi nous y rendons en train.

Claudine se trouve déjà sur le départ.

Trajet SNCF se déroule sans soucis; Train à l'heure et oui cela arrive.

En souvenir de la neige en 2008 j'emmène des gants néoprènes.



En quatrième le Départ

On part de Chalons sur Saône à l'heure, après avoir retrouvé Claudine.

Objectif : faire les 100 premiers kilomètres avant le repas du soir.

J'ai des craintes avec mon genou j'ai eu des signes de douleurs la semaine dernière.

Je roule un peu à l'économie.

Marrant on fera le premier pointage dans un salon de coiffure. La coiffeuse a du rire en nous voyant.

Le repas du soir se fera dans un joli restaurant italien. Christian a passé la commande. Service rapide; nous repartons à l'heure.

En partant nous enfignons les chasubles pour la nuit.



Qui dit rouler de nuit, dit éclairages? Petit point : 3 équipiers roulent avec des

éclairages à piles, Gérard a le dernier phare de chez Bush and Muller puissance impressionnante par contre il devra changer ses piles dans la nuit (en fait des accumulateurs rechargeables de plus faible capacité que des piles jetables).

Quand à moi je reste fidèle à la dynamo dans le moyeu. J'ai le dernier modèle Shimano avec le phare de 60 lux de Shimano ça crache. Pour l'arrière un feu rouge à led est suffisant.

Surtout ce qui change par rapport à 2007, les faisceaux sont plus larges.

En cinquième

Le premier arrêt de nuit aura lieu vers 11H. On recherchera une boîte aux lettres dans une ville dortoir. Des habitants nous indiquerons la boîte aux lettres. Petite collation assurée par Christian. Tout le monde se sent en forme.

A 2 heures notre 2ème pause de nuit. Une soupe chaude nous attend.

Peu après le départ mon genou droit commence à me faire mal. Je finirais le parcours un peu derrière tout le monde. J'ai du mal à monter les côtes et à filer dans les descentes.

On fait une petite halte à Valence non prévue sur le programme. Pendant la nuit on hésite un peu sur les petites routes. Thierry nous remet dans le droit chemin grâce à son GPS. La nuit se lève près de Crest. Nous n'aurons pas le temps de visiter son superbe Donjon.

Peu avant midi Pierre nous rejoint. Pour moi ce sera de plus en plus dur. Heureusement que la fin du parcours est plate.

Nous arrivons pile poil à l'heure. Pour conclure c'était un plan sans accroc.

Un grand Merci à tous et à Christian.

Complément avec la participation à la concentration de Pâques en Provence à Laudin-l'Ardoise, par Gérard.

Une mention spéciale pour Thierry dont c'était la première nuit à vélo pour son premier 400 km.

Le week-end se poursuivra à Pernes les Fontaines chez Pierrot et Claudette où nous retrouverons d'autres copains cyclotouristes, Claude, Pierre et Marie-Noëlle, et Madeleine.



La flèche Vélocio c'est aussi la concentration de Pâques en Provence le dimanche où nous avons remis nos cartes de route à l'Audax Club Parisien, organisateur de ces flèches. Nous avons retrouvé nombre de copains, des fléchards avec qui nous avons échangé nos impressions de nos aventures respectives, et d'autres, accompagnateurs ou randonneurs amateurs de rassemblements de cyclotouristes.



Raymond Henri, l'historien de la FFCT exposait quelques bicyclettes remarquables de sa collection et la foule s'est ensuite rassemblée autour du Président de la FFCT, Dominique Lamouller et les représentants des institutions municipales et régionales.



L'après-midi a été l'occasion de faire une photo souvenir devant le monument dédié à Vélocio à Pernes les Fontaines.



En fin de journée démontage des vélos et emballage dans des housses car pour rentrer à Paris demain il ne sera pas possible de prendre le TGV autrement. Il n'y a malheureusement plus de TGV acceptant les vélos pour remonter à Paris durant ce week-end.



Lundi matin nous voici sur le quai à Orange avec nos encombrants sacs de vélos ! Dans 3 heures arrivée à Paris et de retour à la maison avec du matin nous ferons une petite séance de mécanique à prévoir pour remonter les vélos.



Paris-Roubaix VTT

Le 15 mai s'est déroulé le 3ème Raid Paris-Roubaix VTT, 120 km dont une trentaine sur des pavés, avec un complément en chemins forestiers ou agricoles et quelques inévitables liaisons goudronnées. Globalement les secteurs pavés sont toujours plus roulants et confortables que nombre de chemins modelés par les roues des tracteurs.

L'organisation est remarquable avec 2000 participants dont la majorité reconnaîtra après que : « Tout était parfait, rien à redire ».



Départ à partir de 7h00 du site minier d'Arenberg d'où nous partons par groupe pour éviter la bousculade dans les premiers kilomètres.



Bien sûr il y a aussi des chemins confortables pour récupérer avant la prochaine zone pavée ou défoncée.



On commence naturellement par la célèbre tranchée où démarrent les hostilités pour les professionnels.

Le temps est couvert et venté mais sec, donc le rythme est rapide même si le vent de face freine régulièrement nos ardeurs.



Au moulin de Vertain un arrêt touristique peut être prétexte à faire une pause, juste avant d'attaquer le fameux secteur du carrefour de l'arbre.



Avec un contrôle ravitaillement tous les 20 km on n'a pas le temps d'avoir faim, juste un peu soif.

L'entrée des secteurs pavés historiques est parfois marquée d'une borne, pas de doute nous sommes sur le bon chemin.



En fait on ne doit pas se perdre car le fléchage est très visible.



L'arrivée sur le vélodrome, comme pour les coureurs, conclue magnifiquement cette belle randonnée champêtre.



Voilà c'est fini, il ne reste plus que 46 km pour retourner au départ chercher la voiture. Ce sera fait par la route, avec un super vent favorable, donc une journée qui fini bien.

Rendez-vous le 10 juin 2012 pour l'édition sur route, avec l'intégrale du parcours des professionnels.

Gérard Grèze

Village des associations au parc de Bois-Préau à Rueil

21 et 22 mai

Quelques contacts avec des Rueillois intéressés par nos activités et cette année nous avons eu le plaisir de faire connaissance avec Roland qui a rapidement adhéré à la section et a amené un voisin aussi sportif.

Merci à tous les volontaires qui ont efficacement assuré une présence sur le stand Abeille où la section cyclotourisme était encore bien représentée.



Séjour Abeille 2011 en Pays Cathare

Du jeudi 26 mai au dimanche 5 juin

Par tous les participants

Jeudi 26 mai

Par : Chantal

En fin d'après-midi, l'hôtel Etoile en banlieue de Carcassonne, voit arriver de nombreuses voitures chargées de vélos. Une quarantaine d'abeilles se retrouvent ainsi tout excitées à l'idée de passer une dizaine de jours ensemble dans une région qui nous réserve de nombreuses découvertes.

Dans le groupe un barbu semble nouvellement arriver, erreur, Jean-Claude Brasseur était à l'Abeille dans les années 70, il a même laissé un record dans les annales du club en faisant un PBP en 1975 en 54 heures ! Seuls les plus anciens le connaissent. Les aléas de la vie l'ont éloigné de la région parisienne et de l'Abeille et il profite de cette semaine pour reprendre contact avec la ruche.

Avant le dîner nos organisateurs : Pierrot et Claudette, qui en sont à leur 4e organisation de semaine Abeille, font un petit briefing notamment sur le programme de la première journée.

Après le dîner, le coucher est rapide. Il fait chaud dans les chambres. Au milieu de la nuit le déclenchement intempestif de l'alarme fait sortir du lit de nombreuses abeilles qui s'exhibent en pyjama dans le couloir de l'hôtel. Malgré la chaleur, il semblerait que personne ne dormait à poil...

Vendredi 27 mai : Saissac - Lastours

Par : Henri

A 7h45 la salle du petit-déjeuner est remplie, les pique-niques sont préparés et une demi-heure plus tard nous partons en voiture, sauf quelques uns qui souhaitent éviter la voiture, pour Conques-sur-Orbiel à une quinzaine de km de l'hôtel. Nous démarrons ainsi en dehors de la circulation intense de la proche banlieue de Carcassonne. Le parking en périphérie de Conques est idéal pour se préparer.

Le départ est donné sans perdre de temps. Au premier coup de pédale Roger et Mimi casse la chaîne de leur tandem. Les commentaires vont bon train mais c'est vite réparer et nous roulons sur une petite route gentiment vallonnée : Aragon, Fraisse-Cabardés, Brousses, St Denis et Saissac un beau village d'où nous avons une magnifique vue sur la plaine, le canal du midi et le pays carcassonnais. Une brume de chaleur nous empêche de voir la chaîne des Pyrénées. Le site de Saissac dans la Montagne Noire permet de prendre quelques belles photos notamment des ruines du château.

Nous repartons ensuite vers Cuxac-Cabardés à une vingtaine de km pour le pique-nique. Nous nous installons autour d'un terrain de boules, ce n'est pas la grande chaleur et nous ne nous attardons pas. Café pour les uns accompagné de nougat qu'offre Daniel et reprise du parcours pour les autres.

Sur la route vers Cabardés, Christian explose sa chambre à air qui est sortie de la jante. Bien conseillé, il envisage de la revendre dit-on dans le peloton...

Nous nous retrouvons finalement au belvédère de Lastours. Sur le parcours, une superbe petite route dans des gorges encaissées et sauvages, pour ceux qui prennent le temps d'observer la nature, des cerisiers offrent de délicieux fruits mûrs au bord de la route. L'accès au belvédère est négocié à moitié prix et l'endroit est idéal pour prendre des photos des 4 châteaux perchés sur des pitons, juste en face.

Retour à Conques toujours par une route superbe et peu fréquentée. Seuls Jean-Pierre et Joël regagnent l'hôtel en vélo, les autres reviennent en voiture où nous arrivons assez tôt pour la fameuse dégustation d'une bière ou faire une petite sieste, selon le choix de chacun.

Samedi 28 mai : Carcassonne - Limoux - Saint Hilaire - Carcassonne.

Par : Annick

Le parcours du jour va tous nous rassembler, en fin de matinée, à Limoux. Une approche voiture est prévue pour le petit parcours, les autres partent de l'hôtel à vélo.

Sortir de Carcassonne à vélo n'est pas aisé et, visiblement, il y a plusieurs possibilités car les abeilles butinent à tous vents. Mais la ruche se regroupe à Lavalette et, c'est avec une ascension douce mais constante que nous arrivons au point culminant du jour, soit 420m d'altitude. Juchés sur cette colline, nous apercevons les Pyrénées et les appareils photos déploient leur zoom. La beauté du paysage trouble un peu Alain qui repart sans son sac à dos...

Une belle descente nous achemine vers Saint Martin de Villeregran et Villemartin. Christian, qui, avec ses nouvelles lunettes de soleil a été baptisé "RAPETOU", endosse son nouveau rôle de bandit et essaie de nous entraîner vers un raidillon au milieu des vignes. Mais les Abeilles "GPS" remettent le peloton sur le nominal et à 11 heures, nous nous retrouvons tous à Limoux pour la visite du musée des Automates.

Installé dans un ancien bâtiment industriel des années 30, ce lieu est féérique. Y cohabitent nobles chevaliers, belles comtesses, musiciens enjoués et animaux colorés. Tous jouent leur partition. Cet univers magique nous transporte dans le monde de notre enfance et notre esprit vagabonde.

D'un coup de pédales nous nous rendons au centre de la ville afin de visiter l'église. Mais la gardienne, à l'esprit fonctionnaire, ferme les portes 5 minutes avant l'heure nous privant ainsi d'un coup d'œil, certainement intéressant, à l'intérieur de l'édifice. Pour consoler Dany nous dégustons, sur la place de la République, un verre de Blanquette de Limoux bien frais. A propos de Blanquette, elle naquit, en 1531, à l'abbaye de St Hilaire où des moines qui avaient mis du vin blanc en bouteille et l'avait bouché de liège, s'aperçurent qu'il formait des bulles. La Blanquette était née et elle est considérée comme l'un des plus anciens vins mousseux au monde. L'histoire dit qu'un certain Dom Pérignon, en visite à Saint Hilaire, y découvrit cette méthode de vinification de vins effervescents. Il l'expérimenta dans sa région champenoise et la suite nous la connaissons

Nous déjeunons sur le terrain de camping et reprenons nos vélos pour nous rendre, pour certains au café du coin et pour les autres à l'église Notre Dame de Marceille qui est ouverte. Les murs et plafonds intérieurs sont couverts de motifs peints et la nef a été décorée car un mariage doit y être célébré : très belle visite.

Pour nous rendre à Saint-Hilaire, il nous faut monter 2 cols en plein soleil et la visite de l'abbaye va nous apporter un peu de fraîcheur. Nous commençons par le logis abbatial où les peintures du plafond à solives et les murs représentent des scènes bibliques et d'autres quelque peu profanes, un répertoire floral et végétal, ainsi que les armoiries des abbés qui s'y sont succédés. Sur les meubles, des chasubles, richement brodées, sont exposées.

Nous poursuivons par l'église dont un sarcophage-reliquaire en marbre blanc constitue l'œuvre maîtresse. Il retrace l'histoire de Saint Sernin, évangéliste de la région. Le cloître, édifié au XIV^e siècle, s'ouvre sur un beau ciel bleu. En son centre, une vasque en pierre du XVI^e siècle trône et au pourtour les chapiteaux des arcades ogivales sont décorés de feuillages et d'animaux. Un petit coup d'œil au cellier, au sol un peu glissant, et nous terminons notre visite par l'ancien réfectoire des moines avec sa chaire de lecture, desservie par un pittoresque petit escalier en pierres, le tout joliment réhabilité en salle d'exposition.

Avec notre ticket d'entrée de l'abbaye nous avons droit à une dégustation de gratuite. Nous nous rendons donc à la cave coopérative où une charmante dame nous explique tout sur les cépages locaux.

En repartant, nous avons un peu de difficultés à trouver notre route et lorsque nous la découvrons c'est avec regret car c'est une longue rampe qui mérite un 3 chevrons et dont la descente n'est pas plus agréable que la montée. Celle-ci nous conduit à Pomas. Nous grimpons, ensuite, une montée agréable jusqu'à Montclar et redescendons à Roullens où l'appareil photo phocalise le Pic de Nore.

La fin du parcours est plate mais, le vent dans le nez jusqu'à Lavalette, ralentit notre retour. Nous arrivons à l'hôtel avec 80 km au compteur et de belles couleurs sur le visage car le temps fut splendide.

Un "bourdonnement" anime le dîner. Il est alimenté par les impressions de chacun sur la côte de Pomas et nous sommes tous unanimes "elle était très dure".

Claude ne prend pas part à la conversation car, il est visiblement intrigué. Il se demande, concernant la serveuse, si son soutien-gorge est intégré à sa robe ou si c'est un cardio-fréquence mètre. Je ne sais pas si il a eu une réponse...

Dimanche 29 mai : Carcassonne

Par : Denise

En ce jour mémorable qui n'est autre que celui de la fête des mères, toute latitude nous est attribuée pour gérer notre journée, avec toutefois la possibilité pour ceux qui le désirent, de pouvoir effectuer la découverte de la cité médiévale de Carcassonne. 23 abeilles se regroupent pour la visite du château à 10 heures.

La majorité des Abeilles prirent leur vélo pour rejoindre la cité. D'autres le firent en voiture.

L'ancienne ville de Carcassonne est la plus grande forteresse médiévale d'Europe. Trois kilomètres de remparts et 50 tours qui défendent l'enceinte fortifiée et le château. Cet édifice date du 12^{ème} siècle et la basilique Saint-Nazaire du 13^{ème} siècle.

Carcassonne a sa légende "Dame Carcas" qui accueille les touristes à l'entrée du château. La ville de Carcassonne entretient la légende selon laquelle le nom de la ville daterait du début du 9^{ème} siècle.

Au moment des faits, la ville aurait été Sarrasine. Charlemagne en fait le siège, mais la maîtresse des lieux, Dame Carcas, avec vaillance a fort bien résisté. Les deux armées seraient devenues affamées. Tandis qu'il ne restait plus qu'une mesure de blé et un petit cochon dans la cité, Dame Carcas eut l'idée de démoraliser ses adversaires.

Le porcelet aurait été engraisé, puis projeté par-dessus le rempart. Il éclate en touchant le sol et de son ventre déchiré s'échappe un flot de bon grain. Pensant que la ville avait beaucoup de nourriture Charlemagne fit lever le siège.

A ce moment, Dame Carcas aurait fait sonner les trompettes et Charlemagne revenant sur ses pas, Dame Carcas lui proposa la paix. D'où l'expression Carcas sonne.

Après notre dernier déjeuner à l'hôtel nous partîmes à destination de notre nouvel hébergement à Tuchan. Quelques Abeilles avides de kilomètres s'y rendirent directement à bicyclette.

Nous sommes arrivés au relais d'Aguilar les uns après les autres où nous avons pris possession de nos bungalows.

Un repas frugal termine notre journée avec l'impatience du lendemain pour découvrir une nouvelle région.

Lundi 30 mai : Gorges de Galamus - Château de Peyrepertuse

Par : Françoise

Nous voilà installés à Tuchan au relais d'Aguilar, village de vacances perché sur la colline. Belle vue sur une vallée verdoyante où se détache le vert tendre des vignes. L'endroit est calme et reposant. Contrairement à la région de Carcassonne, la végétation est méditerranéenne (cactus, oliviers, lauriers fleuris)

Petit déjeuner où nous avons dû attendre l'arrivée du pain frais, ce sera pour le 1^{er} jour celui de la veille.

Départ à 8h30. Nous pédalons au milieu d'une large vallée entre les champs de vigne (coteaux de Corbière, Mazières). Des cyprès au loin puis la montagne brumeuse enveloppée de nuages menaçants. Après une vingtaine de km la vallée se rétrécit et les champs de vigne se doivent d'escalader les collines ou se faufiler dans les petits vallons recouverts d'un pâle soleil.

Chaleur moite. En arrivant sur Maury le temps s'éclaircit. Une cycliste s'est arrêté au milieu d'un champs de vigne, c'est Annick qui photographie quelques bleuets égarés qui se font rares maintenant. Après Lesguède quelque chose de jaune dépasse de la route, serait-ce un genêt ?... non ce n'est autre que Gérard allongé sur le bas-côté nous prenant en photo, c'est sympa de prendre des risques pour les copains !

La vallée maintenant se rétrécit, route étroite en corniche longeant les très impressionnantes gorges de Galamus. L'Hermitage de St Antoine, grotte chapelle est accroché à la roche. Au Clou de la Fou, des Eaux Thermales. Bien que chaudes, nous remplissons nos bidons. Cubières, Salatgé et ça monte.

Tiens Pierrot est tout écorché, serait-il tombé ? oui mais c'est la faute aux pédales. Nos copains marcheurs, Isabelle, Marie-Christine et Claude Sauvage ont fait de la marche dans les gorges. Tout en pédalant, vue sur le château de Peyrepertuse, quand il est visible par ce temps devenu brumeux, d'ailleurs occupés par la montée certains dont Fanfan ne l'ont même pas vu.

Notre agent de Sécurité, Claude, est au bord de la route pour nous informer du lieu du pique-nique, ouf, car il est déjà 13h30. Jean ayant la fringale a du manger avant sur le bord de la route comme un pauvre hère. Il nous rejoindra ensuite au café.

Un groupe repart directement sur Tuchan en passant par le village du célèbre curé de Cucugnan (Alphonse Daudet).

On terminera la dernière heure sous une bonne averse. 75 kms de parcours pour ce grand parcours.

Mardi 31 mai : Lagrasse

Par : Gérard

Le beau temps est vraiment parti. Il a plu abondamment cette nuit et ce matin le ciel est très gris et le vent souffle violemment.

Départ en ordre dispersé car il y a des hésitations. Le groupe du grand parcours perdra même rapidement quelques membres qui iront rechercher leur voiture pour une journée d'auto-tourisme. Nous commencerons la journée par quelques petits cols au milieu d'une végétation assez dense pour nous abriter régulièrement du vent.

Aujourd'hui encore des châteaux en ruines, Termes, Durfort et Villeroque que nous ne verrons que de loin car la visite est prévue samedi, mais chut c'est une surprise !

Arrivée à Lagrasse en ordre dispersé. Tout le monde n'a pas vu la petite route que Pierrot a trouvée en regardant attentivement la carte et c'est bien dommage. Tout d'abord parce que cette route est faite pour les cyclotouristes et surtout à cause de la benne à ordures qui a laissé couler sur la route l'huile de ses circuits hydrauliques. Résultat la chaussée est glissante comme une patinoire et les Abeilles égarées sur cette route vont aller tâter le sol durement. Par trop de mal mais Rayjane sera tout de même au repos les jours suivants.

Nous voici une vingtaine à pique-niquer sous la vieille halle de Lagrasse. Il ne pleut pas mais un fort vent froid nous encourage à chercher un café avant de repartir.

Heureusement le retour se fera avec le vent favorable et nous terminerons même avec un peu de soleil.

Ce soir rendez-vous chez Marc et Laurence car c'est l'anniversaire de Marc qui est passé par la cave coopérative de Tuchan et nous permet de goûter aux produits de terroir.

Bon anniversaire Marc !

Mercredi 1er juin : La Fajolle

Par : Chantal

Cette journée a été riche en événements divers; parlons déjà du nominal.

L'approche voiture jusqu'à Axat nous permet d'admirer sur la route le château de Puilaurens; nous croyons être en avance mais en fait tout le monde est déjà parti. Nous rejoignons ceux qui se sont trompés de route au départ et ceux qui veulent faire un plus petit parcours.

Très belles gorges du Rebenty, un ruisseau se jetant dans l'Aude, avec succession de défilés impressionnants, des tunnels, des rochers surplombant la route, des pitons taillés à la serpe.

La dernière montée est rude d'autant que le vent s'engouffre et nous empêche d'avancer; nous arrivons à la Fajolle avec soulagement, lieu du pique-nique que nous prendrons dans une salle municipale, nos émissaires en voiture ayant réussi à la faire ouvrir; malgré cela certaines abeilles sont gelées et pour se réchauffer Roger nous fait une gaudriole dont il a le secret. Certains sont montés au col du Pradel avant de manger et sont redescendus frigorifiés.

Retour laborieux pour le tandem Courmont dont le frein à disque arrière reste coincé : de ce fait, nous ne ferons pas le diverticule proposé par Pierrot. Au fait cette route "rose", nous l'avons vue barrée à l'aller ! Qu'à cela ne tienne, c'est le pont qu'on refait : Gérard aménage un passage avec les moyens du bord pour une dizaine d'abeilles qui rentreront par cet itinéraire.

Le gros de la troupe se retrouve pour prendre une boisson avant de récupérer les voitures à Axat. Justement pendant le pot Jean reçoit un appel d'Alain qui s'est perdu ; il n'a pas vu la halte à la Fayolle, il est monté au col directement. Nos amis tentent de le localiser afin de le récupérer en voiture, heureusement à défaut de carte il avait son pique-nique avec lui... La suite nous sera racontée par Jean le soir ; Alain les a retrouvés à Ax- les-Thermes et au cours d'un diverticule pour aller chercher des abricots, ils ont essuyé une tempête de neige : Mimi s'en souviendra longtemps !

Autre anecdote racontée par Laurence. En redescendant, une petite escale s'imposait pour certains, à Belfort sur Rebenty, chez la petite dame qu'ils avaient déjà repérée à la montée, et qui vendait saucisson et produits régionaux. Guy et Jean Jean y étaient déjà et nous disent... "elle va nous offrir le café et le pousse café". Quelle aubaine avec la température ambiante. On était maintenant 6 abeilles, mais si si, elle nous a accueilli dans son séjour, nous offre un excellent café et sort une bouteille avec une vieille étiquette de Suze, en nous disant que c'est un ami normand à elle qui l'a rempli...Que du bonheur !

Pendant ce temps, elle nous raconte sa vie bien remplie.

Décidément, chacun avait quelque chose à raconter le soir de ce 1er juin . Jean-Lou et Marie-Christine ont aperçu sur la colline à Axat une famille de chèvres abandonnée et pour cause : il paraît que le bouc aurait tué un villageois...Quant à nos non-pédalants qui souhaitaient visiter le château de Puilaurens, on a du les rembourser pour cause de tempête, la guérite des billets était en train de s'envoler !

Jeudi 2 juin : Tautavel

Par : Henri

Au programme de ce jour de l'Ascension, visite du Centre Européen de Préhistoire. Le petit-déjeuner est un peu plus tardif que les jours précédents et par petits groupes nous roulons vers Tautavel à une douzaine de km de l'hôtel. Certains tentent de faire un diverticule vers la tour des Géographes (879 m) à quelques km de Tuchan mais le vent souffle en rafale et fait chuter Claudine qui fait demi tour suivie de ceux qui l'accompagnent sauf Joël qui va jusqu'en haut.

Les autres abeilles qui ont pris la route de Tautavel y arrivent vers 10 h et se retrouvent aux cafés du centre du bourg avant la visite du musée prévue vers 11h. La visite est libre, chacun a son audio-guide et parcourt les salles du musée à son rythme, les explications sont intéressantes et nous plongent dans la vie de nos ancêtres, à l'époque de l'homo erectus, 450.000 en arrière.

A midi, pique-nique à la terrasse abritée d'un café près du musée avant de reprendre la route vers Tuchan.

A l'entrée du bourg nombreux sont ceux qui empruntent le petit chemin qui monte au château d'Aguilar en ruine, ça grimpe fort et certains passages sur le rocher humide et glissant occasionnent la chute de Gérard qui roule en tête. Il nous faut finir à pied. Le temps est dégagé et au milieu des ruines du château, nous avons une vue splendide sur les environs.

Avant le repas, Jean Pelchat, nous offre un pot en souvenir de Bernadette qui aurait dû être avec nous.

La présentation des projets de séjour à l'étranger pour 2012 révèle que la Slovénie devance l'Espagne et la Croatie. Beau programme en perspective !

Vendredi 3 juin : Abbaye de Fontfroide

Par : Jean-Pierre

Certains vont pointer Sournia (BPF 11, collineux), d'autres profitent du monachisme cistercien et s'en vont dans le massif de Fontfroide, sur les terres du chef (Comte) de Narbonne, visiter l'abbaye de Fontfroide, réputée cistercienne, du moins à ses débuts.

Ptdej très tôt. Tous font une approche voiture sauf quelques givrés de Fontfroide, qui font la route à vélo depuis Tuchan (dit aussi : "Claudine et ses trois boulets"). Daniel, compatissant, attend René et fera route lentement avec lui. Michel et Pierre Dupeyron, tout au contraire, sont partis avant, toujours pour rouler lentement, "inquiets des cadences infernales de Claudine", disent-ils. Jean-Paul, prudent sur son VTT, est ailleurs...

Daniel et René arriveront tranquillement 1/4h avant nous et auront le temps d'un piti café avant la visite de 11 heures pétante. La route jusqu'à l'abbaye est un spectacle classique mais toujours aussi captivant: un pignon de 13, de 14, de 15, ou de 16 qui tourne au-dessus d'un bitume qui défile à un train d'enfer. Au col d'Extrême, Pierre nous attend. Entre Pierre et Claudine, la descente vers Villeneuve n'en sera que plus marquée d'une bestialité toute cistercienne.

À Durban, sous cette obscure clarté qui tombe encore des étoiles, nous retrouvons Michel : "nous partîmes à trois, nous nous vîmes à six [boulets] en arrivant au port". Alain Muguet, pour sa part, est en laisse : pas le droit de partir de l'autre coté du col. D'ailleurs il ne peut pas : ça roule trop vite.

Juste avant d'arriver aux Campets, tel un chien d'arrêt qui a flairé le sanglier qui passe, Christian arrête sa monture juste au débouché d'un chemin malaisé, sablonneux et caillouteux qui serpente droit vers une pente, qui s'annonce raide, très raide. "C'est

là", dit Mr. Garmin. Jean-Paul, notre 6° boulet confirme le pronostic : c'est bien là, la route roulante annoncée par Pierrot, et confirmée un soir d'ivresse (la veille) par Jean-Paul. Au vote: 3 pour et 3 contre plus quelques prudents ni pour ni contre. Le groupe se fissure donc en deux : 3 qui vont vers les Campets (ils n'ont ni carte ni Garmin, juste la foi), et 5 qui montent sur le muletier pour atteindre ainsi plus vite la vie éternelle. 3 Km de caillasse qui aurait grandement justifié l'utilisation, là, d'un VTT "Pullman" articulé dans tous les sens et avec des amortisseurs à coussin d'air du type de ce qu'on trouvait en location à Majorque. Les autres groupes, réputés partis devant, rament bien plus : ils sont perdus. La rumeur raconte que c'est là, sur ce muletier épouvantable de 3 Km montants, que Évelyne Schruoffeneger aurait passé sa 1° étoile de VTT muletier.

Bref, on arrive à Fontfroide 5' avant le gong des 11 heures, seulement devancés par Daniel et René, venus tranquillement à vélo, sans muletier, et qui nous attendent tranquillement au café. Deux crevaisons (pour le rédacteur), plus une secrète pour Michel, que Michel n'avouera jamais, même devant l'inquisition espagnole.

Fontfroide : ancienne abbaye cistercienne, créée pour pratiquer plus Cisterciennement la règle selon St Benoît que les bénédictins, construite au XI^{ème} siècle sur les terres données par le comte de Narbonne. Beaucoup de place, donc de quoi loger beaucoup d'abbés et beaucoup de frères convers, et donc de quoi gérer beaucoup de fermes. Il y en aura jusqu'à 1000. D'une opulence plus austère (ou moins ostentatoire, selon nos mots actuels) que Lagrasse (bénédictine). Démarrée à une époque austère et romane sa construction s'est poursuivie en gothique (toit du cloître). Cette abbaye a eu, après ses difficiles années de décollage, un superbe retour sur investissement. Celui-ci qui attisa alors bien des convoitises et fut la cause de l'arrivée d'une nuée d'abbés percepteurs mandatés par le pape (par le pouvoir divin), et de pseudo abbés, mais toujours percepteurs, mandatés cette fois par le pouvoir des princes. "Pompidou des sous", déjà, au XIII^{ème} siècle.

Une bien belle visite après le Thoronet en 2009, en somme, où l'on apprend enfin pourquoi on intercale les anciens et les jeunes moines dans le dortoir, pourquoi on dort toujours avec une veilleuse allumée, et pourquoi il faut laisser les fenêtres ouvertes (elles ne ferment pas, d'ailleurs).

Retour le soir avec Daniel et René, avec pause-glace (un magnum) avec gâteau et thé en arrivant à Tuchan le soir. Apéro, puis dîner basque, sans gâteau de St Etienne de Baigorri. Michel devra faire avec (ou sans)...

Vendredi 3 juin : Sournia

Par : Gérard

La visite de l'Abbaye de Fontfroide a un grand succès mais nous serons quelques uns à vouloir pointer le (B.P.F) de Sournia. Pour cela le programme propose un grand parcours de 105km ou un petit parcours de 70 km, avec avancée en voiture jusqu'à Maury.

Finalement nous serons 4 à partir sur le grand parcours et 3 sur le petit.

Au delà des 35 kilomètres d'écart entre les deux parcours il y a quelques côtes dont le Grau de Maury en fin de journée pour lequel il faudra garder de l'énergie.

Le temps est gris et frais au réveil mais à peine sommes nous sortis de Tuchan qu'il se met à pleuvoir. Seulement quelques gouttes, mais cela donne le ton de la matinée, nous aurons droit à plusieurs averses.

La montée vers Latour de France est plutôt facile et on apprécie les routes du jour qui seront toutes de belle qualité avec des pentes modérées. En arrivant à Ansignan l'arrêt photo en vue de l'aqueduc romain se combine avec un grain nécessitant de mettre des vêtements de pluie. Le parcours est maintenant commun aux deux groupes, mais pas de trace de celui parti de Maury.

La pluie ne durera pas et nous finissons l'ascension jusqu'à Sournia avec un peu de chaleur. Nous allons voir l'église mais elle est fermée et en redescendant vers les commerces pour trouver un tampon nous avons la surprise de trouver la rue de la côte de l'Abeille. Rue très pentue que nous ne ferons que descendre.

La visite se poursuit avec un tour à la Mairie dans une ancienne bâtisse. Le tampon trouvé nous nous interrogeons sur l'heure d'arrivée du groupe «petit parcours», mais le commerçant ne les a pas vus. Il sera confirmé par la suite que nous étions les premiers.

Le parcours continue de monter jusqu'à Prats de Sournia et comme il est encore tôt pour déjeuner nous décidons de terminer l'ascension avant de chercher la table ou la prairie où faire la pause.

Le soleil fait son apparition et nous pourrons pique-niquer à l'ombre d'un bosquet.

Il fait maintenant chaud et la descente est agréable. Arrivés à la Clue de la Fou Jean hésite à prendre la route de la vallée, en descente mais très passagère, ou bien l'itinéraire et sa remontée vers Lesquerde. Nous l'assurons de l'attendre alors il restera avec nous. Belle descente ensuite vers Maury où il fait très chaud et le temps devient orageux. Je propose un arrêt à la terrasse ombragée d'un café avant de se lancer à l'assaut du Grau de Maury. Jean ne se fait pas prier et se dope à la bière.

Nous passons par le centre de Maury, mais c'est trop pentu pour monter avec le tandem et même à vélo, nous ferons quelques dizaines de mètres à pied avant de retrouver un terrain plus roulant. Nous voici dans les vignes, la route monte peu mais bientôt il n'y a plus que des cailloux et la pente se redresse. Voilà il reste environ 4 kilomètres de pente régulière avec vue sur le château de Maury.

Ensuite descente sur Cucugnan et retour à Tuchan, assez tôt pour aller faire quelques dégustations et achats à la cave coopérative du Mont Tauch où il y a affluence avec en particulier nombre d'Abeilles. Le président a d'ailleurs une bonne raison de s'y attarder puisqu'il faut bien songer au repas de fin d'année qui est en principe en accord avec la région visitée au cours de la semaine Abeille.

Samedi 4 juin : Resto à Villerouge Termenes

Par : Jean-Lou

Le rouge pour les séjours, le bleu pour les BPF, le gris pour le -merveilleux- musée des automates de Limoux, mais qu'est-ce que c'est que ce "final en jaune" à Villerouge ?

Le mystère du programme officiel intrigua un peu, la semaine Abeille s'écoula avec les itinéraires très variés, la pluie des vannes du ciel, le rosé, et le rouge, locaux, puis un beau soir, Pierrot nous dévoila la surprise, qui requerrait notre présence et notre exactitude, un déjeuner au château !

Souvent groupés à l'heure pour les pique niques, les Abeilles partirent de bon matin, en ordre assez dispersé, affrontant l'humidité pas trop froide, et la route de Villerouge, ni trop longue ni trop pentue. Comme d'habitude, elles se retrouvaient groupées, mais pour s'abriter au château enfin trouvé d'une pluie généreuse... sous un porche médiéval, les roues des tandems organisaient un déversoir vers quelque oubliette, et les cales glissaient sur le pavé mouillé... les Abeille profitaient en les admirant des toilettes grandioses du château avant de rejoindre le restaurant; la boutique proposait les Cisterciens au même prix que les Cathares, René F... y trouva un vase magnifique , mais intransportable à vélo, pour ses Ikebanas.

L'élite de l'Abeille, les très gentils organisateurs, et quelques courtisans plus ou moins tardifs s'installèrent à la table seigneuriale, pendant que les manants et gens de peu se réchauffaient aux tables du peuple, s'esbaudissant aux bonnes histoires, aux exploits de tel ou tel, qui survenait coiffé d'un sanglier, ou à la vue d'une pauvre armure, laquelle se vit coiffée dudit sanglier puis d'un casque fuselé rouge et blanc, mieux assorti à son profil, et avec l'insigne Abeille !

L'hypocras ou filtre d'amour leur fut servi par d'accortes hôtesse, dont la vêtue contrastait avec nos maillots cyclistes : comme la route, il serait bon que les gosiers fussent eux aussi arrosés. La loi Evin m'interdit d'en faire trop louange, mais une Abeille rappela "cheux nous, on marche pas sur une seule jambe", et l'on goûta aussitôt le rosé, servi dans d'élégantes aiguières, et l'on découvrit le beau cadeau que Pierrot et Claudette nous avaient préparé : une magnifique plaquette, assortie au décor médiéval, du santonnier Bouillo, "Compagnon de la Confrérie des santonniers" avec une jolie housse. Voilà qui nous rappellera pour longtemps, et élégamment, le pays cathare et la semaine Abeille 2011.

Les hôtesse expliquèrent aux ignorants très consentants le menu, la cuisine, la manière; l'hypocras et quelques bonnes histoires hélas oubliées ne nous détournèrent pas de l'essentiel, installer le "tranchoir", belle et bonne galette à laisser pour la fin, et à finir pour la faim. Sur laquelle on pose, après une tourte aux cailles et à l'échalote, diverses viandes et légumes, peut-être oubliés comme le "panais", mais fort goûteux; il paraît qu'on les donnait aux lapins, mais sûrement pas avec cette sauce au miel. Menthe, ciboulette, sauce au miel, agrémentaient aussi les salades, précédant d'excellents fromages de leur époque avec une fameuse tome des Pyrénées, ce qui permettait de ne rien laisser sur la table, le tranchoir avec le fromage de chèvre, et le roséquel bonheur !

Je crois qu'il y eut quelque dessert, très parfumé, crémeux et fruité, mais le rosé aimable, le rouge un peu fané, ou plutôt d'avant la découverte de la vinification, et l'hypocras final me l'ont fait oublier. D'ailleurs aucune Abeille ne m'a confié son rapport d'étonnement.

La pluie cessa lors des agapes, les Abeilles, enfin sèches et en ordre toujours aussi dispersé, rentrèrent par le col de Couisse; Jean-Paul F..., stakhanoviste des 100 cols, partageant généreusement avec quelques privilégiés sa connaissance quasi-métrique du paysage, Tuchan fut rejoint avec quelques cols inattendus de plus au compteur.

Un bon samedi !

Nos gentils organisateurs ont fait de ce dernier jour un bien beau souvenir, pas seulement médiéval ou gastronomique, ça valait la peine de mouiller une dernière fois le vélo, et un tout petit peu la pélerine.

La journée se termina par un agréable dîner de fin de séjour, d'adieux et d'au revoir.

P.S. Pour les absents et pour les présents, Marie-Christine a noté la recette de l'hypocras :

- 1 bouteille de vin blanc
- 75 grammes de sucre (ou plus selon goût)
- 1 noix de gingembre frais,
- 1 bâton de cannelle,
- 1/4 de noix de muscade,
- 12 grains de maniguette;
- Faire chauffer doucement le tout jusqu'au premier frémissement.
- Eteindre le feu, couvrir et laisser infuser 3 heures.
- Filtrer au chinois.
- Ajuster selon son goût ensuite.

N d R : l'hôtesse souriante et en bleu m'avait dit et j'avais noté, qu'il y avait des clous de girofle, et de la cardamome...il y a donc place pour une large expérimentation d'ici la réunion Abeille de fin d'année.

Flèche Paris - Dieppe

Par Thierry Streiff

Nous sommes le 30/05/11, cette première flèche, Paris-Dieppe, fait partie de mon entraînement pour Paris-Brest-Paris. Cela fait un objectif et me change des boucles même longues autour de Rueil-Malmaison.

Le plan est de faire l'aller-retour Paris-Dieppe-Paris en une journée : le parcours touristique de la flèche à l'aller (en pointant la flèche) et le parcours normal au retour. Le tout fait environ 360 km.

Je prévois de partir en RER à 6h00 de Rueil-Malmaison, pour un départ de Porte de Champerret à 6h30. Ce qui fait une arrivée à Dieppe vers 15h30 et un retour à Rueil-Malmaison vers 0h30. Ces horaires sont compatibles avec une journée de travail le lendemain.

Paris Place de l'Etoile - Porte de Champerret (6h30) : lundi matin, il fait très beau. Les agents de la voirie inondent les côtés des rues pour nettoyer les conséquences des libations du week-end. Je suis bloqué par un camion-poubelle dans une rue étroite, je prends le trottoir pour le dépasser. Petit slalom matinal entre les déjections canines. Paris sera toujours Paris... Heureusement, j'ai gardé mes garde-boues.



La Garenne-Colombes : la route est en travaux à cause de l'extension du tramway, mais la circulation reste faible. C'est moche mais ça passe bien.

Bezons - Corneilles en Parisis : la D392 est horrible. Beaucoup de voitures, le côté droit de la route est défoncé et sale (verre, fils de fer, éclats de plastique) et les dépassements continuels des voitures obligent à rester près du trottoir. J'essaie un moment de rouler à gauche de la voie, mais là je suis gêné par les 2 roues motorisés dans l'autre sens qui sont du mauvais côté de la ligne blanche. Bref c'est dangereux et bruyant. Quel soulagement quand je tourne à gauche vers Herblay !

Cergy Village (8h15) : première côte dans le vieux village pour remonter de l'Oise. Sur le plateau, toute ma vigilance est nécessaire dans les enchaînements de ronds-points : il est difficile de regarder les panneaux et les voitures/camions doublent partout, vive le GPS.

Après Osny, ouf enfin c'est la campagne, il fait beau et la température est idéale.

Gisors (10h30) : après une belle descente, direction le centre ville pour pointer, juste avant la collégiale.

Petit échange avec la boulangère qui me demande où je vais :

- Dieppe, ça fait loin !
- oui et je reviens ce soir
- ça vous fait pas beaucoup de temps là-bas, vous n'allez pas avoir le temps de vous baigner...
- euh, vous vous êtes déjà baignée à Dieppe en mai ?
- ah ben non même pas en août !

C'est jour de marché, il y a du monde partout, beaucoup de voitures et de piétons, et en plus les rues sont pavées. Vigilance requise...

A la sortie, la route vers St Paër est complètement coupée : un pont est en construction pour la future déviation de la ville. Je suis bêtement les panneaux "Déviation" qui font passer au sud par Bézu-St-Eloi : pas très agréable et allongement de 6 km. Pour un cyclo, c'était plus court et mieux de prendre plein nord via Bazincourt/Epte.



St Denis le Ferment : le plus joli village du parcours, des maisons basses en briques rouges très fleuries tout le long de la route.

Le parcours remonte l'agréable vallée de la Lévière. C'est un petit cours d'eau mais il a du courant, et la route passe sur de nombreux ponts et cotoie d'anciens moulins bien entretenus.

Argueil : je profite d'une bonne adresse : le cimetière en haut de la côte, déjà utilisé il y a peu pour remplir mes bidons lors du BRM 400 de Mours. Le ciel se couvre.

Neufchâtel en Bray (14h) : pays du fromage en forme de coeur, j'aime bien cette ville : pas trop grande, un peu d'industrie, un peu de commerce, bref équilibrée.

C'est l'heure du déjeuner, l'avenue verte est très facile à trouver.

C'est une ancienne voie de chemin de fer transformée en piste goudronnée pour les piétons, les vélos, etc. C'est propre, roulant et plat : "Dieppe 34 km". Les gares et les quais ont été conservés et sont joliment fleuris. Il y a des tables à pique-nique et j'en profite pour manger.

Je croise quelques vélos (surtout des anglais), quelques rollers. On est mieux que sur la route mais après 10-20 km, l'avenue verte s'avère monotone. En effet, elle est souvent entre deux talus ce qui bouche la visibilité.

Arques la Bataille : l'avenue verte se termine. Elle est prolongée sur environ 1 km par une jolie piste cyclable qui longe les nombreux étangs. Ensuite, il faut reprendre la route et ça circule, Dieppe étant une ville très active.

Il se met à pleuvioter, assez pour que le cyclo enfile son imper, mais pas assez pour contenter le paysan normand (c'est sec depuis deux mois). Heureusement j'ai gardé mes garde-boues.



Dieppe (15h30) : ville très active donc pas très agréable en vélo. Je vais jusqu'à la plage de galets mais il fait gris et la visibilité est mauvaise. Un pointage et une gaufre plus tard, je prends la route du retour.



Il y a déjà beaucoup plus de circulation au milieu de l'après-midi (c'est lundi). Les 34 km du retour sur la voie verte jusqu'à Neufchâtel me paraissent longs. Il faut dire que je les ai déjà faits dans l'autre sens et que c'était déjà monotone. J'enfile et je retire mon imper à plusieurs reprises car il continue de pleuvoir par moment, et il fait trop doux pour garder l'imper quand il ne pleut pas.

Neufchâtel-en-Bray : Je continue sur l'avenue verte de l'autre côté de la ville : "Forges-les-Eaux 17 km". C'est un peu moins uniforme que le côté Dieppe, les paysages sont plus variés. L'avenue verte s'arrête en fait avant Forges, à Serqueux, mais une piste cyclable la prolonge et amène à Forges.

Forges-les-Eaux : je dois prendre la D915 dite "route de Paris" qui forme le parcours classique de la flèche Paris-Dieppe jusqu'à l'agglomération de

Cergy-Pontoise. C'est une route désagréable pour les cyclos : il y a de la circulation et ça roule vite, la route traverse la campagne au plus droit, et franchit les bosses via des rampes droites et pentues (c'est là que je me rends compte que la D915 est l'ancienne N15). La route traverse peu de bourgs et j'ai l'impression de ne pas avancer.

Gournay-en-Bray : je décide de m'arrêter pour un petit dîner pique-nique sur un banc du centre-ville. Il fait encore jour mais la ville est déserte.

Gisors : un peu avant d'entrer dans la ville, gros travaux pour le contournement de l'agglomération. Je traverse le chantier en roulant sur des graviers pas très propres, je n'aime pas ça. La traversée de Gisors est rapide mais la montée à la sortie fait mal aux jambes. Il fait maintenant noir, mais la circulation a bien diminué. J'accélère le rythme car il me reste de la route et je me sens bien.

Bouconwillers : je constate que mon pneu arrière est dégonflé. Crevaison lente... Sans doute une conséquence du chantier de Gisors. Je n'ai pas crevé depuis des mois et il faut que ça arrive la nuit ! Je roule lentement jusqu'à Chars pour réparer aux lumières du bourg. Je répare et repars vers Marines. 30 minutes perdues mais ce n'est pas grave.

Courdimanche : je suis de retour dans le terrain de jeu de l'Abeille Cyclo. Montée de l'Hautil après 300 km, mais c'est le chemin le plus court vers Rueil-Malmaison et il y a moins de circulation que sur la D190 qui longe la Seine entre Les-Mureaux et Poissy. En haut de la descente vers Chanteloup-les-Vignes, route barrée sauf piétons. Comme je n'ai pas envie de faire demi-tour pour descendre par Triel/Seine, je passe sur le trottoir. Et il se met à bien pleuvoir, heureusement j'ai gardé mes garde-boues.

Chanteloup-les-Vignes : la ville est en état de siège, les rues sont éventrées pour la rénovation de la distribution d'eau. Je roule prudemment sur les trottoirs : je ne tiens pas à crever à nouveau.

Le reste du retour se fait classiquement, via Poissy et St-Germain-en-Laye. J'arrive à Rueil-Malmaison à 1h00 et 360 km au compteur pour une randonnée d'environ 18h30.

En conclusion :

- Faire l'aller-retour Paris-Dieppe en une journée est un joli challenge, le retour est plus difficile car c'est moins motivant de rentrer.
- Eviter le trajet classique de la flèche : c'est l'ancienne N15, toute droite avec de la circulation rapide.
- Le trajet touristique de la flèche est très sympa, sauf la D392 dans la Garenne-Colombes, Bezons, et Corneilles-en-Parisis.
- L'avenue verte est un concept bien agréable pour les cyclos, même si c'est un peu monotone (j'ai roulé en tout 75 km dessus)
- Une confirmation de mes brevets récents : en solo et surtout en ville et la nuit, le GPS est un vrai atout.
- En Normandie, comme en Île de France, il faut garder ses garde-boues même en partant sous le soleil, ça peut toujours servir.

Thierry

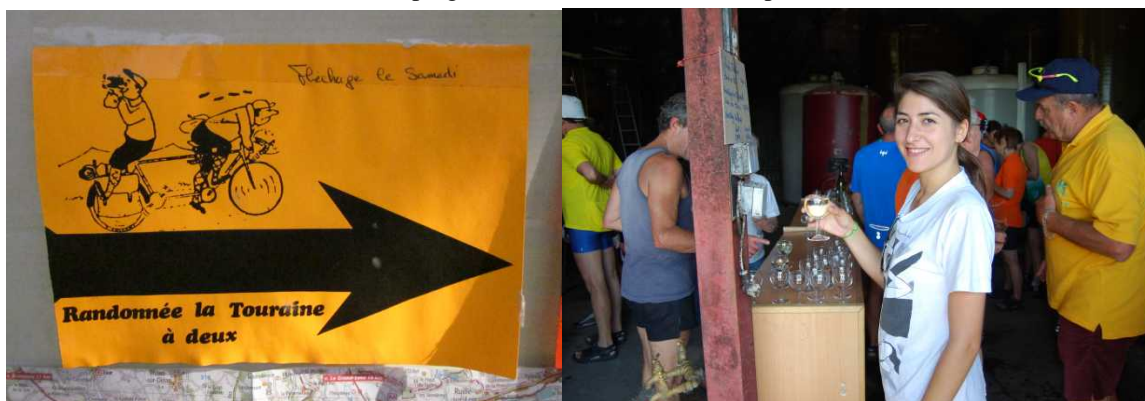
La Touraine à deux - 2 et 3 juillet

TANDEM EN PAYS MEMBROLLAIS avec l'Amicale Cyclo Tandémiste

Un tandem Abeille en compagnie d'une cinquantaine de machines de cyclos touristes et amateurs de gastronomie.



Rendez-vous traditionnel au camping et tout le monde est là au départ de la randonnée du samedi.



Le parcours est fléché, mais les habitués connaissent la route vers la cave Royer et sa célèbre dégustation



Dimanche matin visite du château de Beaumont-la-Ronce et en-cas de 10h00 très sérieux.



Un peu de technique avec démonstration du pliage d'un tandem Bike Friday et les explications de Rémy sur ses astuces pour simplifier les opérations.

Week-end avec les cyclo-tandémistes très sympa, dans la bonne humeur pour passer de bon moments ensemble.

Gérard Grèze

Qualification pour Paris-Brest-Paris

Comme tous les quatre ans nous sommes dans une année de Paris-Brest-Paris. Et ce doublement puisque c'est aussi une année pour l'organisation de l'Union des Audax Français.

La précédente édition avec les randonneurs en 2007 avait rencontré des conditions météorologiques particulièrement défavorables avec de la pluie, du vent et des températures très basses. Il en avait résulté un taux d'abandons très élevé puisqu'environ 30% des partants ne sont pas allés jusqu'au bout de l'épreuve.

L'Abeille n'avait pas été épargnée et donc cette année nous avons été moins nombreux à nous aligner au départ des brevets, en quête de qualification, puisque pour prétendre s'inscrire à ce raid vers le Finistère il faut accomplir des brevets de 200, 300, 400 et 600 km.

Cinq membres de la section se sont préparés et se sont qualifiés, voici quelques récits de ces brevets qui ont parfois été réalisés en solo.

Gérard

BRM200

Mours le samedi 26 mars : trois Abeilles : Joël, Thierry, Gérard

Très beau parcours avec de belles routes et un vallonnement modéré. Nous avons l'occasion de rouler avec des groupes qui nous permettent de profiter de l'aspiration derrière les premiers que nous relayons comme il se doit. Les kilomètres défilent mais nous faisons quelques arrêts pour admirer le château de Crèvecœur-le-Grand, l'église de Hodenc-en-Bray ou bien encore le panorama à la table d'orientation des Frènes d'Espaubourg – Lalandelle.



Château de Crèvecœur-le-Grand



Eglise de Hodenc-en-Bray



Table d'orientation des Frènes d'Espaubourg – Lalandelle.

Le temps plutôt clément nous a permis de pique-niquer en plein air à Marseille-en-Beauvaisis.

Premier brevet accompli facilement en une dizaine d'heures.

BRM300

Gif-sur-Yvette le dimanche 10 avril

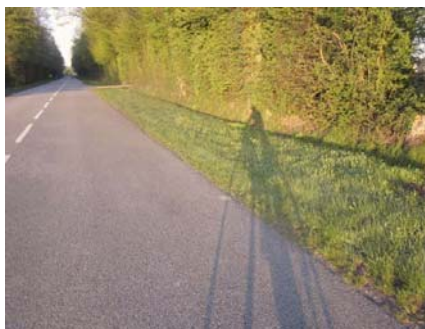
3 participants sur un parcours agréable sous le soleil : Joël, Patrice, Gérard

Temps superbe après une fin de nuit fraîche, mais c'est l'occasion de notre premier lever de soleil sur le vélo depuis bien longtemps.

Nous voici sur les routes classiques de Paris-Brest-Paris : Nogent-le-Roi, Châteauneuf en Thymerais, Bellême, Mortagne-au-Perche et sa série de côtes jusqu'à Longny-au-Perche.

Deuxième brevet, moins facile que le 200 km, mais il ne faut pas se préparer sur des circuits trop plats car la route vers Brest est très vallonnée.

Ce brevet aura également été un bon complément de préparation pour la flèche Vélocio programmée dans deux semaines.



BRM400

Mours les 7 et 8 mai : une Abeille : Thierry

Bonjour,

Le BRM 400 à Mours s'est bien déroulé.

J'avais établi un plan de marche souple sur 24h comme pour la Vélocio.

Je suis parti à 14h30 de Mours et revenu à 12h15 le lendemain soit 21h45, donc j'ai eu toujours de l'avance sur mon tableau de marche, ce qui m'a permis de manger chaud (mais rapidement) à Crécy (arrivée avant la fermeture du seul restau)

Super temps pour faire du vélo, grand soleil avec quelques nuages la journée, nuit douce (14°C), aucune pluie.

Le parcours est joli, c'est juste dommage que la partie "maritime" se passe la nuit !

Ça s'est très bien passé pour les jambes, moins bien pour les fesses, j'ai souffert pendant 200 km et à force d'essayer de trouver une position moins douloureuse, je me suis fait mal aux genoux...

Les derniers km entre Méru et Persan sur la D923 pleine de trous ont été très désagréables. Il faut que je trouve une solution, car je ne me vois pas faire le 600 comme ça. J'ai commandé une selle Brooks pré-rodée la semaine dernière, je vais tester.

Il y avait environ 120 participants, je n'ai pas vu de féminine. J'ai roulé environ 150 km seul, le reste en petits groupes, notamment une partie de la nuit avec 6 gars de Levallois. Il vaut mieux ne pas se trouver seul la nuit car les pointages de nuit exigent de trouver une boîte aux lettres ou la Poste, ce qui n'est pas si facile, les initiés les connaissent. De plus, il semble qu'un groupe attire moins l'agressivité des jeunes qui rentrent de boîte (on a quand même eu des jets de cannettes vides)

J'ai noté que remplir ses bidons la nuit est compliqué. Je n'ai pas peur des revenants mais les cimetières sont fermés la nuit.

Là j'ai trouvé une fête dans un village à 2h du matin (ils m'ont offert plus que de l'eau...)

Au niveau technique, aucun problème mécanique. La frontale en mode faible éclairage est vraiment super (on peut lire le GPS et éclairer là où on regarde). J'avais déjà testé lors du départ du 300 de Noisiel. galemment, j'ai acheté une petite batterie de soutien pour le GPS pour qu'il tienne la distance (sinon la batterie interne tient environ 14h), ça marche nickel.

Ce week-end, je serai en Bourgogne chez mes parents, j'emmène le vélo mais je vais juste rouler un peu avec ma sœur.

Je viens de faire plus de 1100 km en 3 week-ends (Vélocio + 300 + 400), je vais récupérer un peu.

A bientôt,

Thierry

Maurepas le samedi 21 mai : deux Abeilles Joël, Gérard

Parcours très classique au départ puisque nous rejoignons rapidement la route de Paris-Brest et la suivrons jusqu'à Mortagne-au-Perche. Un parcours avec de belles côtes de Longny à Mortagne.

Ensuite nous poursuivons vers Vimoutiers avec un vent faible mais favorable. Le vent nous aidera jusqu'au contrôle suivant à Montfort-sur-Risle. Il ne sera défavorable que jusqu'au dernier contrôle à Damville, où la nuit tombe et le vent avec.

Tout va bien jusqu'à l'approche de Beaumont-le-Roger où des saignées en travers de la route ont été rebouchées avec d'énormes cailloux dont un entaille méchamment le flanc du pneu avant du vélo de Joël. Par précaution nous en achèterons un au premier vélociste pour éviter tout ennui dans la nuit puisque nous prévoyons une arrivée un peu après minuit.

Ce brevet se terminera sans souci et même si les éclairs au loin montrent une activité orageuse, nous terminerons sans averse.



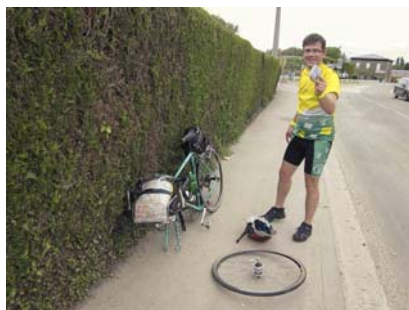
Joël dans la côte de Longny-au-Perche.



Vimoutiers où on honore la vache sans laquelle le camembert n'existerait pas



La Risle à Montfort



La chambre à air de secours

BRM600

Montigny le Bretonneux les 11 et 12 juin : deux Abeilles : Thierry, Gérard + Pascal qui n'arrivera pas à finir

Avec Thierry, nous avons pris le départ à 4h30 avec les premiers groupes. Départ plutôt froid, heureusement le jour se lèvera rapidement et la température remontera bientôt. Après le premier contrôle à Senonches nous avons du laisser partir les cyclos trop rapides pour nous et nous avons fait l'essentiel du reste du parcours sans trop de compagnie, mais nous avons plutôt bien géré les difficultés.

Face au vent et avec de nombreuses côtes jusqu'à Saint-Hilaire-du-Harcouet nous avons assuré en modérant nos efforts. Nous nous sommes appliqués à ne pas nous égarer car il a parfois été un peu difficile de trouver les bonnes routes. En effet les numéros des routes sur la feuille de route n'était pas toujours en accord avec les panneaux et notre carte pourtant pas trop ancienne ne semblait pas non plus en accord et dans ces cas le GPS est une aide mais il ne fait pas tout. Enfin les cyclos savent lire une carte et se repérer sur le terrain, donc pas d'égarement à déplorer.

Ensuite la nuit s'est bien passée mais le froid était plus glacial que nous l'attendions, c'est à se souvenir pour Paris-Brest-Paris. Au matin nous avons eu quelques faiblesses avec des envies de dormir, très passagères pour moi et un peu plus prononcées pour Thierry, mais avec quelques arrêts récupérateurs nous avons terminé "rapidement" avec le vent favorable. Nous sommes arrivés un peu avant 17h00 satisfaits de notre qualification pour Paris-Brest-Paris. Un premier essai bien réussi pour Thierry.

Un plateau repas était servi à l'arrivée et c'était un moment de pause bien agréable avant de rentrer chez nous.

Il ne nous reste plus qu'à maintenir ou améliorer notre forme pour espérer réaliser sereinement notre raid vers Brest fin août.

Le brevet de 600 de Montigny est un brevet sérieux, avec 5590m de dénivelé on est dans le profil du Paris-Brest-Paris.

Par curiosité je suis allé vérifier le dénivelé du brevet de Noisiel que j'avais fait en 2007 : 2600m, trop facile!



Départ à 4h30 dans le froid et dans la nuit



Thierry à la sortie de la nuit arrive au premier contrôle à Senonches, aux portes du Perche célèbre pour ses chevaux, mais aussi pour ses collines dures aux jambes.



Un peu de tourisme avec un passage devant le château de Carrouges ou le lac et le casino de Bagnoles-de-l'Orne.

Verberie les 18 et 19 juin : une Abeille : Claire

Salut

Pour ma part ce fut un brevet idéal à faire en vélo couché: fort vent de face sur 300 km puis vent dans le dos le lendemain. J'ai roulé seule sur les derniers 450 km, dont 2 heures la nuit, avant d'arriver à l'hôtel que j'avais réservé. Malheureusement tout était fermé, je me suis retrouvée à la rue à 1h du matin sous la pluie... Coup de bol, l'église était ouverte!! Je me suis donc reposée 4 bonnes heures dans ma couverture de survie allongée dans une stalle en bois sous un vitrail...Grosse fatigue aujourd'hui mais pas de douleurs particulières... Je me suis inscrite pour le départ libre des 90h à 21h le 21.

Bises

Claire

Compte-rendu détaillé quelques jours plus tard.

Départ 4h du matin, on est une vingtaine à prendre la route. Il bruine déjà et on sent déjà le vent de face qui devrait nous accompagner sur les prochaines 250 km. Je pars avec Bruno dans la nuit. Ça faisait longtemps qu'on n'avait pas roulé ensemble et ça me fait bien plaisir. A Creil le groupe de Verberie nous retrouve et nous guide sur quelques km. J'ai un peu de mal à suivre et m'adapter au rythme d'un peloton de VD mais Bruno peut se mettre un peu à l'abri. Première pause thé pour Bruno, le groupe de Verberie nous passe à ce moment. On continue dans le Vexin, je sens un peu de vent de face mais rien de très gênant, alors que Bruno le ressent davantage. Premier contrôle à Vernonnet, puis c'est plat et un peu protégé du vent. A Gaillon Bruno s'achète de quoi déjeuner (moi j'ai environ 5 kg de bouffe dans les sacoches), puis les choses sérieuses commencent. Vent pleine poire, grosses bosses... On s'arrête pique-niquer juste après Vernon mais on ne tarde pas trop car ça caille vraiment. En repartant on prend une averse bien sordide, pluie pleine tronche, vent, etc... Bruno a vraiment du mal à suivre sur les longues lignes droites bien découvertes de l'Eure. Moi je ne sais pas trop quoi faire. J'attends un peu à un rond point, mais je suis congelée en plein vent dans mes fringues mouillées, je décide de continuer jusqu'à Orbec, le prochain contrôle. Encore des lignes droites en plein vent, mais j'arrive à maintenir une moyenne de 19-20 km/h sans trop forcer.

A Orbec je papote un peu avec la boulangère et je mange un bon morceau. Toujours pas de Bruno... C'est le dilemme, j'apprends de rouler la nuit après les accidents récents, je voudrais dormir le plus possible cette nuit (en VH j'ai vraiment des coups de barre pires qu'en VD), il y a encore 160 km avant l'hôtel, alors qu'il est déjà 16h. Je voudrais profiter du jour autant que possible pour avancer. D'un autre côté, abandonner Bruno... Et sans téléphone pas moyen de savoir où il en est. Finalement je décide de continuer jusqu'à Houlgate. Je roule sur des routes familières, que j'ai déjà empruntées lors de mes stages d'entraînement commando en Normandie du côté de Caen. Le vent est moins défavorable par contre ça grimpe davantage. Les averses se succèdent. La sortie de Lisieux est bien galère, grosse bosse sur une grosse route... Puis je retrouve des petites routes bien sympas dans le Pays d'Auge, et enfin... la mer... et le vent dans le dos... Ah la la ce que ça fait du bien...

A Houlgate pause à la boulangerie, je me prends une énorme tarte aux oignons pour le diner. Je demande à la boulangère si il y a un téléphone quelque part, et elle me prête gentiment son portable ! J'essaie de contacter Bruno mais pas de réponse, je laisse un message. Alors que je repars il re-pleut, la nuit ne va pas tarder à tomber, grand moment de solitude. Je décide quand même de continuer tant qu'il fait jour et de recontacter Bruno à Pont-Audemer. Toujours pas mal de bosses mais avec le vent dans le dos ça aide ! J'arrive à Pont-Audemer à la nuit, mais impossible de trouver un téléphone qui marche avec une carte... Donc pas moyen non plus de contacter l'hôtel. Bon. Pas le choix, faut continuer ! 35 km, ça fait 2 heures maximum, c'est parti. Ça grimpe pour sortir, puis il fait vraiment nuit et je commence à m'endormir sur le vélo. Dur, dur... Je regrette vraiment d'avoir abandonné Bruno. J'atteins enfin le Pont de Brotonne, au moins il y a de la lumière, ça me réveille ! Presque arrivée, encore 3 km de montée, sous la pluie, et voilà l'hôtel.

Et là, personne, rien... personne à la réception, personne nulle part. Je tape à la porte, rien... Encore un moment de solitude, il est 1h du matin, je suis crevée, il fait froid, il y a du vent, il pleut et je suis trempée. Je vais jusqu'au village pour chercher un abribus ou une banque pour dormir un peu. Et là, miracle ! L'église est ouverte... C'est l'endroit rêvé, je serai au calme, en sécurité, à l'abri... Je rentre le vélo, mets mes vêtements secs, déplie la couverture de survie et m'allonge dans une stalle en bois (bien mieux que la pierre pour dormir !), sous le vitrail de St Jacques le Majeur. J'ai l'impression de peu dormir et de passer mon temps à essayer de me réchauffer et changer de position, mais lorsque je me réveille il fait jour ! Finalement j'ai bien dormi ! Un peu vaseuse quand même au réveil, pas moyen d'avaler quoi que ce soit. Je range tout et quitte mon « hôtel ». Les premiers 30 km sont durs, rien dans les jambes et envie de vomir. A Cany-Barville je ne me sens vraiment pas bien, mais je prends un thé et arrive à avaler quelques biscuits. Je bavarde un peu avec un ptit jeune encore bien bourré qui est vraiment impressionné et tente même un petit coup de drague. « Désolée pas le temps, faut que j'y aille, j'ai un 600 à finir ! » Ca va mieux après la pause, c'est plat et vent dans le dos. Ça avance bien, encore quelques traversées de rivière mais je suis rapidement à Envermeu.

Je fais les courses au Shopi et bavarde avec un gamin très intéressé par le vélo. En repartant je croise l'assistance du groupe de Verberie qui m'annonce que le groupe est derrière moi, pas très loin ! Et moi qui pensais être loin derrière tout le monde ! Ils m'apprennent aussi que Bruno a abandonné hier soir, argh pas cool. Je m'en veux de l'avoir laissé. Ils m'offrent un café et je repars. Encore des petites routes sympas, et une dernière bosse ! A Conteville je suis sur le parcours du 600 d'Auffay, mais je ne croiserai personne (ils sont probablement tous passés) Je commence à reconnaître les routes, c'est plat, vent favorable mais route de très mauvaises qualité ! Avec les vibrations mes sacoches viennent souvent toucher la roue arrière, je m'arrête plusieurs fois pour régler tout ça.

Dernier contrôle à Grandvilliers, un groupe de gamins en BMX vient me poser plein de questions sur mon vélo. Echanges très sympas, ils me disent qu'ils en ont vu plein la semaine dernière ! C'est presque la fin, encore quelques bosses mais tout va bien. A Estrées St Denis je m'arrête au kebab en l'honneur de Jean-Lou et dévore une barquette de frites. Je reconnais les routes maintenant, je passe la pancarte Verberie à 19h10, c'est fait ! Je suis bien accueillie à l'arrivée, il n'y a plus qu'à ranger toutes mes affaires dans mes deux petites sacoches pour repartir à la gare. Le groupe de Verberie arrive peu après, ils ont réussi à rouler à 11 et tout le monde est arrivé. Ils sont impressionnés par le fait que j'ai roulé 450 km seule et en autonomie, mais moi je suis impressionnée qu'ils aient roulé à 11 sans laisser personne derrière...

Retour à la gare, 45 mn de train, puis traversée de Paris... Encore des pb de sacoches qui touchent la roue, un inconnu sur le bd Magenta me dépanne spontanément de 2 tendeurs pour les faire tenir... Encore un « random act of kindness » pour terminer ce brevet.

C'était donc un BRM riche en péripéties, qui ne s'est pas du tout passé comme je m'y attendais. J'ai regretté la compagnie de Bruno (qui m'a ensuite dit qu'il avait trop peu d'entraînement pour ces conditions difficiles et que j'avais bien fait d'y aller), mais je n'ai pas vraiment souffert de la solitude sur ces 450 km solo. J'ai réussi à me débrouiller pour dormir, manger, trouver ma route... J'ai apprécié les multiples rencontres provoquées par le vélo couché. A chaque fois que j'ai demandé mon chemin ou un renseignement on m'a répondu avec le sourire (le fait d'être en vélo couché+être une femme doit pas mal aider). Physiquement pas de problèmes. Finalement, un grand merci au club de Verberie, super accueil et bonne ambiance...

Longjumeau les 18 et 19 juin : une Abeille : Joël

Bonjour, a tous
Pour ma part ce fut un brevet dur.

Au départ on était environ 60. Comme j'ai besoin de temps pour lancer la machine, je me suis retrouvé assez vite seul. Après Ivry la bataille, le vent nous attendait. Avec des rafales 55. A certain moment j'ai mis une heure pour faire 15 kilomètre.(si, si) En plus 2 crevaisons, un problème de câble, j'ai finit par accumuler un paquet d'heures de retard.

Conséquence, pas d'arrêt pour le midi et réduction du temps de nuit.

Après Condé sur Noireau c'était les bosses rien de méchant. Lors de la nuit, la pluie est venue jouer les troubles fêtes.

Quand il pleut la nuit je suis ébloui par les feux des voitures. J'ai un peu dormi vers 4 heures du mat, vive la papillote pour dormir !
Le retour fut plus facile avec le vent dans le dos. J'ai encore eu des problèmes aux genoux à partir de 300 kilomètres. J'ai fini tous juste.

Ce matin ce fut l'horreur au taf entre le manque de sommeil et les douleurs articulaires.

Maintenant je me pose des questions dois je continuer?

J'ai pourtant pris le soin de reculer la selle et de changer les pédales.

Mes douleurs sont-elles liées au cadre ? En 2007 le cadre de vélo était un 57 celui là est un 54. Ou est-ce que je change et je prends la randonneuse noire et je retire les garde-boue et les porte-bagages ?

Parmi vous quelqu'un connaît un médecin qui aime et pratique l'endurance genre multi-raid?

Quant à Patrice :

Qualifié et inscrit, j'ai fait le 600 de Mours (dénivelé 4850 m d'après mon Garmin) dans des conditions météo somme toute assez raisonnables.

Amicalement

Patrice

Compte-rendu détaillé quelques jours plus tard.

Samedi matin, lever 4 heures après 8h de sommeil (merci Stilnox). Une bonne heure de route, je suis dans les temps... pour attaquer les 20' de queue alors que personne n'attendait à la table des non inscrits!

Je pars à 6h10, avec Dominique d'Amiens, monté sur un vh incroyablement bas...Je n'avais pas encore trouvé meilleur que moi en vitesse de descente, là c'est fait. Dominique est un pur de dur de vrai de vrai: pas une seconde d'arrêt en trop aux contrôles, rythme soutenu et régulier...La journée se déroule au mieux, si toutefois on fait abstraction d'un gros chien noir en liberté qui me saute dessus, mais qui, vraisemblablement dérouté par le vélo couché, n'a pas dû savoir où mordre, ayant perdu ses repères. Bref, j'ai aboyé avant lui, et bien plus fort qu'il n'aurait plus le faire, il m'a donc déséquilibré, sans autre conséquence. Le vent est plutôt défavorable jusqu'au Tréport. Une sévère côte à la sortie de la ville, la récompense c'est une longue descente vent dans le dos vers S'Valéry. A Rue, nous passons devant une table avec boisson et nourriture que nous pensions dressée pour un club, comme plus tôt en passant à Orchies.

Nous entendons des cris insistants, mais la mécanique intellectuelle ne se remet laborieusement en marche qu'au rond-point suivant: annonce dans le forum+cris+panneau CCM, ça doit être un contrôle secret. Bien vu!. Demi tour, donc. Toujours avec un assez violent vent de dos (mais progressivement moins apprécié au fil des kilomètres parce qu'il nous fait redouter l'instant du demi-tour), nous arrivons à Equhien: la boite aux lettres sera préférée au bistrot du port, rapport aux 80 mètres de dénivelé supplémentaires. Un coup de bistrot à Boulogne, un autre à Wissant et nous arrivons à Calais vers minuit. J'ai vérifié que les deux Edelux donnaient du feu de dieu: pour peu que la route ne soit pas trop sinueuse et que le revêtement paraisse fiable, je suis à 60-65 dans les descentes...

A Calais, Dominique a prévu de s'arrêter à l'Auberge de jeunesse. Après une hésitation, je décide de rouler encore deux heures. La suite, se sont les sempiternelles interrogations métaphysiques dans la solitude, la nuit noire et les épouvantables séries de bosses non loin de Montreuil: "qu'est-ce je fous là? Dans quel état j'erre?... Ce brevet, j'essaie de le finir par principe, mais pas de PBP cette année, etc.". Je m'installe dans ma couverture de survie sur un bas côté, mets le réveil pour 4h30. Evidemment, la mi-pluie mi-bruine se manifeste à peine suis-je allongé. Je méprise. A l'heure dite, le réveil sonne, et je n'ai pas conscience d'avoir dormi. D'un autre côté, je ne m'imagine pas m'être tortillé pendant deux heures pour trouver le sommeil. J'en conclus que j'ai dormi au moins un peu. Le redémarrage est un peu poussif, mais les pavés de Montreuil sur mer correspondant aux jonctions de Marcel Garmin ont l'avantage de me décoller la pulpe du cerveau, comme disent mes copains malveillants.

Et puis après Montreuil, une poussée vers l'est rend le vent plutôt favorable, au moins jusqu'à Auxi. Après, on se sent franchement sur le retour, avec les (pénibles) traversées d'Amiens et de Beauvais. Le 400 s'était passé comme dans un fauteuil, mais là, le bas de la colonne me fait souffrir. Il va falloir retoucher à coup de mousse la cambrure du siège.

Arrivée vers 19h30. Avec l'âge, j'ai pris l'habitude lors des brevets de ne plus m'étonner d'arriver dans les derniers. Mais là, j'étais plutôt dans les 70 sur 115 inscrits. J'en conclus que les vélos droits ont vraiment du souffrir du vent au retour. Et Marcel (Garmin) évoquait les 4800 mètres de dénivelé. On est clairement au niveau de dénivelé d'un PBP (5250).

Malgré tout, j'étais à l'heure ce matin au bureau...

Complément de préparation pour Paris-Brest-Paris

Après le brevet de 600 km il reste deux mois pour parfaire la forme avant le départ de Paris-Brest-Paris.

Faire des brevets montagnards fait partie des activités recommandées, mais il y a également la possibilité de faire un brevet randonneur de 1000 km. Ce brevet est aussi nécessaire à qui veut prétendre au « randonneur 5000 »

De quoi s'agit-il ? Pour mieux comprendre voici un extrait du :

REGLEMENT du RANDONNEUR 5000

L'AUDAX CLUB PARISIEN a créé en 1961 une distinction afin de récompenser les randonneurs qui ont parcouru sur ses épreuves une distance de **5000 kilomètres**. Cette distinction se nomme "RANDONNEURS 5000".

CONDITION : Dans un délai de quatre ans jour pour jour entre la première et la dernière épreuve, le candidat au Randonneur 5000 doit avoir effectué :

- la série des **Brevets de Randonneurs Mondiaux** soit : **200, 300, 400, 600, 1000 km**
- un **PARIS-BREST-PARIS RANDONNEURS**
- une **FLECHE VELOCIO** homologuée (minimum 3 machines au départ et à l'arrivée 360 km en 24 heures).
pour les Etrangers trop éloignés de la France une Flèche similaire à la Flèche Vélocio est organisée, selon le règlement de celle-ci
- le solde kilométrique pour totaliser au moins les 5000 kilomètres ne peut être obtenu que sur les épreuves suivantes:
 - **flèches de France** sur parcours classique à condition d'être réalisées en catégorie OR ou ARGENT. **La Flèche de DIEPPE n'est pas valable (moins de 200 km).**
 - **Brevets Randonneurs Mondiaux.**
 - **randonneurs Mondiaux 1200 km et plus** (Brevets organisés dans les Pays Etrangers et homologués par le Président des Randonneurs Mondiaux). En aucun cas ces Brevets ne peuvent remplacer le Brevet de Randonneurs Mondiaux de 1000km.
 - **Flèche Vélocio ou Pascale** homologuée.
 - **Trace Vélocio ou Pascale** homologuée.

Bref, depuis le Paris-Brest-Paris de 2007 j'ai accumulé plus de 4000 kilomètres sur des épreuves de l'ACP et il ne me manque que le BRM 1000 km.

C'est donc pour pouvoir revendiquer la distinction de « Randonneur 5000 » que je me retrouve mercredi 13 juillet à Breuvry, dans le Pas de Calais pour prendre le départ du BRM 1000 qui doit nous emmener jusqu'au Mont Saint-Michel.

Je dis nous, mais nous ne sommes que deux au départ de ce brevet. En fait nous serons quatre au départ, mais un cyclo en vélo caréné vient pour refaire le BRM 600 dont une partie du parcours est commune et Frédéric l'organisateur nous accompagnera au début du parcours.

Départ à 8h15, le ciel est gris et il se met à pleuvoir dès les premiers kilomètres. Les prévisions météo étaient pourtant très bonnes, il n'était prévu que de rares averses. Nous n'aurons effectivement que celle-ci, mais elle durera tout de même une heure, le temps d'être bien mouillés. Enfin le vent était favorable et nous avançons assez vite, même s'il fallait être prudent dans les descentes car les routes étaient très glissantes et à l'approche des carrefours, notamment dans quelques descentes dans les villages nous étions sujets à des blocages de roues arrière.

Le premier contrôle ne concerne que le BRM1000 alors les deux autres continuent leur route. Arrêt très bref, mais il nous faudra tout de même beaucoup de temps pour revoir nos deux compagnons momentanés. Nous les perdrons pourtant peu après les avoir rattrapés car nous passons dans un secteur vallonné qui n'avantage pas le vélo caréné.

Dès que la pluie a cessé c'est devenu plus agréable et avec un fort vent dans le dos ça roulait très vite. Les 100 premiers kilomètres ont été avalés en 3h20, les 200 km en moins de 8h00. Ensuite ça c'est un peu calmé. Quatrième contrôle à Saint-Wandrille, juste avant de traverser la Seine par le pont de Brotonne.



Saint-Wandrille



Le Pont de Bretonne



La Seine au pont de Bretonne

Après Bourg-Achart le parcours a commencé à attaquer les côtes de la Normandie. Contrôle à Beuvron en Auge. La crêperie est encore ouverte mais les fourneaux sont arrêtés, il n'est plus possible d'avoir un plat chaud. Nous discutons avec un couple qui se prépare à partir six mois en vélo couché, à destination de la Grèce. Nous passons un peu pour des fous mais finalement il nous est proposé un sandwich qui sera énorme, avec un coca et un café on doit passer une bonne nuit. L'arrêt fort sympathique se prolonge et au moment de partir la patronne refuse que nous lui payons nos consommations. Elle nous donne juste une carte pour que nous fassions un peu de publicité pour son établissement fort accueillant.

Dans la nuit mon équipier a eu quelques moments de faiblesse avec des envies de s'arrêter en dehors des contrôles, pour s'alimenter ou faire de petites pauses. Il avait initialement prévu de dormir à l'hôtel la première nuit et de passer la seconde sur le vélo. J'avais de mon côté prévu de faire la première nuit sur le vélo et j'avais repéré des hôtels à Evreux pour la deuxième nuit. Finalement nous avons convenu que mon option était peut-être la meilleure, mais au petit matin, après les belles côtes de la Suisse normande mon équipier a été pris d'une envie de dormir intense et nous n'avancions plus bien vite. Comme il faisait froid, environ 6°C seulement, il ne voulait pas s'arrêter mais nous nous sommes trainés pendant toute la fin de la nuit et l'arrivée au Mont Saint-Michel était interminable.



Contrôles nocturnes

Le Mont-Saint-Michel au lever du jour

Petit déjeuner et toilette à proximité du Mont. La moitié du parcours était fait, mais il fallait encore retourner à Beuvry. Toute la matinée nous avons roulé au ralenti, avec encore le vent favorable, et vers 13h00 mon équipier a conclu qu'il lui fallait tout de même dormir et il a décidé de s'installer sur un énorme rond-point avec un petit bouquet d'arbres. Une heure plus tard il semblait bien remis, il s'est d'ailleurs réveillé avant moi puisque j'ai aussi profité de l'arrêt réparateur.

Nous sommes alors repartis à bonne allure et il faisait vraiment très beau et chaud en cette après-midi de 14 juillet. En regardant la carte et l'heure j'ai compris que nous ne pourrions pas être à Evreux à une heure raisonnable pour chercher un hôtel alors j'ai proposé d'en chercher un à Sées, dernière ville avant Evreux où il semblait possible de trouver une chambre, cela faisait tout de même 100 km de moins que prévu. Arrêt vers 7h30 à la Taverne Au Normandy, très bonne adresse. Douche, diner et au lit avant 21h00. Réveil à 4h15, petit déjeuner préparé le soir par les hôteliers et départ à 5h00.

La nuit a fait son effet et nous avons attaqué la journée sur un bon rythme. Le vent favorable s'est rapidement levé et nous avons pu prendre un en-cas costaud à Evreux vers 9h00. Un peu avant midi nous repassons à Seine à Gaillon et nous passons au pied du château des Andelys. Nouvel arrêt contrôle/ravitaillement à 14h00 à Forges les Eaux, dernier contrôle avant l'arrivée à encore 150 km.



Le château des Andelys

Hôtel de ville et champs dans la plaine picarde

Ca semble presque fini, mais mon équipier a de nouveau un moment de faiblesse, le voilà derrière moi dans les côtes alors qu'il est habituellement devant. Il fait très chaud alors on fera un arrêt complémentaire dans un café pour se désaltérer et se rafraîchir.

Finalement nous arriverons juste avant la nuit à 22H00.

Au final nous avons fait ce brevet de 1000 km en 62 heures, avec le vent pratiquement toujours favorable!!!!. Nous aurions certainement mieux fait de dormir les deux nuits, nous n'aurions pas mis plus de temps, mais sans ce problème de sommeil nous aurions dû arriver quelques heures plus tôt.

Enfin le plus important était de le faire et d'arriver plutôt en bonne forme.

Voilà avec ce brevet je vais pouvoir revendiquer un "Randonneur 5000".

Gérard Grèze

Semaine Européenne de CycloTourisme 2011

La semaine européenne de cyclotourisme / Rallye de l'AIT 2011 s'est déroulée du 15 au 23 juillet, autour de Marche en Famenne, dans la province du Luxembourg belge.



Le club cyclotouriste de Marche en Famenne, fort d'une centaine de membres s'est lancé dans cette organisation avec le soutien du bourgmestre et l'aide de la municipalité.

La météo capricieuse a un peu perturbé les activités mais nous avons pu apprécier l'accueil chaleureux des organisateurs et de la ville.

Chaque jour plusieurs parcours nous ont permis d'aller à la découverte de cette région, de sa géographie vallonnée, de son patrimoine et de son histoire riche de plusieurs siècles.

Bien sûr la bataille des Ardennes était très présente, notamment lors des randonnées vers Bastogne ou les Roches en Ardennes, mais les châteaux plus anciens nous ont montré les richesses d'un passé plus lointain.



Souvenir de la bataille des Ardennes à Bastogne

Les châteaux forts de la Roche en Ardennes ou bien de Rochefort nous ont ramené à l'époque féodale. Celui de Modave nous a montré qu'en ces lieux les besoins pour les jeux d'eau des jardins avaient été satisfaits au moyen d'une machine qui aurait servi de modèle à la machine de Marly créée pour les besoins de Versailles.



Châteaux de la Roche en Ardennes

Château de Modave et maquette de sa machine

L'art était également au rendez-vous avec les vitraux de Folon dans l'église de Waha ou bien le château de Lavaux Sainte-Anne et ses expositions d'œuvres en vente pour le plaisir des amateurs d'arts très variés.



Vitraill de l'église de Waha



Tableaux dans le château de Lavaux Sainte-Anne

On ne peut aller en Belgique sans goûter les multiples bières, qu'elles soient d'abbayes ou bien issues de l'artisanat local. Chaque jour la buvette de la permanence nous a proposé une bière régionale différente, visite et dégustation ont aussi été au programme avec des brasseries artisanales.



Camion à bière à la brasserie Saint Monon



Dégustation de Chouffe

Les Ardennes produisent aussi un jambon fumé très réputé et le mauvais temps nous a encouragé à déjeuner dans les restaurants où il faisait bon déguster les assiettes de charcuterie.

Le jambon était aussi au programme du jeudi 21, jour de fête nationale belge. Les prévisions météo peu favorables à un barbecue en extérieur nous ont contraints à nous réfugier à la permanence, où l'enthousiasme des bénévoles apportait le soleil qui faisait défaut dehors. Nous avons pu profiter d'un jour de repos ou d'une petite sortie le matin, pour mieux affronter les collines des deux derniers jours.



Défilé pour la fête nationale belge



Jambon des Ardennes au barbecue

Il est vrai que cette région est très vallonnée, mais si les routes sont rarement pentues il faut cependant se préparer à affronter des montées de plusieurs kilomètres, comme pour gravir des cols. Quelques panneaux nous montreront d'ailleurs que nous en avons franchis plusieurs et en consultant une carte détaillée nous découvrirons que nous avons passé onze cols.

Les panneaux indiquant des centres de ski de fond confirment que nous sommes dans un massif montagneux.



Enfin les organisateurs ont aussi pris soin de trouver des routes plus faciles dans les vallées, le long des cours d'eau au long desquels de nombreux moulins se cachent sous la verdure d'une province très boisée.

Les soirées ont été très animées et la bière du jour a été un succès, peut-être a-t-elle aidé les participants à chanter et à danser et à se comprendre sans parler la même langue?

La cérémonie de clôture a permis de féliciter et de remercier les principaux acteurs de cette organisation particulièrement réussie.

Rendez-vous a été pris avec Gijon en Espagne pour la semaine 2012.



Gérard Grèze



Du 21 au 25 août 2011

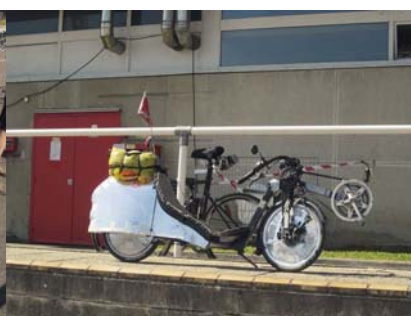
17^{ème}
ORGANISÉ PAR **Audax Club Parisien**
PARIS BREST PARIS
SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES
R A N D O N N E U R

Le Paris-Brest-Paris 2011 raconté par les Abeilles

Le Paris-Brest-Paris a commencé le samedi 20 août avec le contrôle des vélos et vêtements de sécurité puis la remise des dossiers et des différentes prestations achetées.

5 Abeilles étaient concernées au titre de participants, mais une dizaine l'était au titre de bénévoles. Car il faut dire que si cette manifestation est une grande fête, c'est aussi un énorme travail fourni par plus de 1500 personnes au départ et à l'arrivée ainsi que dans chaque contrôle. A Saint-Quentin-en-Yvelines environ 200 personnes ont participé à l'organisation.

Contrôle des vélos avec une belle équipe d'Abeilles



Quelques exemples de machines remarquables.



Les cycles Jacky sont là pour aider les participants à rendre leurs machines conformes au règlement et sur les éclairages il y a beaucoup à dire, d'ailleurs les clients affluent.



Quand le vêtement de sécurité et le vélo sont validés Jean tamponne la feuille d'inscription, il n'y a plus qu'à aller chercher son dossier.



Remise des dossiers dans le gymnase



Jocelyne remet les dossiers aux français mais pour Michel et Jacqueline la tâche est moins facile avec les étrangers



Remise des maillots, bandanas pour le Japon et ventes diverses à l'extérieur



Aurore a enfilé le tee-shirt de la sécurité et veille à ce que la circulation des personnes dans le gymnase ne se fasse pas de façon désordonnée.

Quelques chiffres avant le départ :

Il y a 5225 inscrits mais il y en aura seulement 4998 qui prendront le départ.

Il est prévu des départs par vagues d'environ 500 pour les vélos classiques. Les tandems et vélos spéciaux ont des départs particuliers liés à leur manœuvrabilité différente.

Les Abeilles de cette édition :

Les 5 Abeilles qualifiées pour ce Paris-Brest-Paris sont : Claire, Gérard, Joël, Patrice et Thierry*.

Quatre récidivistes et un néophyte*.

Différents styles et objectifs avec des participants à plusieurs départs :

- Gérard, dimanche à 16h00, à vélo traditionnel avec un délai de 80 heures.
- Patrice dimanche à 17h30, à vélo couché avec un délai de 90 heures.
- Joël et Thierry dimanche à 18h00, à vélo traditionnel avec un délai de 90 heures
- Claire dimanche à 21h00, à vélo couché avec un délai de 90 heures.



Claire

Thierry

Joël

Gérard

Patrice

Paris Brest Paris 2011

Par Claire

Saint Quentin en Yvelines - Mortagne :

Arrivée peu avant 20h sur le stade avec Gary. La dernière vague des 18h part juste ! On accède au stade peu après. Les " vélos spéciaux " ont droit à un traitement de faveur, nous sommes rassemblés juste devant la grille. Nous sommes 6 ou 7 vélos couchés, et Laurent (QVPVS) qui utilise sa carte VIP pour partir avec nous !

J'avale mon diner en papotant, l'ambiance est tranquille. Retrouvailles sympas avec mes amis basques, grandes embrassades et tapes dans le dos avec un charabia franco-hispano-anglais, mais l'essentiel c'est qu'on est contents de se revoir ! Michel (Portocéan) vient prendre quelques photos, Papou passe dire bonjour, puis nous sommes lâchés à 20h45 ! Départ assez surréaliste, nous sommes moins de 10 sur la route, je suis vraiment contente de vivre ce moment entre Jean (Zapilon) et Laurent, qui bien sûr a mis la musique de circonstance. Les routes ne sont pas fermées pour nous, donc on se prend quelques feux rouges sur le début, mais nous sommes encore encouragés par quelques spectateurs ! La nuit commence à tomber, mais j'ai l'impression que ça roule vraiment bien. Je roule seule un moment, puis je commence à distinguer quelques phares rouges devant moi ! Ça me motive pour accélérer un peu et je rattrape les derniers partis des vagues précédentes ! Puis je suis à mon tour rattrapée par les VD partis derrière. Ça y est je retrouve l'ambiance Paris-Brest avec du monde sur la route, des groupes qui parlent plein de langues différentes... Je fais une petite pause rapide pour manger un morceau. Le parcours est hyper roulant, à Chateaufort je suis rejointe par Christophe en vélomobile, parti 45 mn après moi et qui me dit avoir l'impression d'être parti un peu vite ! A Longny au Perche c'est fini la rigolade, on attaque les bosses... 18 km bien collineux jusqu'à Mortagne, mais ça passe pas trop mal. Rien à voir avec l'ambiance humide de la dernière fois, c'est déjà blindé de monde. Je croise des connaissances, Thierry (Titius) notamment. Puis Gary arrive, 10 mn après moi, du coup on décide de repartir ensemble.

Mortagne - Villaines :

Cette étape avait été particulièrement difficile pour moi la dernière fois, je redoute un peu les coups de barre car nous repartons vers 3h du matin, mais cette fois ci aucun problème ! Les grandes lignes droites sont idéales pour le vélo couché. Gary suit bien le rythme, dans les bosses il monte tranquille et dans les descentes il se met dans l'aspi et il pédale... Ce n'est pas vraiment palpitant mais avec mon éclairage de folie, je n'aurai pas un seul coup de barre ! Incroyable ! C'est la première fois que je passe une nuit complète sur le vélo sans une seule envie de dormir ! Par contre, j'ai une petite nausée qui m'empêche de m'alimenter une bonne partie de la nuit. Peu avant Fresnay je réveille Joël qui était en train de s'endormir, lui ! Sympa de rouler un peu ensemble et de se raconter nos vacances. Le jour se lève enfin lorsque nous approchons de Villaines. L'accueil est toujours aussi sympa, et dans la cohue je reconnais Serge (Rouedavelo), je suis vraiment contente de le voir ! Puis Gilbert (Cyclaudax), il roule avec une photo de Fred (Pattitrotte) sur son trike, et il m'explique que sans lui il ne serait pas là... Arrêt rapide au

contrôle, lorsque je vais pointer un bénévole m'indique où sont l'infirmier et le médecin, pourtant je n'ai pas l'impression d'avoir l'air particulièrement mal ! Il tombe quelques gouttes mais rien de méchant.

Villaines - Fougères :

Nous repartons peu après 7h, pour une étape encore assez collineuse, avec pas mal de longues bosses. C'est sympa de voir enfin le paysage ! Encore quelques routes un peu monotones mais encore une fois c'est presque le terrain idéal pour le vélo couché. Les jambes tournent bien et mon allure dans les bosses n'est pas trop ridicule en comparaison avec la plupart des VD, ce qui me rassure.

Petite pause vers Laignelet pour un café sur le bord de la route, c'est vraiment une des spécificités de PBP et ce serait dommage de s'en priver ! Mon vélo attire l'attention jusqu'à ce que Christophe et son VM arrivent... A Fougères je retrouve un groupe de 3 VH dont Laurent (Carenca), visiblement ils font du tourisme car ils étaient partis 3h30 avant moi !! Sympa aussi de voir Hervé Le Du qui semble avoir des regrets de ne pas participer... Je mange rapidement tout en me faisant interviewer pour la radio (je sais plus laquelle...), le journaliste essaie de ramener la conversation sur la souffrance et la douleur mais moi je lui explique que non, tout va bien, mal nulle part, surtout pas aux fesses !

Fougères - Tinténiac :

On repart vers midi, pour l'étape courte et presque plate vers Tinténiac. Il fait presque beau, ça roule toujours bien, du coup nous sommes en avance sur notre planning, super ! Au contrôle je rencontre mon collègue Abeille Thierry que je ne connaissais pas mais qui a la bonne idée de porter sa veste du club. Il a l'air en pleine forme !

Tinténiac - Loudéac :

Dernière étape de la journée, ça commence par l'ascension de Becherelle, il commence à faire beau ! Je commence à fatiguer, à me lasser de rouler... Heureusement il y a un contrôle secret à Quédillac, pour un dernier petit café.

On hésite presque à piquer un roupillon mais on a hâte d'arriver à Loudéac pour la pause ! Le groupe de VH de Laurent est déjà là, on repart ensemble ! Super de rouler un peu avec mon compagnon de route du Rennes-Nogent-Rennes, ça fait un peu passer le temps. Puis ils partent devant, et nous on continue tranquillement notre route vers Loudéac. Peu avant d'arriver on croise les premiers qui rentrent déjà !! On arrive vers 19h30, alors qu'on avait prévu plutôt 22h. J'en profite pour aller me faire masser mes tendons d'Achille qui commencent à être sensibles. On retrouve Stéphane au bivouac, installé derrière le cimetière, dans le jardin du gardien du cimetière. Un grand merci à lui pour l'accueil ! La douche solaire est un peu froide mais c'est mieux que rien, Stéphane nous fait le dîner sur le réchaud et hop, au dodo à 21h, réveil réglé pour 3h15 !! Quel luxe !

Loudéac - Carhaix :

Réveil difficile, la nuit fut agitée à cause des gros orages, on se dit quand même qu'on était mieux sous la tente que sur la route... La route vers Carhaix de nuit est un peu pénible, avec le brouillard c'est difficile de voir, et encore plus avec les phares des vélos en face (le mien a du aussi en gêner plus d'un...). On s'arrête prendre de l'eau à St Martin et Gary se vautre à l'arrêt. Puis c'est mon tour au ravito de St Nicolas. La journée commence bien. Le jour se lève enfin et le relief se calme un peu jusqu'à Carhaix. On y est vers 8h pour une courte pause.

Carhaix - Brest :

Toujours pas la grande forme lorsqu'on repart, mais j'aperçois Nanard qui m'encourage au bord de la route et ça me refile le moral ! En montant vers Huelgoat on entend de la musique... ce qui veut dire que Laurent n'est pas loin ! En effet, on le retrouve, il a l'air en forme mais il m'apprend l'abandon de Jean. Dommage...

On cherche une boulangerie sans succès, du coup on s'apprête à grimper le Roc Trévezel. Ça commence sous les nuages, puis rapidement dans les nuages... On n'y voit rien, on distingue les éclairages des cyclos en face et les phares des camions, mais c'est tout. Pas super, quoi... Mais la descente est encore pire. Zéro visibilité, je suis sur les freins, coincée derrière des camions, des voitures, c'est n'importe quoi, les conducteurs prennent des risques insensés, zigzaguent entre les cyclos qui sont à peine visibles malgré les gilets fluos et les éclairages. Ça fait vraiment peur...

A Sizun heureusement c'est un peu plus dégagé. Moi j'en ai ras-le-bol, je trouve la route très moyenne, et puis j'ai vraiment l'impression de m'ennuyer et de ne trouver aucun plaisir. On fait une bonne pause à la boulangerie et Michel passe prendre quelques photos et papoter 2 mn. On commence aussi à voir les collègues vélos couchés qui étaient partis à 17h30, c'est sympa...

Plus que 50 km pour Brest, j'ai vraiment hâte d'y arriver. On passe le pont Albert Louppe mais il y a encore 10 km, le long du port, et puis en ville, avant d'arriver au contrôle. Après 2 bons km de montée en ville on y est. Une fois de plus on essaie de faire la pause la plus rapide possible, moi j'ai hâte de prendre le chemin du retour. Je suis franchement de mauvais poil, mais heureusement les Jujus arrivent ! Elles aussi elles en ont marre, Cath a même failli abandonner... Du coup on se re-motive à trois. On se fait même interviewer pour France3 (je crois) mais du coup nos commentaires ne sont pas très gais et positifs. Qu'est-ce qu'on fait là, c'était mieux l'autre fois, on recommencera plus ça c'est sûr... Le gros coup de déprime quoi.

Brest - Carhaix :

On repart quand même ensemble en se disant qu'on s'ennuiera moins... et en effet j'apprécie bien de rouler un peu avec l'équipe de Chantepie, très soudée. Heureusement qu'on est toujours très bien encouragés sur le bord de la route ! A Landerneau ça commence à bien remonter, de façon presque interminable. Puis le Roc, à nouveau. Cette fois ci on voit le paysage, c'est quand

même plus sympa. Je peux me lâcher un peu dans la descente, ça fait plaisir ! Petite pause rapide à Sizun, le temps d'échanger deux mots avec Jean-Lou et Flo en tandem B2B. Je suis contente de les voir, mais ils ont l'air crevés quand même...

Retour à Carhaix sur un toboggan pas super intéressant mais ça va assez vite. En arrivant sur Carhaix je me prends un trou et je perds une pièce de mon vélo. Je freine pour voir ce que c'est, et là, ça ne freine pas très bien... Pour cause, j'ai perdu un patin de frein... Probablement la chaîne qui a tapé dans la vis du patin avant droit. Bon. Heureusement le contrôle est à 500m. Je vais direct voir le réparateur et j'explique mon problème. Je laisse mon vélo, je vais pointer, et quand je reviens 5 mn plus tard un nouveau patin est monté ! Quelle efficacité !!! Je croise Patrice au self qui m'annonce direct qu'il pense bientôt abandonner et que lui aussi ne trouve pas énormément de plaisir dans cette randonnée...

Carhaix - Loudéac :

Plus que 80 km pour terminer cette journée. On s'arrête à Maël-Carhaix pour un croque, puis c'est l'heure de mettre les éclairages et de s'achever sur cette étape difficile. Ça ne se passe pas trop mal, malgré les bosses j'arrive à rester au niveau de la plupart des randonneurs, et soudain, surprise, un VH dont le fanion et le casque me semblent familiers ! Et oui, c'est Serge ! Je suis ravie de rouler un peu avec lui, on a plein de choses à se raconter ! Il vient juste de dormir 3 heures pour la première fois sur ce PBP, il s'éclate visiblement, il a une pêche pas possible alors que moi je commence à faiblir... Nous roulerons ensemble jusqu'à Loudéac et ce sera une aide immense pour terminer cette journée un peu difficile pour moi. On arrive vers 23h30 à Loudéac, je file direct me faire masser les tendons d'Achille puis direction la tente. Douche froide rapide, dîner rapide dans le duvet et 4 heures de dodo.

Loudéac - Tinténiac :

J'ai bien mieux dormi que la nuit dernière, on reprend la route vers 5h20. C'est assez tranquille, en plus on sait qu'il y aura un contrôle secret à Illifaut. On y arrive au petit matin, et une fois de plus que je vautre à l'arrivée. J'aurai vraiment eu du mal à gérer les arrivées un peu acrobatiques parfois sur les contrôles (la palme revenant tout de même à Loudéac). Un bleu de plus...

On y retrouve Christophe en VM, qui s'est aussi arrêté dormir à Loudéac, et Marcel, en pleine forme ! Super de revoir tous les potes ! Il reste une petite cinquantaine pour Tinténiac, assez tranquilles. On y arrive vers 9h30, alors que le soleil commence à se montrer ! Je suis impressionnée par les magnifiques toilettes du contrôle, il n'y a pas la queue, du coup pour une fois les toilettes femmes ne sont pas squattées par les hommes, c'est propre, etc... Un coup de crème solaire et c'est reparti !

Tinténiac - Fougères :

Une fois de plus nous commençons l'étape par la recherche d'une boulangerie. C'est chose faite à Dingé, où nous dégustons des quiches lorraines en compagnie d'un sympathique bentrider anglais. Il fait bon, je me sens beaucoup mieux que la veille, j'ai retrouvé le moral, en plus on s'approche de la fin !

Étape sans histoires jusqu'à Fougères où nous arrivons vers 13h. Je sors ma deuxième quiche un peu écrasée dans la sacoche et qui se coince dans la fermeture éclair, miam !! Nous discutons quelques minutes avec un brésilien qui commence à souffrir. Thierry est là aussi, toujours aussi serein et frais.

Fougères - Villaines :

Nous ne perdons pas de temps car nous avons rendez-vous à Villaines avec un ami de Gary. Pas mal de bosses sur cette étape. Nous bavardons un peu avec un Canadien (mais il s'endort à moitié !) Toujours pas mal de monde sur le bord de la route pour nous encourager. Les gens sont particulièrement impressionnés par le vélo couché, et encore plus lorsqu'ils se rendent compte que c'est une femme qui est au guidon ! J'essaie de bavarder avec quelques cyclistes mais en vélo couché c'est vraiment dur d'avoir une conversation continue, et je crois que c'est ce qui me manquera le plus sur ce PBP.

Toujours beaucoup de monde à Villaines. Je suis un peu fatiguée, mais ça va mieux après un sandwich. La pause s'éternise un peu, Nick et sa famille trainent avec nous une bonne demi-heure. Au moment de repartir Christophe arrive en VM et se fait immédiatement interviewer par le speaker. Puis grosse émotion, c'est Gilbert qui repart en trike !! J'avais entendu dire qu'il avait abandonné il y a longtemps, je suis très contente de le voir, même si il me dit qu'il est cassé de partout, je me dis qu'à 220 km de la fin ça va être bon pour lui !

Villaines - Mortagne :

Départ très tranquille, vers 19h30, sur des routes hyper roulantes avec le vent dans le dos et de grandes descentes. A la Hutte on met les pyjamas pour la nuit. On retrouve les grandes lignes droites, avec pas mal de camions. Peu avant Mamers j'entends mon nom crié sur le bord de la route, c'est Jean-Louis, il a abandonné et il rentre chez lui en passant par l'itinéraire du PBP. Voulant profiter au maximum de ce qu'il reste de jour, on ne traîne pas trop (désolée Jean-Louis) et on fonce sur Mamers pour une dernière pause. C'est du grand luxe, il y a un ravito sauvage avec une soupe excellente et des biscuits, c'est parfait. Une fois de plus Christophe qui arrive peu après remporte un franc succès avec le VM... On repart vers 22h15, et pas de surprise ça monte. J'en profite pour découvrir que le bruit de vibration que j'entendais depuis le début sur mon vélo venait de mon jeu de direction complètement desserré... La vis est à moitié sortie... Je revisse à la main en roulant pour ne pas la perdre en me disant que je m'occuperai de ça à Mortagne, ça tient depuis 1000 km donc je ne suis plus à 20 km près. La dernière bosse sur Mortagne est interminable, j'en ai ras-le-bol et bien mal aux cuisses. Je pense au massage, c'est ma seule motivation. Surprise ! Je croise Patrice qui repart ! En fait il tentait de brouiller les pistes en annonçant un abandon à tout le monde...

Je me précipite au massage dès que j'ai tamponné, et j'y passerai une bonne demi-heure. Merci Marianne... Mais en sortant je peux à peine marcher ! J'hésite entre aller dormir au dortoir (mais ça ne m'emballa pas franchement) ou rester dehors avec mon

duvet mais ça caille. Un gentil bénévole qui me voit errer comme une âme en peine sur le parking a pitié de moi et me propose de dormir dans son camion pendant qu'il passe la nuit à orienter les participants. Comment refuser... C'est absolument royal, je suis au chaud, au calme, sur la banquette du camion, que demander de plus... Du coup j'y passe une excellente nuit de 4h. Au petit matin ça va beaucoup mieux, le massage semble avoir été bien efficace ! je retrouve Gary et les Jujus qui repartent juste ! Également Cirilo en manque de sommeil qui galère, et Gilbert, en habit de civil, qui vient juste d'abandonner et qui semble très ému... Quelle performance tout de même, pour avoir essayé le trike je sais comme c'est difficile.

Mortagne - Dreux :

Je sais qu'il reste juste quelques km collineux avant le final plus cool. Une fois de plus j'entends mon nom, cette fois c'est Roland ! On passe un bon moment bien sympa à rouler ensemble. Nous échangeons nos nouvelles des Rubans Blancs, c'est vraiment comme une grande famille ! Le jour se lève sur le Perche, bien agréable. Je rejoins Sophie Mater, qui roule sur un vélo hollandais à 6 vitesses dans une tenue très classe. Je suis ravie de la rencontrer enfin ! On passe un bon moment à bavarder puis elle me laisse partir devant.

Petite pause à la célèbre boulangerie de Brezolles, avant les derniers 25 km tout plats pour Dreux. Cette fois ci pas de gamelle à l'arrivée du contrôle... On se prend encore un sandwich puis un café, c'est à ce moment que Laurent arrive... Il a passé une nuit un peu difficile, il a l'air sérieusement crevé mais après un café et une clope ça devrait aller mieux... Nous on repart pour les dernières 65 bornes, juste derrière l'équipe Chantepie qui commence à stresser un peu...

Dreux - Saint Quentin en Yvelines :

Nous arrivons en terre connue... Quelques dernières bosses à assurer et ça devrait aller. Les petits villages se succèdent, il fait beau, on a l'impression de faire une petite sortie du dimanche matin. On croise et re-croise l'équipe de Chantepie, ça devrait être bon pour eux. L'équipe de filmage de Brest revient m'interviewer sur le vélo, et je frime à fond : "oui ça va très bien, j'ai même pas hâte d'en finir, je savoure les derniers km de mon dernier PBP..."

Puis c'est la pancarte 15 km, puis 10 km, puis l'arrivée interminable dans Saint-Quentin, avec un feu tous les 50 m et des bagnoles partout. Du coup, lorsqu'on arrive en vue du Stade, je suis beaucoup moins émue que la dernière fois. J'entends encore mon nom crié, puis c'est l'arrivée, je descends facilement du vélo, je vais pointer, je retrouve mes potes et Stéphane qui est venu nous accueillir. Mais rien de plus... On traîne une heure ou deux, on regarde les vélos spéciaux, on papote, séance photo avec les Basques, puis retour en RER à la maison.

Je suis environ 1000 fois plus fraîche que la dernière fois ! On pique un peu du nez dans le RER quand même. A la sortie on retrouve Cirilo, il est très déçu et ému de ne pas avoir pu terminer mais on se donne rendez-vous pour une petite bière un de ces jours (c'est un voisin). Dernière épreuve, monter les 3 étages en portant le vélo...

Au final je n'ai donc pas trop envie de recommencer une troisième fois. Le plaisir de la découverte et l'émotion de la première fois m'ont manqués cette fois-ci, peut-être aussi parce que c'était plus facile. Je m'étais moins ennuyée sur mon 600 en solo, lorsqu'il faut tout gérer soi-même, dont la navigation. Je crois que je me suis ennuyée à suivre bêtement des flèches. J'ai eu aussi de belles frayeurs, causées à la fois par les automobilistes (surtout les camions en fait, j'ai trouvé que certaines routes étaient vraiment limite de ce côté-là) et par les cyclistes qui parfois ont tendance à faire n'importe quoi la nuit : zigzaguer, changer de direction sans rien regarder, s'arrêter en pleine route alors qu'il y a du monde derrière, rouler à gauche alors qu'une voiture arrive en face, s'endormir allongé à moitié sur la route... Certains m'ont vraiment fait peur. La crainte d'être hors-délai à un contrôle intermédiaire en force certains à vraiment se mettre en danger et mettre en danger les autres par la même occasion. Je sais que la gestion du sommeil fait partie du jeu, mais il faudrait peut-être réfléchir à une façon de le contrôler.

La prochaine fois je voudrais faire PBP de l'autre côté, du côté des bénévoles, qui font un boulot extra. Sans eux on ne serait pas là, c'est une évidence mais il faut le rappeler quand même. Il y en a beaucoup à qui je dois une fière chandelle. Je pense donc passer maintenant à autre chose... Un peu plus de compet en VH déjà, et puis mon premier amour, le voyage à vélo...

Remerciements : beaucoup de monde :

- Frédéric pour la Lupine, il m'aura éclairé toutes les nuits et évité les coups de barre
- Yves le gardien du cimetière de Loudéac
- Stéphane pour l'assistance très efficace à Loudéac
- Le bénévole de Mortagne pour la nuit royale dans le camion
- Gary pour avoir été un compagnon de route exemplaire
- Christophe pour m'avoir rassurée continuellement sur l'état de mon vélo

Claire Carvallo



Paris Brest Paris 2011 en vélo couché.

Par Patrice

Dimanche, 17h15, peu avant le départ des "vélos spéciaux". Après des formalités de départ ultra rapides, sans la frénésie et le sens de la bousculade que manifestent à l'occasion les droitistes pour être en première ligne au départ (il me sera un peu pardonné parce que j'ai beaucoup péché de ce point de vue dans ma vie antérieure d'avant le vélo couché), il me vient des pensées aux accents Gaulliens : "Eh bien ! mon cher et vieux PBP, nous voici donc ensemble encore une fois, face à une lourde épreuve...". Le petit plaisir du multirécidiviste, c'est de voir la tête de son voisin de galère qui te demande si "c'est ton premier PBP ?" quand tu lui réponds "non, c'est mon 10e". Et, dans la foulée, pour atténuer le choc : "mais je vise seulement la huitième arrivée" ! (Encore que si on met en balance la somme de ces petits plaisirs avec tout ce par quoi il faut en passer pour les éprouver, tout ça n'est pas bien rentable).

Le groupe des vélos spéciaux continue donc de papoter sans stress apparent, par petits groupes d'amis alors que l'heure du départ approche. Pour un peu, on s'attendrait à voir partir les voitures et motos ouvreuses toutes seules. Le monde du vélo couché est vraiment fait de gens cool ! Le départ donné, tout se passe comme on pouvait s'y attendre, l'interminable sortie de la ville nouvelle, la traversée de Montfort l'Amaury, la route vers Nogent le roi et sa butte du Tertre (dont je ne me suis toujours pas remis d'avoir été doublé lors de son ascension par le finlandais Kuusito sur sa trottinette en 2003), la plaine vers Châteauneuf. Là, il faut mettre la lumière. Mes deux grosses piles lithium qui m'ont fait les deux saisons saison 2010-2011 choisissent ce moment pour me lâcher. Elles ne me prennent pas par surprise, parce qu'à force de piquer l'argent de poche des enfants dans leur tiroir de bureau, j'ai pu investir dans des neuves ! Là, je sais que j'ai au moins cinq nuits complètes d'autonomie.

Je suis dans mon terrain de jeux habituels, je m'attends donc à chaque côte, à ceci près que des nouvelles me paraissent s'être glissées entre deux anciennes depuis la dernière édition, et en plus qu'ils ont creusé des trous en fond de vallée en transportant les terres aux sommets. Et comme l'herbe, pour ce que j'en vois, paraît avoir repoussé, ça ne peut pas être des travaux liés au grand emprunt... Les trains d'ondes maléfiques se succèdent dans mon esprit ("Qu'est-ce que je f...là-dedans") je n'insiste pas, tout le monde connaît ça, mais pas forcément dès le début de l'aller. La pause de Mortagne est donc la bienvenue. 2 litres d'eau dans le sac à chameau (camel bag pour les francophones), un bidon de Renutryl dans le chameau himself et c'est reparti. Non sans avoir apprécié au passage l'ambiance exubérante du contrôle : où que vous soyez, vous aviez en permanence cinq bénévoles dans votre champ visuel pour vous indiquer la route !

Il y a des étapes qu'on aime particulièrement dans PBP. Parce qu'elles sont "lisibles" avec leur structure simple. Par exemple Carhaix-Brest et retour : on monte le Trédudon, on redescend sur Sizun puis on rejoint Brest. On n'a pas à se prendre la tête pour savoir où on en est des diverticules, comme par exemple dans Loudéac-Carhaix. Mortagne Villaines offre cette jolie et reposante structure ternaire : une ligne droite jusque Mamers, un secteur Mamers La Hutte bien roulant, une remontée de la Sarthe jusqu'à Villaines. Les kilomètres défilent plus vite. J'arrive même à faire jeu égal avec les autres vélos couchés. J'ai toujours été fasciné par le spectacle de ces grands serpents lumineux rouges sur fond noir. On voit peu de choses (des points rouges), et on peut imaginer beaucoup (des collines, des bois, des hameaux, des fermes, des vaches...) qu'on ne voit pas. Telle est sans doute l'essence de la beauté en art : un simple trait de Cocteau ou de Picasso représentant un visage de profil veut dire bien plus que ce qu'il montre.

Aux gens que j'aime bien, je fais parfois l'honneur d'évoquer le ravissement dans lequel me plongeait le reflet des feux de signalisation ferroviaires la nuit sur les rails lorsque j'étais vacataire aide-conducteur à la SNCF. En général, ils manifestent un intérêt courtois à mes propos. Je les soupçonne toutefois de penser "Ne le contrarions pas, il pourrait devenir dangereux... !" C'est l'arrivée à Villaines la Juhel. Une boulangerie et une épicerie sont restées ouvertes toute la nuit. Une première. J'en profite pour renouveler mon stock. Et je retrouve avec plaisir ce grand réfectoire témoin de tant de joies (au retour) et de peines (à l'aller) depuis trente-cinq ans. Mystérieusement, cet espèce de hangar recouvert de tôle, avec son accès en plan incliné et d'une mocheté insigne est pour moi un symbole fort de Paris-Brest-Paris, plus encore peut-être que le pylône de Becherel, celui du roc Trédudon ou le pont Albert-Loupe.

Je ne m'éternise pas. La nuit n'est pas finie. Je suis à mon rituel 10 km/h dans les terribles rampes entre Villaines et Ambrières. Bien sûr, je ne profite pas pleinement de la vitesse du VK2 en descente, à cause de l'obscurité (et malgré la puissance des deux Edelux), de l'étroitesse des routes et du grand nombre de vélos droits. Je me console à l'idée qu'ainsi j'augmente mes chances d'arriver au bout. Et puis la mère de mes enfants m'a demandé de ne pas réitérer mes "exploits" : je m'étais sottement vanté quelques semaines auparavant sur Facebook d'avoir battu mon record en descente à 89,3 km/h : mes "amis" se sont empressés de balancer. On ne se méfie jamais assez d'internet. Ni de ses amis.

Ce qui nous conduit à Fougères, dans des conditions et un état d'esprit bien meilleurs que quatre ans auparavant (où j'avais décidé d'abandonner à cause du temps, en m'imposant toutefois d'aller jusqu'à Tinténiac). Il me semble y avoir vingt bonnes minutes de queue au self, on tapera donc dans les réserves entassées dans la pointe arrière, dont le rangement soigné du départ a progressivement laissé la place à un joyeux foutoir. Bergson a dit : "il existe deux types d'ordre : l'ordre géométrique et l'ordre vital". Clairement, le mien est à dominante vitale.

La sortie de Fougères se fait de la manière la plus directe. Tant mieux, j'avais de mauvais souvenirs des circonvolutions auxquelles nous contraignaient certaines éditions antérieures. L'étape Fougères-Tinténiac est une étape de transition : courte et plate. L'équivalent d'une liaison dans le Tour de France qui se ferait en train. J'ai tout lieu de me réjouir de la mise en place de

7 centimètres de mousse haute densité sur le siège. Le confort est absolu, je ne ressens plus les inégalités et rugosités de la route et terminerai ce PBP avec l'impression d'avoir passé une journée dans un confortable fauteuil de salle de réunion.

Les messages de soutien posée au bord de la route sont assez jubilatoires : réalisés avec une grande économie de moyens (un plastique autour d'une meule de paille, un carton d'emballage...) et parfaitement ciblés ("Courage gégé, tes voisins qui t'aiment... !"). A l'inverse des pubs commerciales débitant sur papier glacé des fadaises genre "Fanta, des sodas à vivre", ou "Durex, parce que je le vaux bien...". Eh bien il se trouve que le message à Gégé, je le prends autant pour moi que pour lui, et d'ailleurs pour tous les autres. Bel exemple de comm réussie !

Arrivée à Tinténiac à midi. Toujours cette chaleureuse ambiance. Rencontrer deux cents personnes qui paraissent toutes ravies de vous voir, ça vous change agréablement du métro. Un passage au self. Je n'en avais pas un excellent souvenir des dernières éditions, mais là, rien à dire sur la qualité. Direction Loudéac maintenant. Je me représente par anticipation la montée sur Becherel et la descente sur Médréac. Mon esprit se concentre sur ce qu'il y a après. Et hop ! Vingt kilomètres de faits avant d'être parti. La forme reste raisonnable, mais je me fais quand même beaucoup doubler, et pas seulement dans les côtes. C'est l'inconvénient de partir avant les gros paquets : on se fait doubler par cinq mille participants durant l'épreuve, et comme je compense une relative lenteur par des arrêts assez courts (bien obligé !), j'en repasse pas mal qui me redoublent plus loin. Donc, c'est plutôt doublé douze mille fois. Un rien démoralisant à la longue. Se voir constamment ramené à sa propre finitude créaturelle, forcément ça énerve au bout du quatrième jour. Arrêt-pharmacie à la Trinité-Porhoët, pour cause d'irritations à traiter par la crème "premier change" de chez Uriage. Je me doute que dans ma tenue, il ne me posera pas comme par chez moi la question canonique "Quel âge exactement, le bébé ?". Je n'aurai donc pas le plaisir de lui répondre : "58 ans". Bref, pas d'Uriage, mais du Mustela. A l'application, danse de Saint-Guy et hurlements intérieurs de ma part : ce truc est de l'acide concentré. J'ai une pensée pour tous ces vrais bébés qu'on torture quotidiennement. La prochaine maman qui évoque cette crème devant moi, j'appelle l'assistante sociale...

A Loudéac, l'accueil est franchement enthousiaste. A se voir applaudi si chaleureusement par une bonne centaine de spectateurs, on se sent tout chose, et pour un peu on se croirait quelqu'un d'important. Après ça, on comprend que les gens du show-biz disjonctent quand la ferveur diminue... Suivant le rituel, pointage (on commence par ça, des fois qu'on oublie après. Quand on a une fois dans sa vie remonté toute la côte vers Vézelay depuis Saint-Père parce qu'on avait oublié de pointer le BPF, on fait gaffe... !). Puis self, là encore plutôt rapide. On repart. Les groupes sur le retour préviennent : attention, orages !. La pluie commence à tomber à Corlay, j'avise un distributeur du Crédit Agricole dont les portes s'ouvrent toutes seules devant moi, et en plus c'est chauffé. Il est 22 heures, je décide de dormir. J'enlève la mousse du siège (vous savez, les 7 cm...) et la pose sur le carrelage. Un excellent matelas, même s'il vaut mieux ne pas se tortiller trop. Vers 1h, les éléments se déchaînent. Un éclair, immédiatement un coup de tonnerre qui fait bouger le vitrage de trois bons centimètres (s'ils avaient cédé, je n'aurais pas bougé même avec la certitude que la maréchaussée dût débouler), et sous une pluie torrentielle, une vision d'horreur : un groupe de cinq participants roulant au milieu des éléments déchaînés. J'ai néanmoins trouvé la force d'esprit de me retourner et de me rendormir pour une petite heure. A deux heures, il fallait bien y aller. Il pleuvait encore, mais de manière "acceptable" (encore que la nuit, le seul niveau acceptable, c'est pas de pluie).

Tout cela nous mène vaille que vaille à Carhaix, à 4h30. Le moral est descendu bien bas, et je commence, honte à moi, à échafauder des stratégies de retrait honorables. L'abandon pur et simple ne le serait pas : pas deux fois de suite, quand même. Une idée émerge : commencer à faire passer le message que tout va bien, mais que je suis décidément trop lent et que je risque de ne pas terminer dans les délais. De la sorte, ce n'est pas moi qui abandonnerai PBP, mais PBP qui m'abandonnera. Je suis ragaillardisé par cette perspective, et j'enverrai effectivement quelques SMS en ce sens plus tard dans la matinée. En plus, le jour s'annonce, et j'ai déjà dit que j'aimais bien les deux étapes reliant Brest à Carhaix et vice versa. Donc, tout bien pesé et très provisoirement, ça va. La pluie a cédé la place à un brouillard particulièrement glauque et pour un peu déprimant dans la montée d'après Huelgoat. Pas vu le pylône du roc Trédudon. A Sizun, je dois retrouver mon Brestoïse de frère pour quelques kilomètres ensemble. Je croise sa voiture, le salue, il me répond, j'attends sur place qu'il fasse demi-tour. Rien ne vient. En fait, il ne m'avait pas reconnu. Nous finissons par nous retrouver. Il manque un demi maillon rapide à sa chaîne de vélo. Je le dissuade de rouler, il tente sa chance et perd comme prévu toute transmission au bout de dix kilomètres. Il avise un commerce : un crématorium. Après avoir légèrement interrompu une cérémonie, il confie son vélo et retourne en courant à sa voiture afin d'acheter la pièce. Dans l'intervalle, je roule vers Brest, très agréablement surpris d'éviter Daoulas et ses côtes redoutables. Du coup, la traversée du port de Brest que je ne devrais pas manquer de trouver laborieuse et pénible me laisse de marbre. Et au moins, on ne pourra pas se cacher qu'on est bien allé jusqu'à Brest, alors que quand on arrivait directement au lycée de Foucault, voire auparavant place de Strasbourg, on pouvait avoir un doute.

Pointage à Brest en 41 heures : pas glorieux, il ne reste que 49 heures pour le retour, dont deux nuits pleines... Le service du self est un peu poussif, mais pour ma part je n'ai pas trouvé matière à critiques telles que celles qu'on a pu lire. Il est vrai que ce n'est pas en pleine journée que les déficiences logistiques se manifestent. A Landerneau, je retrouve mon frère qui a réparé, et nous devisons une petite vingtaine de kilomètres jusqu'à Sizun. Cette compagnie m'a changé les idées, et je retrouve un peu de tonus. Dans la montée, j'encourage Jean-lou et Florence, sur leur tandem dos à dos. Je me dis que même s'ils ne me reconnaissent pas, ça leur fera plaisir de s'entendre interpellés. En haut, les bancs de brume jouent avec le pylône. On voit parfois le bas, parfois le haut, parfois les deux mais pas le milieu...

Dans la descente, le VK2 peut donner libre cours à ses talents. A un bon 60 km/h, sur la route à deux voies, je vois face à moi une grosse BM s'engager pour doubler un camion. Je sens comme une hésitation de sa part. Mais finalement, il doit se dire plus

ou moins consciemment que si je chute quand il sera passé, il n'y sera pour rien, que s'il me percute légèrement il n'y aura probablement pas de traces sur son véhicule permettant de l'identifier, que s'il doit être effectivement impliqué dans l'accident il pourra toujours dire qu'il ne m'avait pas vu (et il s'en tirera avec trois points de moins) et qu'en tout état de cause il finira de toujours par se convaincre qu'il ne m'avait réellement pas vu, le cerveau étant d'une étonnante plasticité (le pilote du Mig qui a descendu le 747 de la KAL est aujourd'hui encore convaincu d'avoir abattu un avion espion KC 135). Bref, tous les signaux étant au vert, il double. Lorsque nous nous sommes trouvés en ligne, le camion, la voiture et moi, j'avais 30 petits centimètres de chaque côté. Je n'ai même pas tenté de freiner, de peur de dévier. Finalement, c'est passé.

Arrivée à Carhaix. Rituel pointage, self, rangement du bazar (pas pour faire joli, juste pour que le couvercle du coffre puisse fermer !). Quelques mots échangés avec Claire, que je regrette de ne pas pouvoir dépanner avec un patin de frein. Mais le mécano lui fera ça vite et bien. L'étape qui arrive est peut-être la plus redoutable. Pentue comme il n'est pas permis, et surtout peu "lisible" avec ses petites routes qui bifurquent sans arrêt (quelle idée aussi de nous faire passer par Canihuel, et son "mur". J'ai trop de respect pour nos amis de l'ACP pour imaginer une seule seconde qu'ils ont voulu rigoler de la bonne farce qu'ils faisaient aux cyclos en préparant l'itinéraire, mais au bout de 800 kilomètres, et dans le contexte, je serais pour un peu saisi d'un léger doute !). Malgré cela, les jambes tournent poussivement mais sans faire d'histoires, et surtout les genoux ne rappellent pas trop leur existence à mon bon souvenir ! Miracle du vélo couché, probablement, qui incite davantage à mouliner qu'à pousser comme une brute. L'arrivée sur Loudéac est interminable, avec les lumières de la ville qu'on croit toujours être sur le point d'atteindre et qui sont la source de récurrentes et cruelles déceptions. Malgré tout, l'accueil de la population vous remonte bien le moral. Dans le challenge à l'accueil qui met aux prises le tenant historique du titre (Villaines) et le jeune challenger (Loudéac), je serais tenté de miser une partie de ma future médiocre retraite sur la petite qui monte. Bon, tout ceci n'est bien sûr qu'une perception toute personnelle.

Il est minuit, Je me prépare à passer la nuit, un peu inquiet tout de même. Comme prévu, le sommeil ne tarde pas à me tomber dessus. Je ne cherche pas à lutter, et avise à la Trinité-Porhoët un abribus doté d'un banc, bien orienté par rapport au vent. Ce sera donc une bonne demi-heure de sommeil empapillotté dans la couverture de survie. La nuit n'est pas trop froide, le départ s'opère donc sans séance de claquage de dents irrépressible. Contrôle une quinzaine de kilomètres plus loin, à Illifaut. Je ne vois pas comment résister aux tapis de mousse disposés tout autour de la salle. Normalement, je devrais m'endormir en quinze secondes, comme il y a du bruit ça me prendra bien quarante secondes. Le réveil sonne au bout de 3/4 d'heure, je sens que j'ai eu assez de sommeil pour cette nuit. Le jour ne va pas tarder, les feux du pylône de Bécherel témoignent de la fin toute proche de l'étape. Ça et là, deux spectateurs sortis de nulle part, en pleine nuit, et en pleine campagne applaudissent tous les participants (non pas à tout rompre, il y a quand même l'usure). Mais que cela est émouvant ! Pour applaudir toute une nuit des petits groupes qui passent toutes les minutes, il faut aussi une solide dose de motivation et de courage. En ce sens, nous sommes bien frères !

Grand moment à Tinténiac. Je m'offre une douche. Bien chaude, avec du savon, un moment grandiose. Elle coûtait 4 euros, mais j'ai eu l'impression d'en avoir eu pour 40. Par-dessus tout ça le jour étant venu, c'est un cyclo nouveau qui prend le départ pour l'étape de transition Tinténiac-Fougères. A Fougères, je reçois un SMS gentil de mon plus jeune fils : "Déjà 900 km, bravo à toi O! Étrangleur de Chaville !" Je ne m'interroge pas longtemps sur l'origine de cet affectueux surnom. J'ai dit à qui voulait bien l'entendre que lorsqu'on me demandait si mon vélo était pour handicapé, je répondais invariablement "oui, mais pour handicapé mental profond. Vous savez, on m'appelle l'étrangleur de Chaville". En fait, je brouille un peu les pistes, par prudence : j'habite Viroflay.

Je pense que l'étape Fougères-Villaines se passera bien. D'abord parce que Villaines, c'est vraiment le début de la fin, même s'il y a encore du boulot derrière. A la Tanière, haut-lieu des frasques de jeunesse de Jean-Pierre qui se reconnaîtra, un groupe de cyclos est arrêté autour d'une restauration sauvage. Habituellement, mon capital-temps étant ce qu'il est et ma vitesse ce que je savons (et pas seulement de Marseille), je passe mon chemin. "Vous voulez un café ?" Je fais mon "non merci, c'est gentil" canonique, mais en l'espèce déjà pas très convaincu parce qu'en fait je m'arrêteraï bien. "Ou bien une crêpe ?" En entendant le mot "crêpe", Je bloque les deux roues du VK2. Va donc pour deux crêpes offertes par des bénévoles.

L'après-midi s'avance et avec lui cette impression d'être de plus en plus en terrain connu, un petit mais réel avantage dont bénéficient les régionaux de l'étape. Je m'interroge une fois encore sur le choix de l'itinéraire pour rejoindre Villaines : pourquoi gravir l'interminable côte de Hardanges, culminant à 285 m, alors qu'il y a des tracés paraissant plus directs ? Question de vieux, parce qu'à trente ans, on ne se rend même pas compte que ça monte.

Villaines, enfin, et son incroyable accueil. Un repas Madeleinedeproustien dans mon grand hall moche préféré, et il faut que je m'occupe de mes pieds parce qu'ils le valent bien. Finalement, jeter aux orties une paire de semelles qui devenaient de trop (mais qui m'ont sûrement évité des ampoules) se révélera bénéfique. Un coup de pommade par-dessus, et je n'entendrai plus parler de rien jusqu'à la fin. On récupère au contrôle la petite torche à led promotionnelle (tiens, ils auraient dû les distribuer à l'aller, ça m'aurait rendu service) et c'est reparti.

L'étape est plutôt roulante, au point d'avoir le plaisir de lire sur un panneau "Mortagne 24", alors que j'attendais 32-33. A Mamers, le club local a organisé un ravitaillement. J'ai un peu faim, alors je me sers en prenant cet air faussement dégagé et petit-picoreur du pique-assiette qui a trente années de cocktails derrière lui. En tous cas, j'apprécie et je le fais bruyamment savoir. L'arrivée sur Mortagne est un peu interminable avec sa côte mal fichue, mais enfin nous y voilà. Claire arrive juste derrière, mais elle a quatre heures de délai en plus. Je lui souhaite un bon dodo, moi il faut que j'y aille. Je voudrais acheter un sandwich au jambon. Plus. Ce sera donc merguez, sauf que qu'un sandwich aux merguez ça ne se mange pas froid. Je l'attaque donc incontinent. A mi-sandwich, j'ai le pressentiment d'une catastrophe à venir. Je jette la seconde moitié, et je noie la

première avec un bidon de Renutryl, tel un pompier avec son extincteur. Je me demande de quoi peuvent avoir l'air des bouts merguez flottant sur un océan de Renutryl, en tout cas l'essentiel est qu'ils ne touchent pas les bords (on manque effectivement un peu de sens poétique après 1040 kms). Finalement tout se passera bien. C'est ma quatrième nuit, je n'ai pour ainsi dire pas dormi la troisième, je sais donc que je n'irai pas bien loin. C'est à Longny au Perche que je trouve mon local à distributeur de billets du Crédit Agricole. Un jour, j'écrirai une Ode au Crédit Agricole comme j'ai écrit dans ma jeunesse une immortelle Ode à Margnat (ou bien à Kiravi ou Préfontaines, je ne sais plus). Dans l'instant, je me munis de ma carte bleue que je garde à la main même pendant mon sommeil, pour faire croire aux forces de l'ordre qui éventuellement rappliqueraient que je voulais juste faire un retrait, mais que je me suis malencontreusement endormi le temps de faire les trois pas qui séparent l'entrée du sas du distributeur. Je me réveille au bout d'une heure et demie, quelques minutes avant que le réveil sonne. Il y a du monde qui passe à cette heure-là. C'est bien. Non que ça vous fasse vous sentir mieux, mais c'est quand même un peu réconfortant de rouler avec des gens qui sont au moins aussi mal que soi. Sur ces pensées peu charitables, (mais que celui qui ne les a jamais eues me jette le premier bidon de maltodextrine), arrivent le jour et la plaine de Dreux. Une absence, et le VK2 embarde à droite. Je crois approprié de ne pas essayer de rectifier la trajectoire, et termine deux mètres en contrebas du talus herbeux. Un anglo-saxon qui me suivait me demande environ vingt-sept fois "Are you OK ?", je réponds autant de fois "OK, nice, marvellous, fine, wonderful, fantastic....." Je ne connais pas l'arrivée sur Dreux, une nouveauté de l'édition 2007. Elle me paraît interminable. Et elle est juste assez fléchée pour qu'on ne se perde pas, mais pas assez pour qu'on soit bien convaincu qu'on n'est pas perdu. Un peu angoissant. Finalement, telle l'épave du Titanic apparaissant sur les écrans sonar du "Knorr" en 1985, le centre sportif se dévoile à nos yeux. Là, ce sera du rapide parce qu'il commence à y avoir le feu. Je ne connais pas précisément le kilométrage restant, mais il me reste moins de cinq heures. Ça devrait passer, mais il vaut mieux garder de la marge pour faire face à un éventuel incident technique. Ce sera donc pointage et café, dix minutes en tout. Un coup d'œil au passage à la masse des cyclos : on se croirait pour un peu dans un hôpital de campagne au soir de la sanglante boucherie d'Eylau !

Le reste est un grand classique. Boutigny, Bourdonné, cinq minutes de micro-sieste sur la couverture de survie pour ne pas prendre de risques déraisonnables. Un salut à Papy Volant dans la côte de Gambaiseul, Montfort l'Amaury... J'ai quand même l'impression de plus en plus nette que le cadre penche à gauche. Parce que le guidon s'éloigne de plus en plus de l'axe du vélo. Et je pars à droite de manière incontrôlée lorsque je descends de vélo, tel un vieux pochtron. "Tas l'air bancal" me disent affectueusement mes copains de club. A la maison, je constaterai une inclinaison des épaules de 15 bons degrés. Ne pouvant suspecter la géométrie du cadre, j'ai mis un moment à comprendre qu'en vélo couché le dos n'étant maintenu ni par la position debout, ni par l'appui sur les bras, il peut librement s'adonner à ses mauvais penchants. J'ai craint un moment devoir passer le reste de ma vie sur un pied tel un flamant rose, mais finalement tout est revenu à la normale, c'est-à-dire mal foutu à peu près compensé. Je vais publier dans une revue médicale (après tout, c'est pas tous les jours qu'on invente "l'effet Félix"). Il y a également un créneau à prendre : la réalisation de cadres de vélo couché orthopédiques. On va y réfléchir. En attendant, Je lève le pied (c'est-à-dire que de 20 je rétrograde à 18) dans la ville nouvelle. J'arrive Au rond-point des Saules, terme de la randonnée, en 89h38, pour un délai max de 90 heures. Quelques messages de félicitations, centrés sur "mon excellente gestion du temps...". Ecce homo, sic transit gloria mundi. Il y a vingt ans, on me félicitait "pour mon excellent temps". Il y a un petit mot qui change tout ! Je m'aperçois non sans nostalgie que la petite planchette grâce à laquelle on pouvait à l'arrivée sauter la bordure du trottoir en visant bien et en se cassant la figure une fois sur trois statistiquement, a été remplacée par un vaste plan incliné, dont j'irais jusqu'à subodorer qu'il est bourré d'hydraulique et d'électronique. Claire arrive peu après, ainsi que Pierre, avec lequel nous nous interrogeons doctement sur le problème suivant : oui, nous avons bien discuté ensemble sur le parcours, mais où ? Problème à ce jour non tranché.

En conclusion, suis-je content d'avoir fini ce 8e PBP ? Je dirais d'abord que ce n'est pas à moi à être content, mais au VK2. J'entretiens en effet des relations froides et distantes avec mes vélos, jusqu'à ce qu'ils aient été en quelque sorte "baptisés" à l'occasion d'un Paris-Brest-Paris successful. Celui-ci marque donc l'amorce de relations apaisées et confiantes, gages de cassage de gueule moins fréquents. Et puis disons aussi que je suis moins content d'avoir réussi que de ne pas avoir échoué, tant il est vrai qu'une vérité ne sonne pas de la même manière suivant qu'elle est ou non passée par le purgatoire de la double négation, pour employer une formule dont je regrette de ne pas être l'auteur.

Patrice Micolon



Paris Brest Paris 2011

Par Thierry

C'est le Paris-Brest-Paris du débutant. Il y a un peu plus d'un an, je poussais la porte de l'Abeille Cyclo pour pédaler en groupe le dimanche matin. Ma plus longue sortie était 100 km.

Au printemps, je me laisse entraîner dans les premiers brevets de 200 km, par défi et curiosité. Après 200 km, j'essaie 300 km puis 400 km, impensables ces distances à vélo... Il y aura aussi la flèche Vélocio et le Paris-Limoges. En mai, je m'intéresse à PBP, "juste" par curiosité, j'épluche les comptes-rendus, en français en anglais, je consulte les forums Internet.

L'envie d'en être est là mais je reste raisonnable : ce brevet réservé aux plus chevronnés des randonneurs cyclistes se mérite, je sens derrière beaucoup de comptes-rendus des années de cyclotourisme, des milliers de kilomètres à parcourir la planète, ce que je ne n'aurais pas avant longtemps. Ce sont les échanges lors du Paris-Limoges Audax et de certains brevets qui achèvent de me convaincre que "c'est possible".

La décision est prise, il faut se préparer et je monte un plan d'entraînement sérieux : l'objectif n'est pas seulement d'être au départ, mais d'avoir tout fait pour être à l'arrivée.

Le point compliqué est le fait qu'il n'est pas sûr qu'il y ait de la place pour tous les inscrits. S'il y a trop d'inscrits, les "anciens" seront prioritaires (en fait ceux ayant fait des brevets en 2010), ce qui m'enlève toute chance. Se motiver pour une longue préparation sans être sûr de pouvoir prendre le départ est impossible. C'est pour cette raison que je m'inscris aussi au Paris-Brest-Paris Audax. Je suis ainsi sûr de faire au moins un PBP.

Mon plan de route

Mon expérience est faible, je suis donc très raisonnable. Mon objectif : finir dans les délais sans me faire mal ni me mettre en danger en roulant trop fatigué.

Donc le plan général est le suivant :

- garder toujours 2 ou 3 heures d'avance sur la fermeture des contrôles,
- dormir à Loudéac ou St-Nicolas-du-Pélem à l'aller,
- arriver à Brest dans la matinée du mardi (mi-parcours à mi-temps),
- dormir à Loudéac au retour,
- gérer le retour au mieux selon la forme et le temps disponible.

Je ne fais pas de plan détaillé avec horaires objectifs à chaque contrôle : les aléas sont trop nombreux. Je ne sais pas sur quelle moyenne horaire je peux compter. Pour le ravitaillement et le couchage, je privilégie autant que possible l'organisation PBP. Nous sommes 5 membres de l'Abeille Cyclo à partir pour PBP, mais chacun a son plan et fait sa route.

A noter que j'ai accroché à mon casque 2 rubans blancs, signe de reconnaissance des membres du forum Internet «Super Randonneur, l'esprit de la longue distance» (à vélo). Pour la plupart, nous ne nous connaissons pas, n'ayant eu que des échanges virtuels. Les rubans blancs sont un moyen de se reconnaître sur la route.

St Quentin en Yvelines, dimanche 19h15 : le Départ

Le départ est le moment le plus pénible de PBP. En fait, cela doit faire partie de l'Epreuve...

On donne rendez-vous à 3000 personnes à la même heure au même endroit. En ce dimanche après-midi, ils ont chaud, ils ont soif et on leur a annoncé la Terre Promise, au bout de la route, au bord de l'Iroise. Et, on espère qu'ils soient calmes, disciplinés, se divisant spontanément en groupes de 400 et roulant raisonnablement après le départ.

PBP réunit les peuples, dans une foule, à pieds ou à vélo, les gars de tous les pays savent pousser !

Parmi les nombreux conseils que j'ai entendu : "il faut partir dans les premiers sinon tu ne trouveras personne avec qui rouler". Peut être... les premiers iront plus vite que moi, et rouler à mon rythme est une des choses que j'ai bien l'intention de faire. A l'entrée dans le stade, il y a une file à l'ombre de la tribune et l'autre fait le tour du stade en plein soleil. Je choisis l'ombre à la lumière. Après 1 heure et demi d'attente punitive, c'est parti ! Très vite, comme prévu. Encore une vérité humaine inéluctable : ne pas partir trop fort, ce n'est pas raisonnable, il y a 1200 km à faire, il va y avoir des chutes et des accidents. Tout le monde le sait, mais tout le monde part trop fort... et, il y a des accidents....

A un rond point, il n'y a pas la place pour que tout le monde passe et ça freine sec. Un cyclo coince sa pédale contre le trottoir et doit s'arrêter. Je préfère passer en fin de peloton pour anticiper les ralentissements. Comme ça roule vite, je suis sur les petits pignons que j'utilise le moins d'habitude. Et je constate que ça saute quand j'appuie sur les pédales. J'ai fait changer ma cassette après le PBP Audax, et je n'ai fait que 30 kilomètres depuis. Ce n'est pas grave, mais c'est agaçant, mais j'aurais dû mieux vérifier: je repousse la petite voix qui me dit que je suis mal préparé. Il fait très très chaud même après 20h. Les bidons se vident tout seuls. A plusieurs reprises, je m'arrête auprès de gens sympathiques qui nous proposent de l'eau.

Vers Châteauneuf-en-Thymerais, je me retrouve dans un peloton derrière une allemande en (vrai) vélo de randonnée avec 2 énormes

sacoques, le rythme est bon et ça aspire du tonnerre, j'ai un peu l'impression de faire de la Mobylette pendant 30 km. Ces conditions idéales attirent les convoitises, et deux cyclos me rejoignent. On discute un peu : un québécois et un français. On plaisante un peu en se demandant ce que la dame transporte dans ses sacoques : une tenue de gala pour l'arrivée ? Un tonneau de schnaps ?

Je roule assez vite sur le plat, mais je monte les côtes en souplesse. Un des mes points d'attention sera de ne pas trop solliciter mes genoux qui deviennent douloureux sur les longues distances. Nous arrivons très vite à Longny-en-Perche et, à sa sortie, l'une des côtes les plus raides du parcours. Beaucoup de cyclos se sont faits surprendre par la pente, et quelques tandems sont arrêtés et ont du mal à redémarrer. La nuit est tombée et les lampes arrière des cyclos forment une jolie guirlande rouge sur des kilomètres. En se retournant, la guirlande devient blanche.

Mortagne-au-Perche, dimanche 23h30

Pas de contrôle dans ce sens. Je veux faire un arrêt rapide en mangeant un sandwich mais il n'y a plus de pain. Je fais donc une visite au self, je me dis que ce n'est pas une perte de temps, c'est aussi du repos pour mes genoux. Les sauts de chaîne de mon dérailleur sur certains pignons m'agacent et je finis par essayer de régler en roulant. D'habitude j'y arrive plutôt bien. Mauvaise idée, à faire ça en pleine nuit, je dérègle tout et c'est toute l'indexation qui est perturbée. Dès que j'appuie un peu fort, la chaîne saute.

Vers 4h, je me retrouve à rouler seul. Je vois un cyclo arrêté au bord de la route. Il semble avoir des problèmes mécaniques et il fait noir. Je m'arrête. C'est Luigi (ou GianLuigi). Son feu arrière ne marche plus et ça ne vient pas des piles. Son feu avant n'est pas très violent non plus mais au moins il marche. Je ne parle pas italien et lui pas français. Nous échangeons en anglais qu'il parle juste un peu. Je lui propose de rouler ensemble jusqu'à Villaines, lui roulant devant et moi lui servant de feu arrière. Il roule vite et je suis derrière sans beaucoup me fatiguer. Il profite de mon feu arrière et moi je profite de ses jambes... Comme Luigi a une belle moustache, je lui demande en riant s'il ne connaît pas un certain Mario mais la plaisanterie tombe à plat...

Villaines-la-Juhel, lundi 5h50

Je vois qu'il y a un vélociste devant le parc à vélo, je lui confie mon vélo pour qu'il règle mon dérailleur. Pendant ce temps je vais petit-déjeuner au contrôle. Petit déjeuner agréable, mais en finissant je constate que j'ai perdu un gant. Personne ne l'a vu. C'est contrariant, mais tant pis, en reprenant mon vélo, j'en rachète une paire au vélociste.

En repartant, Luigi me fait signe mais je ne veux pas repartir avec lui, il est trop rapide pour moi et la communication est trop limitée. Je mets mes jambières car si la nuit a été douce, la fraîcheur est bien tombée et mes genoux seront mieux au chaud. Je repars de Villaines le moral à bloc : j'ai bien chaud, j'ai bien mangé, mon vélo marche bien, bonheurs simples... Je rattrape un petit groupe mais l'ambiance n'est pas sympa. Je comprends que tous les cyclos sont dans le même club et se font la tête. Un membre du groupe finit par me souffler qu'il y a eu une scène de ménage entre le président du club et sa femme. On peut tout faire en pédalant !

Un jour gris s'est levé. Une autre route, un autre groupe... Un cyclo italien (encore !) me regarde et fait la grimace, il me montre son nez. Je ne sais pas : je ne comprends ni l'italien parlé, ni l'italien gesticulé. Quelques minutes passent, un cyclo français me regarde et me dit que je saigne du nez. En effet, ça saigne pas mal et j'ai même la manche droite du maillot bien trempée. Je ne m'en étais pas rendu compte avec la sueur. Le saignement dure malgré mes tentatives... Je décide de m'arrêter un peu dans un petit village, le cœur se calmant ça devrait aider. Après une heure à me presser plus ou moins le nez, ça s'arrête et je repars soulagé. Encore une fois, sur PBP, les petits ennuis augmentent rapidement le stress, mais quand les problèmes sont résolus, on se sent d'un coup très bien.

Fougères, lundi 10h40

Il est un peu tôt pour déjeuner mais comme j'ai petit-déjeuné à 6h00 pourquoi pas ? Repas complet face à un cyclo de Jersey. Je lui demande s'il fait tous les dimanches la même sortie... car l'île n'a pas beaucoup de routes. Il me dit avoir surtout deux circuits. Petite plaisanterie en anglais sur son maillot qui est un "Jersey jersey" (maillot cycliste se disant "jersey" en anglais).

Je manque d'oublier mes lunettes sur la table en repartant. Un gant oublié à Villaines, mes lunettes à Fougères, concentre-toi Thierry, sinon, tu vas rentrer sans vélo...

Je repars de Fougères en discutant avec un cyclo de Brest. C'est Gilles. Il commence à pleuvioter. Après 10 minutes, je lui propose qu'on s'arrête enfile les impers. Il regarde l'horizon et me dit que c'est inutile, ça devrait se calmer d'ici 1/4 d'heure. Je décide de faire confiance au régional de l'étape et il a raison, la pluie s'arrête bientôt.

A Brest, Gilles prévoit de dormir chez lui et de repartir vers Paris, ce que je trouve amusant : c'est un breton de Brest qui a été à Paris en voiture pour aller à Brest en vélo pour retourner à Paris en vélo pour revenir à Brest en voiture. Le groupe où nous nous trouvons s'arrête pour une escale technique, je décide de continuer. Je m'arrête suffisamment longtemps aux contrôles, si en plus je m'arrête entre les contrôles, je vais mettre une semaine pour retourner à Paris !

Tinténiac lundi 14h10

Le contrôle me paraît brouillon. Je m'arrête quand je vois des vélos garés et des ventes de nourriture, mais en fait le contrôle est plus loin, au fond de la cour.

Quelqu'un m'interpelle, c'est Claire. Je suis à l'Abeille Cyclo depuis un an mais je ne l'ai jamais croisée. Elle a reconnu le maillot Abeille, mais croit que je suis Pascal, bien que de dos elle croyait que c'était Patrice... Bon, c'est sympa de mettre un visage sur son nom, même si elle a du mal à mettre un nom sur le mien. On ne discute pas longtemps, les vélos couchés roulent en groupe et Claire est attendue. J'absorbe un sandwich/soda assis sur une souche, contemplant le ballet des cyclos colorés qui arrivent et repartent.

Quédillac

Contrôle dit "secret" (en fait tout le monde le savait sauf moi). Encore une occasion de manger, mais là je ne m'arrête pas longtemps. Je repars avec un cyclo de Montigny-le-Bretonneux. Je lui dis que j'ai fait le brevet de 600 de Montigny et qu'il prépare bien à PBP car il passe dans le Perche et les collines autour de Villaines. Il m'avoue que lui-même n'a pas réussi à le finir, c'était trop dur.

A St-Méen-le-Grand, il m'explique que c'est la ville natale des frères Bobet. On passe devant la mairie et son drôle de clocheton et mon compagnon s'arrête car il y a apparemment un stand de crêpes juste devant. C'est tentant mais je me tiens à ma règle : pas d'arrêt en dehors des contrôles.

Loudéac, lundi 19h00

Quel accueil !

Nous passons entre des barrières sur quelques centaines de mètres. Une foule est penchée sur les barrières et applaudit à chaque cyclo qui passe. J'ai l'impression d'arriver après une étape du tour de France !

L'arrêt est agréable car tout est bien groupé. Dans la queue du self, je discute avec un couple de bénévoles retraités, qui m'explique qu'ils se préparent depuis longtemps à ces journées. Je dîne avec les cyclos de Neuilly/Seine, déjà croisés sur les brevets Audax ou aux rallyes de nos clubs respectifs. Il est encore tôt, il fait bon, je n'ai pas sommeil et je veux aller au moins jusqu'à St-Nicolas-du-Pélem avant de dormir.

Je démarre dans un petit groupe. Après une heure, le temps se couvre et devient sombre. La pluie battante arrive d'un coup et tout le monde s'arrête en urgence pour mettre les habits de pluie. On entend le tonnerre au loin. Nous croisons les premiers cyclos qui reviennent de Brest. Encore une demi-heure et nous sommes cette fois au milieu de l'orage, la foudre claque et illumine la route de ses éclairs. Je compte les secondes entre les éclairs et le tonnerre. Etant petit, mon grand père me disait que tant qu'il y a 3 secondes, le risque est surtout de se faire mouiller. Et ça mouille bien en effet ! Nous arrivons à Corlay, il pleut tellement qu'on a du mal à voir la route. La pluie fait une sorte de rideau devant les phares. J'ai les pieds trempés mais ma vieille veste en Gore-tex me protège plutôt bien, j'ai mis la capuche sous le casque, serré tous les cordons et l'eau n'entre pas.

En arrivant à St-Nicolas, un taïwanais devant moi ne voit pas une bordure de trottoir et chute lourdement. Je m'arrête juste à temps. Il ne se relève pas, je lui demande en anglais s'il va bien, il s'assoit difficilement mais il ne répond pas. Il a l'air choqué, assis dans l'eau, mais je ne sais pas s'il va bien, et ne semble pas comprendre ce que je lui dis. Heureusement ses camarades ont rebroussé chemin et viennent s'occuper de lui. Ça parle très vite en chinois et enfin il se relève. Je quitte les lieux, je suis sous l'orage depuis 2 heures et tout ce que je souhaite, c'est me mettre à l'abri. En arrivant au couchage/ravitaillement, j'ai 2 cm d'eau dans mes chaussures. La tente montée pour le ravitaillement fait d'énormes poches d'eau et les bénévoles essaient de les vider par en dessous pour éviter un effondrement. L'eau passe sous la tente, et le sol en terre battue est un marécage. Je mange un peu, du chaud. Je suis trempé et je me sens seul au monde. Je vois d'autres cyclos arriver, le moral général semble bas, ça ne rigole plus.

Je discute avec deux jeunes bénévoles très sympas, le moral revient vite. Ils me disent qu'ils vont aller faire des crêpes, moi je vais aller dormir. Plus de place. Tous ceux qui sont arrivés sous la pluie ont préféré s'arrêter. Je vais prendre une douche et comme ma tenue est bien mouillée, je me fais une petite lessive. Je fouille un peu et trouve un local vide et j'étends mes affaires à sécher. L'équipe de bénévoles se met en quatre pour trouver des solutions pour que tout le monde puisse dormir et ça fait chaud au cœur. Je me vois proposer un matelas pneumatique à côté de la porte, je prends. Je m'endors et les 4 heures que je m'octroie passent trop vite.

Quand je me lève et vais déjeuner, la pluie ne s'est arrêtée que depuis 30 minutes. Je déjeune de café et des crêpes de "mes" bénévoles du soir. Je mets un peu de temps à rassembler mes affaires, mais bonne surprise, maillot et cuissard sont secs. Je crains le moment où il va falloir enfiler les chaussures mouillées mais je me dis que c'est comme des chaussons de planche à voile...

Carhaix, mardi 5h20

Je suis surpris d'arriver si vite à Carhaix. Il y a beaucoup moins de relief qu'entre Loudéac et St-Nicolas-du-Pélem. C'est aussi parce que je suis reposé et qu'il ne pleut plus. Nouveau petit déjeuner à Carhaix mais j'essaie de repartir plus vite que d'habitude, mes genoux n'ayant pas besoin de repos.

La route serpente en montant dans un vallon très boisé et humide. Ça me rappelle mon Morvan natal. J'entends un torrent sous les feuilles (un panneau indique que c'est la Rivière d'Argent), ça donne envie de s'arrêter mais tout est très mouillé et il fait frais. La bruine s'installe, nous mouillant doucement. J'ai l'impression de ne pas avancer vite, je suis dans des petits groupes, mais personne ne parle. En commençant à monter le Roc Trévèzel, nous entrons dans le brouillard. Il n'y a pas plus de 100 mètres de visibilité par moment. C'est difficile de se repérer car on ne voit pas la pente devant soi. On finit par arriver sur le plat en haut du Roc. La visibilité est nulle, et la circulation s'accroît, vite je redescends, mais à un rythme prudent, je ne connais pas la route et le bitume est humide. Je rattrape un petit groupe, mené par le président fédéral. Je vois un des cyclos du VC Neuilly et en profite pour demander comment ils ont géré l'orage du lundi soir.

C'est Olivier. Il m'explique avoir dormi à mi-chemin dans une pièce mise à disposition par les habitants. On continue à rouler ensemble jusqu'à Brest. Nous sommes dépassés par une ambulance des pompiers, quelques km plus loin, on voit les pompiers à côté d'un passage à niveau, un cyclo a dû glisser sur les rails humides, ça coupe les conversations pendant quelques minutes, ça pourrait nous arriver et on souhaite que ce ne soit pas grave.

Brest, mardi 11h25

Je suis dans les temps prévus !

L'arrivée sur le pont est assez magique. Olivier a fait ses études à Brest et m'explique le paysage. Par contre, que la route paraît longue jusqu'au contrôle, on a l'impression de tourner en rond (partir à l'Ouest pour revenir au centre à l'Est). Le contrôle de Brest est éclaté sur plusieurs bâtiments, c'est un peu compliqué... Il faut noter que le parc à vélos est à l'abri, ne pas en déduire qu'il pleut souvent à Brest ! Après avoir mangé chaud, je m'octroie 30 minutes de sieste sur les coudes.

Un bénévole gère comme il peut la longue file d'attente aux toilettes, on discute dans la queue : un allemand dit que sur PBP, le ratio est d'1 WC pour 1000 participants, on compare la manière de dire pipi/caca dans toutes les langues, ça ne vole pas très haut, mais au bout d'un moment tout le monde rigole.

Le début du retour...

Vilaines bosses en sortant de Brest, puis on remonte le Roc Trévézel, la vue est bien meilleure que le matin. C'est roulant, je suis à nouveau avec un groupe d'asiatiques, très irréguliers : tantôt ils traînent et je les double, puis ils se mettent debout sur les pédales et foncent sur 300 mètres, puis ralentissent de nouveau.

Un groupe composé d'une jolie américaine suivie d'un groupe d'italiens nous double et j'en profite pour changer de groupe. C'est le moment de se rappeler que si je suis imperméable à l'italien, je parle couramment anglais !

Après la descente, je suis interpellé par un "ruban blanc", qui a vu les miens sur mon casque. C'est Michael. Michael est breton (décidément je "roule" breton) et c'est son 2ème PBP. On discute bien et on pédale au même rythme.

Carhaix, mardi 18h00

Ce n'est pas l'heure mais nous avons faim. Nous achetons 2 sandwiches chacun pour éviter la queue du self et allons les manger dans la salle. Je croise Patrice, qui me dit qu'il ne sera pas dans les délais. Cela m'inquiète car il est parti peu de temps avant moi. Me serais-je trompé dans mes calculs ? Je recalcul dans ma tête vite fait les délais et ça me semble bon.

A St-Nicolas-du-Pélem, on ne s'arrête pas, et on attaque les bosses jusqu'à Loudéac. Elles sont moins humides qu'à l'aller mais ça monte aussi dans ce sens !

Loudéac, mardi 23h30

Ce contrôle est vraiment bien organisé. Dîner rapide, douche rapide, nuit rapide (4 heures)... J'apprécie d'avoir avec moi des boules pour les oreilles et un masque sur les yeux.

Je quitte Michael qui va dormir dans sa voiture, sa femme le suit sur les étapes bretonnes. Nous convenons de repartir à 4 heures. Je me réveille juste à temps et vais petit déjeuner. A 4h00, pas de Michaël, je discute avec 2 bénévoles et à 4h15, je pars. Je roule avec un groupe d'allemands efficaces et silencieux. Efficaces : ça roule bien en ligne et les relais sont réguliers. Silencieux : après un moment ça me pèse, d'autant qu'il est tôt et que j'ai un peu de mal à me réveiller. Je prends quelques relais, mais ce n'est pas mon point fort et je perturbe plus que je ne contribue, ensuite je reste en queue du groupe.

Illifaut & Quédillac

Un contrôle secret à Illifaut, puis passage à Quédillac, cela rythme la 1ère partie de journée. Le défaut est qu'on discute et mange un peu à chaque fois. A 7h00, un barbecue de saucisses est déjà allumé emplissant l'air de l'aube d'une odeur de cochon grillé.

Tinténiac, mercredi 9h15

Je fais (encore) la queue aux toilettes, j'achète un sandwich et un soda à manger plus loin (je découvre que je me sens mieux quand j'ai un repas d'avance dans ma sacoche, allez analyser ça...)

Je repars, je me sens bien, le soleil arrive, le bonheur... Je rattrape une jeune femme anglaise (selon le petit drapeau qui orne son vélo) roulant lentement, apparemment en difficulté. Je lui demande si ça va. Pas fameux, elle a pris froid sous les orages, a du mal à s'alimenter depuis et ne se sent pas très bien. C'est Denise. On roule ensemble en discutant, ça passe le temps et ça lui fait penser à autre chose. On travaille dans des domaines assez proches et j'ai travaillé en Angleterre il y a quelques années, elle vient assez souvent à Paris, ça en fait des sujets de conversations ! Arrêt pharmacie, arrêt boulangerie/café... Je regarde mon compteur un peu inquiet, mais on ne traîne pas tant que ça, en fait, on tient ma moyenne. Si Denise était en forme, je n'aurais pas pu la suivre !

Fougères, mercredi 13h00

Contrôle avec Denise. J'y croise quelques minutes Claire qui me semble en forme mais un peu blasée. Pendant ce temps, Denise a rempli mes bidons : épatantes ces anglaises ! Denise m'invite à manger à son POS (Point Of Support). En fait, elle est venue en bus dans une sorte de voyage organisé et aux étapes principales, le bus est stationné et ils ont à manger à



Thierry avec Denise

disposition. Avantages : ne pas attendre au self et manger "anglais". On repart plus rapidement, je prends les relais sur le plat et la fait passer devant dans les montées. Une nouvelle rencontre Rubans Blancs : je croise "Tandem breton" (Marc & Magaly) que je ne connais que par le forum mais qui connaissent l'Abeille.

Vers Gorrion, quelqu'un m'appelle du bord de la route, je m'arrête rapidement c'est Michaël qui m'a vu passer. Je laisse partir Denise pensant la rattraper plus tard. Je repars avec Michael mais on ne la reverra pas. Je roule avec Michael, Marc et Magaly en discutant. Le mal de fesses et les moyens de le combattre devient un sujet de conversation important... mais à éviter, il vaut mieux penser à autre chose !

Villaines-la-Juhel, mercredi 18h55

Accueil super sympa, il est 19h, on sent la mobilisation de toute la ville autour du PBP. Les bénévoles sont au petit soin. Je suis content de croiser Jean-Yves, du club de Laval, avec qui j'ai fait le Paris-Limoges Audax et qui a beaucoup roulé avec moi dans le gruppetto lors du PBP Audax d'août. Il est juste venu voir passer les cyclos en voisin. Quand j'arrive au self, accueil VIP, tout le monde s'écarte pour me laisse passer plus vite (comme si j'étais pressé !). En mangeant, je suis forcé d'entendre un cyclo à grande gueule à côté de moi qui affirme à ces potes que c'est mal barré pour ceux qui sont encore là et qui sont partis à 18h de St Quentin (d'abord il le sait mieux que personne, il a déjà fait 5 PBP). Je n'en crois pas un mot... mais je refais quand même mes petits calculs avec Michaël.

La route nocturne jusqu'à Mortagne me paraît longue, mais je me sens bien. La dernière côte à l'arrivée à Mortagne fait mal à beaucoup de monde, mais je suis en forme.

Mortagne-au-Perche, jeudi 2h30

Nous n'avons que quelques heures d'avance sur le délai maximum, ce qui ne permet pas de s'arrêter dormir. En gardant une heure d'avance pour couvrir les aléas, nous pourrions dormir un peu à chaque contrôle. Après manger, une heure de sieste sur les coudes. C'est dur de redémarrer mais nous sommes plus en forme qu'en arrivant et nous décidons d'aller plus vite pour nous réveiller. Nous accélérons dans les collines du Perche et jusqu'après Longny, montant à un bon rythme et faisant les descentes. L'adrénaline calme les douleurs aux fesses. Il y a des cyclos dormeurs derrière chaque arbre, certains vraiment très près de la route, mais dans l'ensemble on les voit de loin.

Avant Dreux, le jour se lève, tout gris, cela devient plat, la route est granuleuse et monotone, j'ai mal aux fesses. J'ai l'impression que le vélo n'avance plus beaucoup. Michaël me secoue un peu et je respire plus fort l'air frais du petit matin pour me relancer.

Dreux, jeudi 8h00

Arrêt petit déjeuner rapide puis mini-sieste assise. Michaël demande à l'infirmerie s'il existe un remède contre le mal aux fesses. Apparemment pas de miracles...

Après quelques kilomètres sur une petite route longeant la N12, on est accompagné par un cyclo sympa de Rambouillet en manque de bavardage et qui fait son petit tour. On papote en roulant, ça nous maintient éveillés. Il connaît Joël, un cyclo de Rambouillet avec qui j'ai fait le PBP Audax il y a 2 semaines et qui a fait Paris-Pékin avec Claude Morel. Il nous tient compagnie jusqu'à Montfort-l'Amaury puis tourne au sud pour rentrer.

Dans la côte de Gambaiseuil, je sens la fatigue accumulée dans mes genoux douloureux. Je préfère ralentir pour mouliner, ce n'est pas le moment de se faire mal.

St-Quentin-en-Yvelines, jeudi 12h00, l'Arrivée

La traversée de l'agglomération est très longue, nous sommes en semaine et il y a de la circulation. Un regroupement se forme et on arrive tranquillement au stade des Droits de l'Homme en peloton. Il est midi et nous avons gardé notre heure d'avance.

Je croise Claire, Patrice, et quelques connaissances des brevets Audax. Je suis content d'avoir réussi, je vais bien mais je n'ai pas très envie d'en parler. Je me sens engourdi, et le bruit dans le stade m'assaille de manière désagréable.

La motivation qui m'a poussé pendant les brevets et les entraînements, sous le soleil et la pluie, m'a tenu éveillé 4 jours avec 9 heures de sommeil est retombée brutalement à l'arrivée. Je voulais boire un verre avec Michaël pour fêter notre succès mais je ne le vois plus. Trop de monde, trop de bruit, trop de vélos. Je veux rentrer à la maison.

Je ne suis qu'à 15 km de Rueil-Malmaison en voiture. Je n'arrive pas à les faire d'une traite : à 6 km de la maison, je dois me garer pour dormir une heure. Je mettrais ainsi 1h30 pour faire 15 km, une moyenne de cycliste... Mon compteur indique que je n'ai pédalé "que" 60 heures sur les 89 heures de mon PBP. J'ai aussi dormi 9 heures. Mais qu'ai-je fait des 20 heures restantes ? Je me suis très peu arrêté en dehors des contrôles officiels, mais par contre j'ai fait une bonne pause à chacun, ça fait presque 1h20 à chaque fois !

A chaque étape : garer le vélo, le vérifier, pointer au contrôle, acheter à manger, manger plus ou moins, faire la queue aux toilettes, discuter avec les bénévoles, remplir les bidons... J'ai dû bavarder plus que je ne le pensais, mais c'était aussi du temps de repos, et c'est grâce à ces pauses que mes genoux ont tenu. Au delà de mes 300 000 tours de pédales, ce sont les rencontres, les petites peurs et les reconforts qui restent.

PBP est certes une aventure sportive mais surtout humaine, remettant en valeur des sensations habituellement anesthésiées par notre société du moindre effort et de la carte bancaire.

Thierry Streiff

LE PARIS - BREST - PARIS DE GERARD Rueil - Brest - Rueil (1265 km)



Départ de Rueil à vélo vers 13h30 pour essayer de partir avec la première vague à 16h00. Il fait très chaud et c'est un peu orageux, le ciel est menaçant mais ça s'éclaircira en arrivant vers Marly. J'ai décidé de monter doucement les collines nous séparant de Guyancourt, mais avec la chaleur je transpire tout de même abondamment en arrivant au stade des Droits de l'Homme. Jean est au service de sécurité, je le salue puis me dirige vers l'entrée du stade. Il y a déjà beaucoup de monde alors que les portes doivent s'ouvrir dans 10 minutes. Je retrouve Claude du club de Bois Colombes, il est seul de son club et sera assisté par son frère. Nous papotons mais un groupe d'italiens

s'intercale entre nous dans le stade au moment où je pose mon vélo pour la photo avant le départ. Vers 15h30 le tamponnage des carnets commence pour la première vague. Je dois pouvoir en être, mais un américain s'exclame : « what a beautiful randonneuse Alex Singer ». Je me retourne pour constater : « what a beautiful fixy » ! Il a une très belle machine à pignon fixe avec un pignon de chaque côté du moyeu, un 15 dents pour l'aller et un 16 pour le retour. Avec un plateau de 46 je trouve que ça fait de grands développements, mais il me dit qu'en Caroline du nord le relief est équivalent alors ça devrait aller. Pendant ce temps quelques cyclos m'ont doublé. Je suis juste devant les contrôleuses quand un organisateur arrive en déclarant : « stop c'est fini pour la première vague ». C'est bête je pensais partir avec Claude, mais il est devant. Tant pis, ça laisse le temps de faire des photos et de voir Jocelyne avec son tampon dans la rangée d'à côté.



Mes contrôleuses qui auront le temps de me photographier



Jocelyne prête à tamponner les carnets de route

Quinze minutes plus tard nous sortons du stade pour nous regrouper sur la route dans l'aire d'attente avant le départ de la première vague. Mes parents sont à la sortie, mais je ne veux pas perdre ma place sur la première ligne. Ils me rejoindront un peu plus tard et nous pourrons bavarder jusqu'au départ de premiers. Je me retrouve alors sous le portique de départ. Je suis trop près pour le photographe, mais parfaitement placé pour voir la voiture et les motos qui nous ouvriront la route tout en limitant la vitesse à 30 km/h.



Le compte à rebours est lancé 10, 9 ... 1, 0.



Ca part mollement alors je profite de ma position pour rester devant et ainsi éviter tous les à-coups du peloton. Le passage des carrefours est protégé jusqu'à Elancourt et en tête je vois parfaitement la route, c'est idéal pour passer les ralentisseurs et autres îlots directionnels.

Les véhicules ouvreurs nous laissent avant Jouars et là les furieux passent à l'attaque. Je reste à peu près dans les roues jusqu'à Montfort l'Amaury où la côte fait des dégâts. En haut je suis un peu lâché par le peloton, mais derrière ça roule beaucoup moins vite alors je fais un effort pour rejoindre le groupe devant. Ce sera difficile mais je profiterai de l'abri de ce gros peloton jusqu'à Condé-sur-Vesgre. Là dans la longue ligne droite je laisse partir les plus rapides et je passe ensuite de groupe en groupe car je préfère laisser passer ceux qui oublient de ralentir quand ça monte. Dans les villages les riverains ont sortis les tuyaux d'arrosages, bidons et bouteilles pour nous ravitailler en eau car il fait très chaud et c'est très apprécié. J'en profiterai peu après Châteauneuf en Thymerais. Voilà Longny-au-Perche, 120 km, faits en 4h15 soit 15 mn de plus qu'en 2007, on voit que le vent défavorable nous a un peu ralentis. Les côtes passeront mieux qu'il y a 4 ans et voici Mortagne à la tombée du jour. Victor me double dans la côte à l'entrée de la ville, il est parti dans la troisième vague à 16h40, il compte s'arrêter le moins possible avant Brest, il est parti pour faire un très bon temps. Arrêt bref, mais l'eau coule très lentement pour remplir les bidons et il y a foule.

Je retrouve des groupes avec des Italiens et un Canadien avec une belle randonneuse « Boulder ». Un peu plus loin je bavarderai avec un danois. Malgré la nuit il fait encore chaud et on reste en tenue légère. Peu après minuit voilà le contrôle de Vilaines-la-Juhel. Très bien organisé avec de nombreuses toilettes et des robinets à l'extérieur. L'eau est très fortement chlorée et n'a pas bon goût, heureusement que les pastilles citronnées changeront ça.

Vilaines-la-Juhel – Fougères

Toujours en tenue courte je repars et les groupes commencent à s'éclaircir. Par moment je suis seul et je m'arrêterai vers 2h00 pour une petite pause et pour mettre des manches car il fait un peu plus frais. Avec la chaleur j'avais des difficultés à manger du solide alors il est temps d'avalier une nourriture consistante. Malgré l'heure matinale il y a encore du monde dans les villages pour nous encourager. Le contrôle à Fougères est calme il n'y a pas trop de monde, j'en profiterai pour me masser les jambes car après 300 km les muscles sont un peu moins frais qu'au départ.



Fougères à 4h30.

Fougères – Tinténiac

Etape courte et peu vallonnée, tout va bien. En arrivant au contrôle je croise Sina et Bruno de l'ACBO. Ils sont partis dans la troisième vague et ont du me doubler dans la nuit. Sina pense avoir roulé trop vite et est un peu fatiguée. Ils repartent en me disant à tout à l'heure. Sachant qu'ils m'ont repris environ 45 mn depuis le départ je me demande si je les reverrais. En repartant je croise Claude de Bois Colombes il semble encore bien, il avait abandonné en 2007, il serait bien qu'il finisse cette année (ce ne sera malheureusement pas le cas).

Tinténiac – Loudéac

Le jour s'est levé, c'est plus agréable de voir le paysage, même si les premières vues sont pour l'antenne de diffusion sur la colline de Bécherel. Je vois deux cyclos au loin et je pense que ce sont Sina et Bruno. Nous roulons à la même vitesse, heureusement voilà le contrôle secret à Quédillac, nous repartirons ensemble et ferons route commune jusqu'à Carhaix sur le chemin du retour. Trois randonneuses Singer voilà qui donne envie à Sina qu'on se fasse photographier ensemble quand nous rencontrons une équipe de Maindrü. Au contrôle une restauration rapide propose saucisse-galette, pas très diététique, mais il faut manger un peu de solide alors je me laisse tenter, il faut aussi satisfaire le goût.



Loudéac – Carhaix

Encore une étape difficile avec une succession de côtes. Bruno profite au maximum des descentes et je prends plaisir à rouler avec lui. On assure les relais et nos compagnons apprécient, il faut insister pour qu'ils passent un peu devant pour nous relayer. Le vent est défavorable et ça fait du bien de s'abriter un peu aussi.

A Carhaix on ira déjeuner au self et l'arrêt se prolongera, on se prépare à attaquer le Roc Trévezel point culminant de la randonnée à 346m.

Carhaix –Brest

La montée au Roc Trévezel se fait sous le soleil mais le ciel se couvre légèrement, une tendance orageuse fait son apparition. Le panorama au sommet se perd dans la brume, on devine à peine où se trouve Brest. On commence à croiser les premiers groupes sur le chemin du retour, mais les tous premiers sont déjà passés sur la partie du parcours spécifique à chaque sens. Voilà un gros groupe avec quinze à vingt maillots blanc et bleu que nous s'identifions pas, on croise Jan des randonneurs de Seattle et le tandem de Jean-Galbert et Geneviève, rapide salut car nous sommes dans la descente vers Sizun. Le parcours vers Brest est sinueux et dans le groupe la fatigue semble se faire sentir.



Arrivée au Roc Trévezel



Brest au pont Albert Louppe



Au fond la rade de Brest

Arrêt photo au pont Albert Louppe puis à la pancarte « Brest ». Il reste environ 10 km pour un circuit touristique dans la zone portuaire et vers l'Amirauté et enfin la montée par la rue du château qui nous amène au contrôle. L'intérêt de cette boucle passant par le port et ses rails ne séduit pas les cyclos, les étrangers ne comprennent pas pourquoi on fait un tel parcours dans Brest. Le site du contrôle est moins bien que celui de 2007, il faut davantage marcher et on y perdra un peu de temps.



Voilà, il n'y a plus qu'à rentrer à Paris Restauration à Brest



Envoi de messages aux familles

Début du retour vers Paris

Brest - Carhaix

On repart vers 20h00. A Landerneau on retrouve Victor avec un genou abîmé, c'en est fini de ses ambitions de faire un temps, mais il veut essayer de finir « tranquillement » avec nous. Il me semble que nous ne roulons pas tranquillement et faire 600 km dans son état n'a pas l'air très raisonnable. Il s'arrêtera d'ailleurs rapidement conscient de son incapacité à finir, même en acceptant une certaine douleur.



Dans les rues de Brest le retour est lancé

Vers Sizun la route est très mouillée, il a du pleuvroir abondamment. Nous ne recevons que quelques gouttes mais quand on retrouve le parcours commun à l'aller et au retour je suis ébloui par les lumières des cyclos arrivant en face. C'est décidé je m'arrêterai dormir à Carhaix. Il sera un peu plus de minuit, une bonne heure pour se reposer.

Sina et Bruno se sentent bien et décident de continuer au moins jusqu'à Saint-Nicolas du Pélem où est organisé un ravitaillement/hébergement. Au dortoir de Carhaix, aménagé dans un gymnase il ne reste plus que des matelas sans couverture, tant pis je m'en contenterai. Une bonne douche et au lit pour un réveil demandé à 5h30. Il fait frais et je me réveillerai plusieurs fois. Quelques minutes avant 5h00 je décide de me lever. Il ne pleut plus. Après un petit déjeuner c'est reparti pour ma deuxième étape qui pourrait être la dernière si le sommeil ne se manifeste pas avant Saint-Quentin-en-Yvelines.

Carhaix - Loudéac

Il fait encore nuit et il y a un peu de brume, plus quelques gouttes de pluie par moment. J'ai beaucoup de mal à voir la route quand arrivent des cyclos en face. Je suis parfois obligé de freiner en ligne droite pour assurer ma trajectoire. Enfin un peu avant 7h00 le jour se lève et c'est reparti.

Arrêt bref à Saint-Nicolas du Pélem où je ne vois pas les vélos de Sina et Bruno. Cette étape est difficile mais la forme est plutôt bonne.

Loudéac - Tinténiac

A Loudéac je ne m'attarde pas non plus, il reste encore une étape difficile jusqu'à Tinténiac. Je fais juste un passage par la restauration rapide pour assurer une réserve afin de passer les côtes sans risquer la panne sèche. Sur la route je croise encore beaucoup de monde, tous ne termineront probablement pas dans les délais. Au fil des côtes je change de compagnon, un français de la Rochelle me propose de finir ensemble mais il grimpe trop vite pour moi. Voici le contrôle secret à Illifaut, les gens du cru sont au ballon de rouge ou de blanc, pour moi ce sera un Pepsi. L'antenne de Bécherel apparaît à l'horizon avec la dernière grande difficulté de cette étape. Ensuite c'est une longue ligne droite en descente vers Tinténiac.



Tinténiac - Fougères

Etape facile, le vent favorable est bien établi ça roule à un bon rythme.

Arrivé à Fougères je décide de faire une halte à la restauration rapide pour recharger l'estomac car l'étape suivante est encore bien pourvue en côtes. Je vois les vélos de Sina et Bruno, mais ils sont introuvables. En fait ils sont couchés dans l'herbe devant la restauration et se reposent. Sina se relève quand je sors, elle se rallonge mais je l'interpelle pour savoir s'ils pensent repartir bientôt. Elle dit qu'elle est prête, on interroge Bruno, il est aussi prêt.



Fougères - Vilaines-la-Juhel

Dans la première côte un groupe nous double très rapidement, je reste sur mon rythme, ils ne tarderont pas à craquer et je finirai par les repasser. Sina me dit que c'est trop rapide pour elle, il vaut mieux que je ne les attende pas. Tant pis mais c'est vrai que je me sens bien et les kilomètres défilent. Je rencontre un danois qui habite en Suisse, il roule un peu vite pour moi mais il pense qu'il faut qu'il réduise sa vitesse alors il propose que nous roulions ensemble. C'est sympa, mais à l'approche de Vilaines il me distancera dans les dernières côtes.

A Vilaines-la-Juhel l'ambiance est toujours aussi joyeuse. Je fais quelques photos, ce qui me vaut des commentaires de l'animateur qui s'impatiente de me voir arriver.



Avant la nuit et les 220 km restant à parcourir je ferai mon deuxième vrai repas à la restauration où il n'y a presque personne. Le service est parfait, les gens sont aux petits soins pour nous.

Vilaines-la-Juhel – Mortagne au Perche

Je repars juste avant la nuit, le vent n'est pas tombé et c'est très bien. Les routes sont très belles avec des bandes blanches très visibles alors ça roule comme en plein jour. Tout va bien je commence à songer à une belle amélioration de mon temps de 2007. Il y a de moins en moins de monde sur la route et je serai souvent seul sur cette étape. L'arrivée sur Mortagne est plus facile qu'en 2007, la forme est bien meilleure, les côtes sont avalées avec une certaine aisance.



Contrôle dans le décor de l'hôtel de la bouteille pour rappeler le pointage à Mortagne du premier Paris-Brest-Paris en 1891.

Dernier massage des jambes avant de passer à la restauration rapide. Il y a des cyclos qui dorment dans des postures plus ou moins confortables. Pour moi ça va, je peux repartir confiant pour la suite.



Mortagne – Dreux

Nous sommes plusieurs à partir ensemble, mais dans les côtes ça se disperse. Un néerlandais me rattrape et reste à ma hauteur, je comprends qu'il apprécie mon éclairage puissant. Il ne parle pas anglais et seulement quelques mots de français mais il est sympa et apprécie ma compagnie. A un moment je voudrais ralentir et le laisser partir pour ne pas le retarder mais il ralentit pour m'attendre et je n'arrive pas à me faire comprendre. Finalement je fais un effort pour passer ce moment de baisse de régime et ça va mieux en arrivant vers Dreux.

L'arrivée sur le contrôle est toujours aussi compliquée, mais de nuit c'est plus supportable que de jour. Mon équipier me fait comprendre qu'il veut repartir très rapidement, il est en train de réaliser son meilleur temps pour son troisième Paris-Brest-Paris et il ne veut pas perdre une seconde. On prend le temps de manger un gâteau avec un chocolat chaud et c'est reparti, objectif Saint-Quentin vers 7h00. C'est faisable mais il ne faut pas traîner.

On rattrape un groupe à peine moins rapide que nous, je propose de le dépasser mais mon équipier me dit : « ça va ». Dommage car ce groupe roule finalement assez mal et je prendrais mes distances car je redoute qu'il y ait un accrochage avec chute. Finalement mon équipier repasse devant, j'y vais aussi et ça roule bien mieux à mon goût. La côte de Gambaiseuil arrive, elle passe très bien, mais quelques cyclos de province ne connaissant pas la route et ayant peur de se perdre à l'approche de Guyancourt demandent qu'on les attende. On finira donc ensemble à 7h05 avec les premiers rayons du soleil.

Claude Galvaing est au contrôle d'arrivée et je retrouve Patrick qui a suivi ma progression sur Internet et est venu m'accueillir avant d'aller travailler au technocentre Renault à proximité. Claude Morel est là aussi, il me propose de me ramener à la maison en voiture, mais il me dit aussi qu'il doit être de retour au gymnase à 9h00 pour reprendre du service en tant que bénévole. Je le remercie d'être venu, mais ça me semble bête de faire un aller-retour pour me ramener alors que je suis encore capable de rentrer à vélo.



Les gradins du gymnase des Droits de l'Homme transformés en dortoir.



Le retour par le parc de Versailles et les bords de Seine sera bien agréable.

Arrivée à la maison à 9h00. Douche et au lit à 10h00 pour une bonne journée de sommeil. Qui sera suivie par une bonne nuit de sommeil me permettant d'aller travailler le lendemain.

Voilà c'est fini, ça c'est très bien passé et l'impression est bien meilleure qu'il y a quatre ans. J'ai pu rouler dans un certain confort, puisque sec et dans une température modérée, sauf durant les premières heures excessivement chaudes. J'ai roulé avec plus de monde qu'en 2007 et globalement les cyclos étaient plus bavards. Tout le monde était moins fatigué et cette édition restera un très bon souvenir.

J'ai aimé :

- Les gens au bord de la route toujours aussi sympathiques,
- L'eau généreusement offerte dans la chaleur du départ dimanche après-midi,
- Avoir plus de compagnie qu'en 2007 et avec des gens plus causant qu'en 2007 sous la pluie,
- La poussée du vent dans le dos au retour,
- La puissance de mon éclairage avant,
- L'accueil dans les villes contrôle avec toujours une mention spéciale pour Vilaines-la-Juhel.

J'ai moins aimé :

- La chaleur torride du départ,
- Le vent défavorable à l'aller,
- Les cyclos sachant s'abriter mais refusant de prendre des relais pour abriter un peu les autres,
- Les puissants éclairages des cyclos arrivant en face.

Merci à Sina pour les photos illustrant le bout de chemin parcouru ensemble

La cérémonie de clôture



Les principales autorités des communes et de la communauté de communes de Saint-Quentin-en-Yvelines sont invitées à exprimer leur plaisir d'accueillir cette manifestation internationale depuis 20 ans et on sait qu'on peut encore compter sur eux pour la prochaine édition dans 4 ans.



Le Président de la FFCT remercie l'ACP pour la qualité de l'organisation



Lily Herse marraine de l'épreuve est accueillie avec un tonnerre d'applaudissement pendant que Jan traduit en anglais.



Et pour finir les bénévoles sont chaleureusement remerciés pour tout le travail accompli

Quelques remises de trophées :



Au plus ancien ayant terminé cette année : 81 ans, c'est le plus âgé ayant jamais terminé un Paris-Brest-Paris.



Au plus jeune, âgé de juste 18 ans.



Le mot de la fin pour Thierry Rivet Président de l'Audax Club Parisien.



Et puis ça se termine autour du buffet.

Claude profite alors d'un moment de répit, mais sa journée n'est pas encore finie, les derniers randonneurs ne sont pas encore arrivés, il faut continuer de les accueillir.

Gérard Grèze

LEVALLOIS - HONFLEUR

Samedi 10 septembre 2011

Le samedi 10 septembre 2011, le rdv était pris au lieu habituel de rencontre de l'ABEILLE, mais à 5h30 du matin !!! C'est peut-être une des raisons pour laquelle nous sommes partis à quatre : GERARD, THIERRY, OLIVIER et moi.

Nous nous apprêtons à rejoindre, par nos propres moyens LEVALLOIS pour une longue journée. Au départ de RUEIL, après une rapide visite technique de nos vélos, un des participants s'aperçut qu'il n'avait pas son casque, retour chez lui rapidement et je ne dirais pas qui !!! Une douzaine de kilomètres plus tard,

arrivés au stade Marcel CERDAN là, des dizaines de participants attendent pour récupérer leur dossier. Grâce à l'expérience de notre Président, nous n'attendons pas longtemps pour effectuer ces formalités.



Le départ de Levallois



Aux alentours de 6h30, les quatre ABEILLES s'envolent vers leurs circuits habituels pour un premier contrôle vers 8h30 au château de THOIRY (km 46 et déjà un dénivelé de 383 m)

Une petite collation agréable nous attendait, sous le soleil qui nous ne quittera pas de la journée.

Deux coéquipiers perdus dans cette foule, nous les attendons. Nous décidons enfin de continuer à deux pour les attendre plus loin. A ce moment, un instant d'inattention de ma part aurait pu mettre fin à cette belle randonnée : un peloton a surgi sur ma gauche pour éviter une automobiliste, et je me suis retrouvé bloqué, bousculé, mais le pire a été évité.

Les grandes distances font faire des rencontres

Après quelques km les quatre ABEILLES se rejoignent au second ravitaillement aux environs de 11h45 au km 119.



Arrivée à Gaudreville

Un panier repas nous attendait avec boissons à profusion. Mauvais choix pour ma part, et l'effet ne s'est pas fait attendre.

Il ne restait plus qu'une centaine de bornes pour rallier Honfleur, ville qui a vu naître Alphonse ALLAIS et, un pour la "petite histoire", Frédéric Sauvage, inventeur de l'hélice de bateau, l'aurait testée et mise au point dans les bassins honfleurais.

Sur le parcours, nous avons rencontré des gens sympathiques, et des équipes très motivées. Certaines, du fait de leur importance, avaient leur assistance, par exemple ASSPP, qui était très bien organisée, toujours regroupée et une bonne intendance.

Merci à mes trois coéquipiers, qui m'ont attendu et sans eux l'épreuve serait devenue un calvaire.



Pique-nique du midi



A 20 km de l'arrivée



Crevaision d'Olivier

Le dernier ravitaillement était à Appevilles dit ANNEBAULT au km 179 et avec 850 m dénivelé.

Après la petite halte récupératrice, et les 30 derniers kms s'annonçaient tranquilles, mais c'était sans compter sur les descentes et les montées !!!

Si près du but et une crevaision vite réparée! La seule durant tout le parcours, et non une "halte diplomatique" comme le dit notre bon président.

Enfin nous passons au pied du pont de NORMANDIE, la destination finale est à portée d'un dernier coup de pédales.

Arrivés fatigués, pour cette première et sous le soleil, mais heureux d'avoir effectué nos premiers 200 km, OLIVIER et moi apprécions les encouragements de nos brillants randonneurs du PARIS BREST tout au long du parcours.



Au grenier à sel, Olivier retrouve sa famille



Quatre abeilles contentes d'être arrivées



Le repos du guerrier



La récupération



Souvenir du vieux bassin de la lieutenance

Merci chaleureusement à mes trois coéquipiers.

Eric Lesieur

"AUX MARCHES DE BRETAGNE " à Saint Aubin du Cormier.

WE des 17 et 18 septembre 2011
Organisé par Françoise LISSONNET.

L'organisation d'un WE en Bretagne, remonte aux temps bien lointains... Il fallait donc une autochtone pour renouer les liens étroits que L'Abeille entretient avec cette magnifique région, reine du cyclotourisme. Françoise Lissonnet s'en est brillamment chargé. Comme le plus souvent maintenant, des participants arrivent vendredi soir : Annick et Dany, Catherine et René, Michel et Jocelyne, puis Jean-Pierre.

Le centre ville de Saint Aubin du Cormier est en plein travaux d'embellissement mais Françoise a tout prévu : "Garez vos voitures sur la place de la mairie, vous avez des commerces pour approvisionner le pique-nique de demain. L'hôtel La grosse Roche est tout proche avec un local pour les vélos, vous êtes attendus pour dîner, j'ai donné la liste..." Quoi demander de plus ? Et tout se passe ainsi dans la plus grande simplicité, comme entre amis Bretons. Par exemple, à l'apéro, une corbeille de noisettes du jardin attend que l'on se serve, après l'entrée de crudités, la patronne nous apporte la terrine de rillettes maison ... Bonne adresse !

Samedi matin, nous finissons à peine le petit déjeuner, que Françoise et Patrick, nos dévoués organisateurs, arrivent, suivis par les autres participants : Edwige, Maxime et Gérard, des amis de Françoise dont un ancien de L'Abeille Jean-Claude Brasseur, un couple, et deux autres dames, tous de joyeux et vaillants cyclos.

Le temps est nuageux, un peu frais, la joie de vivre est bien présente. Par les pittoresques petites routes d'Ille-et-Vilaine à profil, certes assez vallonné, nous cheminons vers Fougères (1° PBF). L'environnement du château est en effervescence, c'est la journée du patrimoine, la visite est gratuite. Nos vélos bénéficient d'un parking dans la première cour du château.



Jean-Claude, un ancien de L'Abeille.



Le château de Fougères.



Parking à vélos du château.

L'impressionnant édifice médiéval XI° / XV° siècle est remarquable. C'est l'une des plus grandes forteresses d'Europe, bâtie sur deux hectares et dotée de treize tours, ceci sur un promontoire rocheux émergeant d'un marécage. Aussi, offre-t-il un panorama exceptionnel, vu qu'une partie de la ville le surplombe. Il est le fleuron du duché de Bretagne, maintes fois assiégé, ruiné mais reconstruit. Notre très chevronné guide nous fait découvrir dans le détail l'intérêt architectural du site, auquel s'ajoute la richesse des souvenirs historiques et guerriers.

Nous prenons le temps de traverser la cité "pédibus", montons sur nos vélos et tandems jusqu'à Parcé où le plan d'eau nous offre un cadre idéal pour pique-niquer au milieu des pêcheurs. Une petite bénédiction de quelques gouttes précipite un peu la fin de repas.



Pique-nique à Parcé



Les organisateurs

Le peloton se divise, ceux qui font le parcours nominal par Vitré (2° BPF) et ceux qui raccourcissent depuis Chatillon en Vendelais pour rentrer plus directement à Saint Aubain du Cormier, toujours par les pittoresques petites routes d'Ille-et-Vilaine à profil, bien vallonné.

Pour les autres la visite du château de Vitré (XI° / XV°) est plus sommaire qu'à Fougères. C'est un puissant château fort construit, reconstruit, aménagé, transformé au fil des siècles.

En 1569 la forteresse résiste à un siège de 5 mois du Duc de Mercœur. Au XII° il se dégrade, la tour Saint Laurent s'effondre et un incendie accidentel détruit le logis seigneurial...

Il est acheté par l'état en 1875. De nos jours, l'hôtel de ville de Vitré est installé à l'intérieur de l'enceinte dans un bâtiment reconstruit en 1912 selon les plans du logis médiéval.

Le retour humide, se fait par Champeaux (vieux puits 1601) et Chatillon en Vendelais. A partir du milieu d'après-midi, il pleut même très fort sur les deux itinéraires. Le cyclotourisme n'est-t-il pas un sport tous temps !

La soirée est à l'image des prévisions de Françoise : notre hôtesse nous a concocté un petit dîner succulent, copieux et recherché. Les 13 convives, non superstitieux, apprécient cette fête. A noter, cependant que, pour conjurer le sort des 13, nous invitons notre hôtesse, son mari et la serveuse à l'apéro, ainsi à 16 le compte est bon. Aussi, nous chantons en cœur, y compris et surtout, une composition de notre cru pour honorer et remercier les organisateurs.

Dimanche le ciel est couvert, on fera avec ! Patrick et Françoise en tête, heureusement, nous partons sur de petites routes des plus paisibles pour rejoindre Saint Aubin "La Balue" à une trentaine de Km.

"Mon dieu que la campagne est belle !"

Mais le château de La Balue, ça ce gagne, il se laisse voir et désirer depuis le bas, la montée est, disons raide... Ce magnifique château du XVIII° siècle essentiellement restauré et aménagé par la famille Artaud (éditions) et les propriétaires actuels, accueillent aujourd'hui des pensionnaires, probablement aisés, dans cinq chambres de prestige.

La propriétaire nous reçoit elle-même et nous commente avec passion la longue histoire de ce château. La propriété doit aussi sa notoriété aux prestigieux jardins, entretenus, taillés avec la plus grande minutie. En premier lieu, nous les visitons individuellement; le panorama exceptionnel nous enchante, il est constitué par les vallons et vallées verdoyantes environnants. La propriétaire nous fait ensuite visiter l'intérieur. C'est, en même temps, très beau, luxueux, fonctionnel et douillet. Par exemple, la table du salon était dressée pour le petit déjeuner avec porcelaine, cristal, argenterie, nappes et serviettes brodées, fleurs fraîches et séchées...

La visite se termine avec près de deux heures de retard sur l'horaire imaginé !



Pique-nique au château de la Balue.

Et il pleut abondamment !!! Spontanément, la propriétaire nous propose de pique-niquer sous la véranda, quel bonheur ! C'est là, que l'organisation Bretonne nous épate : Françoise et ses amies, sortent des paniers : crudités, salades diverses, jambon, rôti de porc, rosbif, puis gâteaux et crêpes... arrosés de cidre et de vin. Ce n'est pas beau la vie !

Le temps de prendre le café et la pluie cesse. Vu l'heure avancée le circuit nominal allant au BPF de Combourg, berceau du romantisme immortalisé par Châteaubriand, a du plomb dans l'aile et pourtant... Gérard et Maxime veulent ce BPF et s'élancent courageusement sur cet itinéraire. Les autres, rentrent plus directement à Saint Aubin du Cormier.

Quel bon WE en Bretagne ! Merci de tout cœur à Françoise en particulier ainsi qu'aux participants locaux et de l'Abeille pour avoir roulé (et festoyé) dans cette superbe région, avec l'ambiance club que nous chérissons tous.

Il est alors temps de se dire Kenavo !

La plupart rentrent chez eux, tous heureux. Pour ceux qui restent : Gérard, Maxime, Catherine, René et J.C Brasseur, nous sommes invités à dîner chez Françoise et Patrick. Nous prolongeons ainsi notre bon WE par une soirée que nous apprécions pleinement.

PS : Lundi matin Gérard et Maxime, qu'accompagne JC Brasseur partent pour un BPF supplémentaire : " Le Grand Fougeray." On a appris par la suite que la route était longue et un peu arrosée...

René Laoué

Séjour au Lac du Der

Assemblée Générale de l'Amicale Cyclo Tandémiste

14 au 16 octobre 2011

Vendredi midi nous arrivons au centre sportif de la base de loisir de Giffaumont où Christine et Patrick organisent l'assemblée générale. Mais à cette saison il faut aussi en profiter pour randonner un peu, d'autant plus que la météo nous a promis un week-end ensoleillé.

Une randonnée sur le circuit des églises à pans de bois et des vitraux du XVI^e siècle était programmée dès ce matin, mais nous avons prévu de quitter Paris après le rush des travailleurs aussi nous avons rendez-vous à la brasserie du Der à Montier en Der.

Après un pique-nique au bord de lac du Der nous partons sur les traces du groupe en compagnie d'un cyclo de Saint-Dizier à vélo couché. Il nous accompagnera jusqu'à Puellemontier où nous retrouvons le peloton de tandems. Visite de l'église en pierre dans laquelle on peut admirer des vitraux de l'Ecole Troyenne.



Vitraux de l'église Notre Dame en sa Nativité de Puellemontier



Eglise Notre Dame de l'Assomption à Droyes

Encore quelques coups de pédales nous arrivons à Droyes pour visiter une autre église en pierre. Enfin voici Montier en Der, site BPF où nous visitons l'église abbatiale avant de nous rendre à la brasserie.



Eglise abbatiale de Montier en Der



La Dervoise bière artisanale à consommer avec modération pour retrouver le chemin du centre d'hébergement

Tout le monde écoutera attentivement les explications du brasseur artisanal, mais ensuite ce sera la ruée sur la dégustation de la Dervoise. Blanche, blonde, ambrée, il y en a pour tous les goûts. La livraison des achats au centre sportif négociée nous pouvons passer commande ; pour nous ce sera de la bière ambrée.

Retour à la base de loisirs. Un panneau nous fait douter de la direction à prendre, mais nous ne nous laisserons pas tromper. D'autres s'y méprendront et nous devons attendre que Christine ait récupéré toutes ses ouailles pour qu'elle nous guide vers notre chambre.

Douche chaude et promenade au bord du lac avant le dîner très animé car chacun a ses dernières aventures de tandemiste à raconter.

Samedi matin pendant que Christine et Patrick accueillent de nouveaux participants nous irons faire une promenade à pied pour observer les grues cendrées. Ce sera aussi l'occasion de nous documenter sur la « construction » et les activités autour du lac du Der et aussi pour visiter le village de Giffaumont où nous voyons le plan d'évacuation en cas de défaillance des digues.

Les supporters de l'équipe de France de rugby passeront un moment de stress intense en regardant les joueurs se qualifier dans la douleur pour la finale de la coupe du monde.

A 14h00 rendez-vous pour le tour du Lac du DER-CHANTECOQ. Nous sommes nombreux alors Christine nous rappelle quelques règles de sécurité. Le parcours est facile, dénivelé proche de 0 pour environ 40 km.



Eglise de Giffaumont

Christine rappelle les consignes de sécurité

Retour par une passerelle métallique

Avant de rentrer au centre un détour s'impose par la presqu'île de Champaubert où apparait le seul vestige du village englouti par les eaux. A côté une stèle rappelle les trois villages engloutis sous les eaux du lac du Der en 1974, Champaubert-aux-Bois, Nuisement-aux-Bois et Chantecoq.

Retour par une passerelle à claire-voie qui donnerait l'impression de rouler dans le vide s'il n'y avait un bruit de roulement important.

Le soir projection des photos des principales organisations des tandemistes de l'année.

Dimanche matin assemblée générale. Vincent prévient qu'il faut finir à l'heure sous peine de passer au déjeuner sans passer par le pot préliminaire. Bref ainsi présentée l'assemblée générale se déroulera sans encombre et avec juste les questions suffisantes pour respecter l'horaire.



L'après-midi nous disons au revoir à ceux qui doivent déjà repartir. Les autres profiteront d'une chaude journée pour faire une randonnée d'une quarantaine de kilomètres dans la campagne, en direction de Wassy où une exposition de carte postale et de photos des trains à l'époque de la vapeur et des petites lignes régionales.

Un événement historique nous est aussi rappelé avec une vieille grange qui a été le lieu d'un « Massacre » de protestants par les soldats du Duc de Guise, le 1^{er} mars 1562, qui est considéré comme le début des guerres de religion.

L'église présente une façade inhabituelle avec une toiture perpendiculaire à la nef et deux tours massives. Construite au XIII^e siècle elle a subi plusieurs destructions et reconstructions



Grange et église de Wassy

Diner au centre pour le groupe ne repartant que lundi.

Lundi matin un brouillard très dense s'est posé sur la région et la visibilité est très réduite. Enfin nous avons profité d'un week-end exceptionnel pour la saison.

Merci à Christine et à Patrick pour cette belle organisation.

Gérard Grèze

Flèche Paris-Calais 22 octobre 2011

Partir pour cette flèche s'est décidé rapidement. La météo annonce un week-end ensoleillé, la semaine de travail paraît longue ...

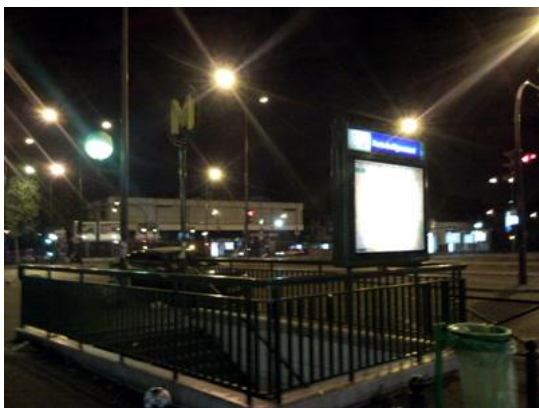
Le jeudi soir, je me décide pour le samedi : c'est sans doute la dernière occasion avant l'hiver de faire une longue distance sous le soleil. Je prépare donc le vélo, charge le parcours dans le GPS, imprime les horaires des trains pour le retour et établit un plan de marche.

Rueil-Malmaison : km 0 - 2h45

Lever à 2h00, une courte nuit mais c'est nécessaire si je veux attraper un train à Calais pour un retour ce soir à Rueil. Il me faut une marge suffisante: je crains d'être ralenti par un vent du nord ou d'est sur la Côte d'Opale, ce qui est fréquent quand nous avons ce beau temps.

Le froid me saisit : il fait -1°C dans le jardin. Le ciel est dégagé, les étoiles bien visibles, mais la lune, à son dernier quartier, n'éclaire pas beaucoup.

J'ai mis un trajet direct vers la Porte de Clignancourt dans le GPS pour ne pas perdre de temps et je pédale vivement pour me réchauffer.



Départ de Paris

Paris Porte de Clignancourt : km 13 - 3h30

A part l'hôpital Bichat, je connais peu cette partie de Paris. C'est très animé en journée, et... encore assez animé à cette heure-ci.

Un groupe de jeunes s'approche, ça m'inquiète un peu mais ils ne cherchent qu'un kebab, un dernier endroit pour finir la nuit.

Je m'élançe plein nord. Après quelques intersections, je deviens très prudent aux feux : je comprends qu'un feu rouge à cette heure n'est plus qu'une sorte de "laisser le passage" pour les voitures. Ce qui signifie a contrario que pour un vélo, un feu vert devient un stop.

Je dois rouler plusieurs kilomètres sur des routes en travaux, à cause des allongements de lignes de tramway/métro en cours. A partir de Groslay, c'est la sortie de la banlieue dense, je roule plus vite, mais je sens aussi qu'il fait plus froid.

Beaumont/Oise : km 51 - 5h00

Je poste une carte postale en guise de pointage à Beaumont/Oise. Comme celle-ci doit aller à Mours (bourg voisin), elle ne fera pas beaucoup de chemin !

Il fait très froid dans la campagne : à Bresles, à la hauteur de Beauvais, l'herbe de l'accotement est blanche comme s'il avait neigé. Il fait -5°C. Mes pieds s'engourdissent, ailleurs je suis bien.

Le parcours slalome sur de petites routes de campagne et il y a de fréquents changements de direction. Le GPS me rappelle à l'ordre plusieurs fois alors que j'avais oublié de tourner. Heureusement car je n'ai surtout pas envie de retirer mes gants pour regarder la carte. C'est agréable de voir le ciel s'éclaircir à l'est : l'âme se réchauffe avant le corps.

Conty : km 133 - 8h45



Je suis content d'arriver à Conty car le froid aux pieds est devenu désagréable. Je fais une visite rapide de la ville : sa boulangerie et son bar de la mairie. Je me réchauffe dans le bar, et j'y resterais bien plus longtemps mais il faut repartir. De retour dehors, le froid me saisit, il fait encore -2°C. Je traverse la vallée de la Somme à Hangest/Somme entre Amiens et Abbeville. Je prends une photo rapide de la perspective du canal de la Somme s'en allant vers Abbeville puis la mer.

Le canal de la Somme

De Flixecourt à Gorenflous, le parcours emprunte alors des routes tortueuses et

parfois très raides : beaucoup de petites côtes à 8-10% qui cassent le rythme. La campagne picarde est superbe sous le soleil: des champs en légère pente, quelques bosquets d'arbres et des éoliennes qui trouvent en hauteur un vent que je ne sens pas au sol. Campagne picarde

Il fait maintenant bien meilleur au soleil même si la température n'est que de 5°C. Le cuissard et les chaussures noirs absorbent les rayons même faibles.



Crécy-en-Ponthieu : km 202 - 12h15

C'est le siège de la bataille de Crécy (1346), où l'indiscipline des chevaliers français mena leur camp au désastre. Je retrouve le restaurant où j'ai mangé en mai lors du BRM 400 de Mours. Mais il est en "congé annuel". Je me replie sur un bar qui fait snack et je fais 45 minutes de pause, sous la stupeur résignée des piliers de bar locaux.

Je repars en passant à côté du site de la bataille : s'agissant d'une défaite française, il n'y a pas grand' chose à voir.

En passant un pont sur l'Authie, je passe de la Somme au Pas de Calais, changeant également de région. Clin d'œil: le bourg coupé par le fleuve (l'Authie se jette dans la Manche au sud de Berck) s'appelle Nampont St Martin côté Somme, et Nempont St Firmin côté Pas de Calais.

A quelques kilomètres de Berck, je monte plein nord sur une route plate. Il fait beau, c'est le début des vacances de Toussaint, la mer est proche : il y a donc beaucoup de circulation. Je traverse la Canche et j'arrive à Etaples.

Etaples : km 244 - 15h00

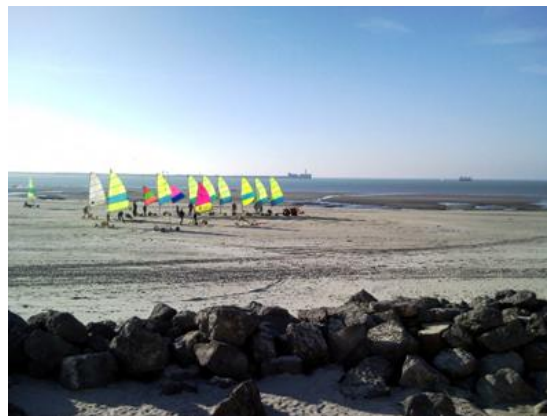


Je prends une photo rapide du port sur la Canche, premiers bateaux que je vois.

Le trajet longe la rive vers l'estuaire où se trouve Le Touquet. Je pointe à l'office du Tourisme situé dans un superbe bâtiment en bois. Après Etaples, le parcours emprunte jusqu'à Calais la D940, une route côtière fréquentée.

Heureusement, jusqu'à Neufchâtel-Hardelot, une belle piste cyclable longe cette route entre dunes et forêt.

Je traverse Outreau puis Boulogne/Mer. A la sortie de Boulogne, je m'arrête 5 minutes pour regarder la plage : des chars à voile et des véliplanchistes profitent du vent d'est.



Etaples

Ce vent sera de plus en plus défavorable à mesure que mon parcours va s'incurver du nord vers l'est.

Après Boulogne, la route monte et descend sur les falaises.

Un cycliste me double et semble m'attendre, j'accélère un peu, ça peut être sympa de discuter un peu, mais quand il me voit approcher, il accélère. Je laisse tomber le petit jeu: j'ai 280 km au compteur.

Audresselles : km 286 - 16h45

Ce bourg semble surtout constitué de résidences secondaires. Boulogne

Je pointe à la boulangerie et m'offre un petit bonheur : un goûter au soleil, face à la mer et à l'abri du vent (en rentrant à Rueil, je m'aperçois que le tampon de la boulangerie n'indique pas Audresselles mais Wimereux, le bourg d'avant, grrrrr !)

Il me reste la route "des falaises" entre le Cap Gris Nez et le Cap Blanc Nez et le vent d'est me colle à la route. Derrière chacun des deux caps, ça monte et ça descend pas mal. Un peu de plat et c'est le final derrière le Cap gris nez: deux montées raides, la dernière en lacet comme un col, 8-9% en permanence sur un kilomètre. Après une longue descente, c'est plat jusqu'à la fin. A Sangatte, mes roues passent au dessus du tunnel sous la Manche.

La gare de Calais est bien indiquée dès l'entrée de la ville. La route passe à côté des restes de la citadelle de Vauban. J'arrive à la gare et je vois que l'Hôtel de Ville est juste à côté, avec son beffroi classé au patrimoine de l'Unesco. Ce sera l'occasion d'une photo.



Calais gare : km 318 - 18h05

L'employée du guichet m'annonce que le train que je voulais prendre n'existe pas. Je lui montre l'horaire que j'ai imprimé la veille sur Internet : elle fait la moue: c'est sur Internet. Je me retiens de lui faire remarquer que le site Web de la SNCF c'est aussi la SNCF, car il me faut toute sa collaboration si je veux rentrer à Paris ce soir (avec mon vélo). Elle me trouve une solution avec TER jusqu'à Lille puis TGV Lille-Paris, arrivée 23h03.

Dans le TGV, ma tenue "de Fantomette travaille dans les travaux publics" attire les regards. Rien de tout ça dans le RER parisien, où plus rien ne surprend.

Retour à la maison à 0h00 - 21h après être parti.

Remarque : L'ACP indique sur la feuille de route un dénivelé de 1641m pour 302 km. Après la flèche, la distance est bien confirmée, mais mon compteur indique pour dénivelé 2613 m et mon GPS 2465 m, ce qui fait un gros écart avec la feuille !

Hôtel de ville de Calais

pour 302 km. Après la flèche, la distance est bien confirmée, mais mon compteur indique pour dénivelé 2613 m et mon GPS 2465 m, ce qui fait un gros écart avec la feuille !

Thierry Streiff

VTT-VÉLO-MARCHETTE A LORRIS

29, 30, 31 octobre et 1er novembre 2011

Organisation : Gérard Grèze

Compte-rendu par Catherine, Edwige, Robert et Thomas

Samedi 29 octobre

Groupe vélo de route

Les retrouvailles se font vers 10 h au gîte des potes, nous sommes 26 soit 22 au gîte et 4 en extérieur.

Juste le temps de descendre bagages et vélo. S'agissant d'un WEEK END à la carte les groupes se forment et pour ce premier jour, c'est le groupe des marcheurs qui sera le plus fourni. Le groupe de vététistes restera le plus homogène pendant tout le WE. Le groupe des rouleurs est aujourd'hui composé des 2 tandems et de 3 vélos.

La première étape sera la vieille halle de LORRIS dont l'origine remonte au XII siècle, reconstruite en 1452 et restauré en 1992 dans cette halle se trouve l'office du tourisme qui renferme notamment un musée d'horloges et de réveils restaurés...

Les 3 groupes se retrouvent à la mairie pour visiter la salle principale avec sa cheminée géante et ses tableaux. Et l'église ensuite...

Les 3 groupes se séparent de nouveau, et nous continuons notre parcours suivant les propositions d'Henri et Chantal Nous retrouvons les vététistes près du canal d'ORLEANS pour le pique-nique, nous nous séparons après le petit café, nous continuons nos tours et détours autour de LORRIS.

Nous nous retrouvons tous le soir autour d'un repas préparé avec soin par le maitre cuistot ...

Edwige Briand

Groupe VTT

C'est mon premier Week-end de plusieurs jours avec " l'Abeille-Cyclotourisme ". Je me pose encore plein de questions mais finis par conclure : "et puis on verra bien !".

Il est 7h30 place BESCHE. Sur le trottoir avec mon VTT et mon sac de voyage j'attends Robert qui a gentiment accepté de partager la route pour nous rendre à LORRIS. Tiens, un vélo sur une voiture. Mais ce sont les COURMONT avec leur tandem sur le toit ! Ils ne me voient pas, je présume qu'ils ne sont pas encore tout à fait réveillés eux non plus !

Robert arrive. Je le reconnais au VTT fixé sur le porte-vélo de hayon. On y fixe également le miens et nous voilà partis vers le sud pour environ 150 km de route. Jusqu'à la petite ville de LORRIS nous trouvons notre chemin sans encombre. C'est après que ça se gâte ! C'est pourtant facile : " Gîte des potes : longitude 2.32.45 E latitude 47.53.23 N ". Et pour ceux qui n'ont pas de GPS ??? Bien sûr nous irons un peu trop loin, jusqu'à La Cour-Marigny. Comme nous sommes 2 hommes, nous ne nous engueulons pas (pardon mesdames). Il paraît que dans d'autres voitures qui cherchaient également leur route au même moment, l'ambiance était tout autre (mais il ne faut jamais croire les " on dit ").



A notre arrivée au gîte, vers un peu plus de 10h, nous sommes accueillis par Gérard avec un " vite - vite, installez vos affaires, départ à 10h30 ". Mais un homme, ça met combien de temps à se préparer, mesdames ?

Nous sommes dans une chambre de 5. Chacun choisit son lit, son coin de rangement et revêt son appareil de lumière jaune et vert" abeille-cyclotourisme ". Robert et moi sommes prêts sur nos VTT ... en avance.

Il est 10h30. Finalement nous sommes 5 vététistes : Claudine, Gérard, Didier, Robert et moi. Nous partons à travers champs pour rejoindre 2 km plus loin la ville de LORRIS. Nous commençons par y visiter l'église Notre Dame qui date du 12e siècle et contient l'une des plus vieilles orgues d'Europe, le plus vieux instrument en fonction de France (1501). Puis nous retrouvons marcheurs et vélos de route pour visiter la halle du 12e siècle ainsi que la mairie.



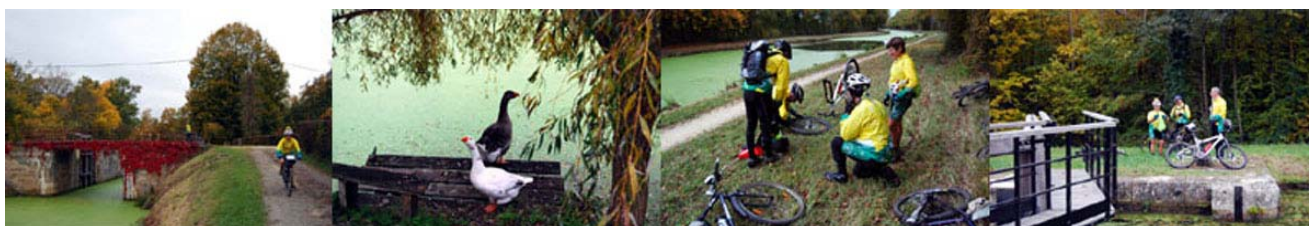
Nous reprenons la route et cherchons un chemin de traverse pour rejoindre le canal d'Orléans jusqu'au moment où notre regard croise un homme fortement appuyé sur la grille de sa ferme et sa femme faisant la moue sur le pas de porte. " Vous allez où là, c'est privé ici et c'est marqué à l'entrée. Par là-bas aussi c'est privé, alors rebroussez chemin ICI ". Le chemin initialement prévu sera donc contourné ! C'est ensuite sans problème que nous rejoignons l'écluse de GRIGNON pour notre pique-nique. A peine arrivés nous sommes rejoints par les vélos de route pour un partage convivial de nos VTS (on m'explique : ça veut dire Vivres Tirées du Sac).



Quelqu'un s'écrie : " il me faut un café ". Repartis, les vélos de route par la route et les vététistes le long du canal, nous nous retrouvons tous à peine 5 minutes plus tard à COUDROY pour un café vraiment pas cher : 1€



L'après-midi commence vraiment. D'abord nous admirons les magnifiques couleurs rouge, rouille, jaune ... à l'Ecluse de la Vallée. Des oies y défendent avec ardeur leur territoire. Puis je suis un peu trop téméraire, je passe partout et mon pneu avant croise une magnifique épine. Je n'ai jamais démonté une roue avec un frein à disque : je suis hésitant dans ma manœuvre. Mes compères s'en amusent d'abord, puis la solidarité prend vite le dessus. A CHAILLY EN GÂTINAIS nous rebroussons chemin de l'autre côté du canal, celui où le terrain est lourd et où l'herbe bien grasse nous ralentit malgré nos efforts. Nous sommes en nage.



Nous arrivons au gîte à 16h pile comme prévu avec 33 km au compteur.

Thomas RICHERT

Dimanche 30 octobre

Groupe vélo de route

Aujourd'hui la tendance est inversée, les rouleurs sont les plus nombreux 2 tandems 9 vélos

L'itinéraire prévu par Henri semble trop court il sera revu à la hausse !!!

Nous partons donc sur un circuit très touristique, emprunterons des chemins non goudronnés en forêt, et ferons nos courses à GIEN, pique-nique prévu à St Firmin sur Loire en bordure du canal de BRIARE, nous le longerons ensuite afin que Brigitte et MOI pointions BRIARE,

Après avoir gravi la seule difficulté du WE, alterner les petites routes, et des chemins ou des pistes de plus ou moins bonne qualité, nous empruntons la piste qui longe la LOIRE pendant quelques kilomètres avant d'arriver au château de SULLY et surtout au pont qui pourra nous ramener sur LORRIS, et ce après 113 Kilomètres parcourus.

Nous reviendrons à SULLY le soir pour dîner au restaurant devant le château.

Edwige Briand

Groupe VTT

A 9 heures tout le monde n'est pas prêt pour quitter le gîte : on ne citera pas de noms. Et ce n'est pas le chien qui était bien à l'heure quant à lui. Il fait froid mais tellement beau.

Nous sommes toujours les 5 mêmes vététistes et nous nous dirigeons plein sud à travers la forêt jusqu'à l'Etang de COURCAMPON, puis jusqu'à OUZOUE s/LOIRE. Là chacun s'affaire à constituer le pique-nique, y compris l'apéritif (olives et Pinot blanc) et le dessert (solognote à l'armagnac). Certains oseront s'aventurer dans la nourriture asiatique.



Puis nous voilà repartis pour rejoindre la partie sud de l'Etang du RAVOIR où Gérard se souvient d'une table idéalement placée pour pique-niquer. La table en question ayant disparue, nous nous allongeons sur un douillet lit d'herbe et de feuilles.



Le repos du guerrier passé, nous longeons l'Etang du RAVOIR par l'est et le traversons sur un bandeau de sable visiblement récemment constitué et inconnu de Gérard. Nous atteignons le carrefour de la résistance avec son séquoia imposant, son cimetière et ses vestiges de maisons laissées en l'état depuis 1944 pour la Mémoire. C'est de cet endroit que part le " sentier des sources " qui porte bien son nom car tout d'abord il s'agit bien d'un sentier que nous emprunterons et enfin nous y croiserons de nombreuses sources : fontaine Saint Hubert, fontaine aux Biches, fontaine la Reine, fontaine le Roi, fontaine de l'Abbaye.



Dans son prolongement se trouve l'Etang du Haut où nous découvrons des champignons aux formes et couleurs bien particulières. Le dernier étang d'aujourd'hui s'appelle l'Etang du Gué L'Evêque. Nous admirons les nuages qui se reflètent dans l'eau tel un miroir.



Nous avons parcouru 59 km à 15,7 km/h de moyenne. Ceci sans compter les nombreux arrêts qui nous ont mis plein d'images dans la tête.

Thomas RICHERT

Lundi 31 octobre

Groupe Marche

Durant ce séjour de 4 jours, nous pouvons à loisir panacher nos activités entre marche, vélo et VTT. Nous sommes suffisamment nombreux (24) pour qu'un groupe de participants à chaque activité se constitue. Aussi, je vous parlerai de la marche du lundi 31 octobre.

Pour les marcheurs seulement, nous devons faire une petite avance voiture de 8 km jusqu'aux écluses de Grignon. Nous trouvons facilement à nous garer face à un lac dans ce joli village de Grignon. Le temps est ensoleillé bien qu'un peu frais. Nous sommes 14 marcheurs et c'est parti pour 12 km ce matin.



Nous passons une écluse et longeons la rigole de Courpalet en suivant le balisage blanc et rouge du GR3. Plusieurs couples de cygnes avec leur petit nous regardent passer. Le soleil illumine les couleurs jaune et ocre des feuillages d'automne.



Parfois la rigole est couverte de lentilles vertes et l'on pourrait se tromper de chemin si l'on n'y prenait pas garde. Nous suivons de belles allées forestières, traversons un petit pont de bois, longeons à nouveau la rigole. Tiens, voici des coulemelles ; nous ne pouvons résister au plaisir de les ramasser, elles viendront compléter celles que René a déjà cuisinées. C'est vraiment un paysage très particulier à la région, serein et calme.

Mais, le long des rigoles, nous marchons dans l'herbe et très vite nous avons les pieds bien humides. Cela n'est rien, l'heure avançant, le soleil commence à chauffer un peu. Nous ne sommes plus très loin de notre lieu de rendez-vous pour déjeuner à l'Etang des Bois et voici le groupe des vététistes qui nous croise.



Gérard a réservé le restaurant de l'Etang des Bois rien que pour nous. Après quelques apéritifs ou boissons désaltérantes, on se retrouve tous ensemble autour d'une grande table et c'est avec appétit que nous nous mettons à table.

L'après-midi, le groupe des marcheurs va se scinder en deux : ceux qui continuent le parcours prévu soit environ 13 km et ceux qui rejoignent directement les voitures après environ 5 km. Nous sommes 6 à prendre cette dernière option. Au village de Vieilles-Maisons sur Joudry, nous perdons la trace de notre rigole et nous égarons au milieu des champs. Après renseignements pris, nous reprenons la bonne direction et rejoignons Grignon et nos voitures.

De retour au gîte, nous serons vite rejoints par le reste de la troupe. Ce soir nous dînons au gîte : au menu omelette de 52 œufs aux champignons ramassés par nos soins : chanterelles et coulemelles.

Catherine Laoué

Groupe vélo de route : 1 tandem et 5 vélos

Direction St BENOIT : pointage oblige avec pour certains un petit détour par GERMIGNY

Nous devons tous nous retrouver à l'étang des bois pour déjeuner au restaurant près de la plage, le soleil est au rendez-vous. Nous y resterons 2h30.

Ensuite les marcheurs se divisent en 2 groupes, et les vélos repartent pour une ballade improvisée.

Edwige Briand

Groupe VTT

Le groupe des 5 VTT (Claudine, Gérard, Didier, Thomas et moi) prend le départ vers 9h du matin par une température d'environ 5°C après une brume matinale annonciatrice d'une belle journée ensoleillée.

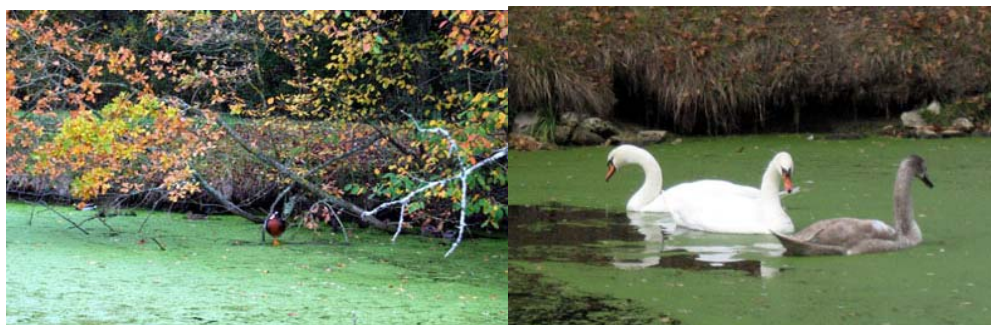
En sortie de Lorris nous empruntons un parcours sur une ancienne ligne SNCF désaffectée. Gérard se détache rapidement du groupe pour se poster derrière un feu de broussaille, pour nous flasher mais certainement aussi pour se réchauffer.



Après un long parcours un peu glissant le long d'un ru bordé d'un curage récent nous rejoignons le canal d'Orléans au niveau des écluses de Grignon. Nous y faisons une pose pour chercher un couteau " introuvable " oublié par Claudine l'avant veille lors du pique-nique commun avec le groupe vélo route. Cette pose est mise à profit pour décrotter les VTT en enlevant la boue accumulée du matin et de la veille. Nous reprenons notre chemin en longeant le canal jusqu'au point de partage des eaux séparant les versants de la Loire et de la Seine : le bief de partage culmine à une altitude de 124 mètres.



Nous profitons de cette pose pour apprivoiser dans nos boîtes à photos quelques canards et cygnes.



Nous repartons de toutes jambes pour rejoindre l'étang des Bois, lieu de rendez-vous du midi. A l'entrée du domaine de la forêt d'Orléans nous nous engageons avec prudence sur une route forestière où un panneau indique une rencontre possible de gros gibier : des chasseurs guettent au coin d'un bois. Puis nous longeons à nouveau un ru par un chemin recouvert d'herbe très appréciée par Didier ! Nous croisons le groupe des marcheurs qui est encore à quelques km d'un repas très attendu.



Vers 12h30, les 3 groupes (marcheur, vélo route et VTT) sont réunis pour le déjeuner en bordure de l'Etang des Bois au restaurant LE POREUX ouvert spécialement pour nous.



L'après midi nous repartons vers un parcours modifié pour prendre un GR bien agréable avec des passages chaotiques sur des racines d'arbres et des passages plus en douceur en traversant la haute bruyère. Puis nous terminons notre circuit par des chemins plus classiques en ramassant quelques coulemelles pour compléter la cueillette des marcheurs. Nous sommes de retour au gîte vers 17h30 après avoir parcouru environ 50km par une très belle journée.



La brouillade aux champignons préparée par René pour le dîner au gîte est excellente.

Robert CHEDEVERGNE

Mardi 1er novembre

Groupe VTT

L'APPROCHE

C'est notre 4e jour de VTT, mais aujourd'hui nous ne partons pas à vélo du gîte. Il nous faut charger les VTT dans ou sur nos voitures pour rejoindre SAINT-BENOIT.

Sur la route vers SAINT-BENOIT les premières gouttes de pluie caressent le pare-brise ; ce n'est pas bon signe côté météo après 3 jours de soleil si agréables.

SAINT-BENOIT s/LOIRE

Arrivés à SAINT-BENOIT il faut décharger les VTT. Marcheurs et vététistes s'affairent au mini-market

et chez le boulanger pour constituer le pique-nique du midi. Chez le boulanger Didier en profite pour faire tamponner son carton BPF, tampon où n'apparaît malheureusement pas le nom de la ville

Début de la boucle de ce jour. C'est enfin le départ des compères à destination des rives de la Loire vers CHÂTEAUNEUF : Gérard, Didier, Robert et moi-même.

Oui nous avons perdu Claudine aujourd'hui qui est rentrée hier sur CHATOU avec sa tendre moitié dont les tendons font de la résistance.



A peine quelques tours de roues et voilà que j'entends Didier s'écrier : "Thomas a crevé". Dire que je ne m'en étais même pas aperçu. Comme j'avais déjà crevé 3 jours plus tôt et que je n'avais pas réparé ma chambre à air, aaah ces débutants, mon sauveur Robert sort sa boîte de rustines sous les gouttes de pluie qui s'intensifient.



Encore une épine, la copine de celle d'il y a 3 jours.





Gérard a mis sur son casque sa protection GORE-TEX* contre la pluie, malin cet accessoire, et nous voilà partis le long de la Loire. Là il nous montre l'ampleur des crues de la Loire.

Un peu plus loin nous faisons une photo devant le panneau de SAINT-BENOIT comme justificatif pour le BPF puisque le tampon de la boulangerie ne porte pas le nom de la ville. Nous verrons plus tard que cette photo justificative ne sera finalement pas utile.

CHÂTEAUNEUF s/LOIRE

Après avoir croisé les marcheurs, nous parcourons quelques chemins à travers champs. Puis le long de la Loire des chemins plus ou moins boueux voire de l'herbe "ralentisseuse" nous mènent jusqu'à CHÂTEAUNEUF où nous nous abritons sous le pont suspendu car la pluie a décidé de s'inviter aujourd'hui pour de bon. La précision des distances au mètre près, mentionnées sur une plaque flanquée sur un pilier, nous fait bien sourire.



Repartis sur nos montures nous découvrons ce qu'il reste du château, passons devant le musée de la marine, l'orangerie. En centre ville nous croisons la Halle Saint Pierre avec son inscription " Cnie Gle des Remorqueurs " où l'on stockait les bateaux au temps prospère des activités marchandes sur la Loire.

Nous visitons l'église Saint Martial à la nef aux voûtes en bois. Gérard veut nous faire pique-niquer sous la Nouvelle Halle, mais n'y ayant trouvé aucun banc et la pluie nous offrant une petite trêve, nous décidons de nous installer sur un banc en bord de Loire. Sur le trajet nous perdons Didier. Et pour cause, lui aussi vient de crever.

Nous décidons de prendre l'apéritif et de nous restaurer avant les grandes manœuvres de chambre à air.



L'heure du café a sonné et ce n'est qu'à notre 3e tentative qu'on entend cette phrase tant attendue : "oui, la machine à café est encore en route". C'est au café "AUX COPAINS D'ABORD" que nous apprécions 2 tournées consécutives, ce qui ne perturbera nullement la sieste de Didier.

GERMIGNY-DES-PRES

Robert cherche une solution pour éviter d'avoir les cheveux trempés. Le sac plastique vidé de son pique-nique, vérifié propre et plié sous le casque, fera l'affaire. Nous longeons la Loire en sens inverse puis filons à travers les champs de maïs récemment récolté vers GERMIGNY.

Son oratoire carolingien est construit entre 803 et 806 par Théodulf d'Orléans selon un plan centré en croix grecque. L'église dispose également d'une nef aux voûtes en bois et contient la seule mosaïque byzantine de France qui représente deux anges qui entourent l'Arche d'alliance.



SAINT-BENOIT s/LOIRE

Nous reprenons la route, enfin surtout des chemins de traverse qui fixent quelques bottes de terre en souvenir sur nos VTT. Chemin faisant, Robert se fait prendre comme un lièvre, au sens propre du terme. Sa pédale et son pied se sont engouffrés dans un piège à collet



Après avoir délivré Robert nous fonçons droit vers l'office de tourisme de SAINT-BENOIT qui est encore ouvert un 1er novembre à 16h à notre grande surprise. Didier, Robert et moi-même y faisons tamponner notre BPF et BCN. Avec Robert c'est notre premier tampon BPF et BCN : nous sommes fiers ! Je demande à l'employée si elle vend de la brique solonotte que je souhaite rapporter aux employés de mon service : oui j'ai l'habitude de toujours leur rapporter un souvenir local à déguster. Mais Gérard me fait comprendre que la brique solonotte à l'armagnac que j'avais eu le plaisir de goûter n'est vendue que dans une seule pâtisserie à OUZOUER s/LOIRE. Je me replis sur des pralines de MONTARGIS.

Nous continuons vers la basilique romane, monument construit à partir de 1067. Nous nous rendons dans la crypte qui abrite les reliques de Saint Benoît.



Nous avons parcouru ce jour 33 km, 90m de dénivelé, à 14,6 km/h de moyenne.

Après un échange de fichiers de cartes SD sur le PC de Didier, nos photos sont partagées et nos routes se séparent. Le WE est bel et bien terminé. A bientôt pour de nouvelles aventures.

Thomas RICHERT

Flèche Paris Lille 31 octobre 2011

Encore une flèche vite décidée, mais pas improvisée.

La veille, un dimanche, j'ai fait une sortie Abeille assez courte (70 km) car je souhaitais profiter du beau temps prévu aujourd'hui pour ressortir. L'après-midi, l'idée d'une petite aventure d'une journée commence à poindre.

Avoir le bonheur simple de pédaler à mon rythme sous le soleil dans une campagne française inconnue. J'ai les cartes à pointer de toutes les petites flèches, je choisis Lille car le retour en train est pratique et rapide. Avec ma checklist faite pour les brevets, en 1 heure, tout est prêt.

Rueil-Malmaison, km 0, 3h45

Cette fois, je n'ai pas choisi un parcours au plus court dans Paris. Les routes barrées pour travaux font vite échouer les stratégies les mieux conçues. Je prends simplement via le pont de Puteaux et la porte Maillot, puis boulevard des Maréchaux.

Paris porte d'Aubervilliers, km 18, 4h45

Des travaux partout et aucun endroit pour pointer. Normal il n'est que 4h45 et Paris ne s'éveille pas encore...

Je demande au GPS où est la Poste la plus proche, ce sera plus facile que de trouver une boîte aux lettres dans ces travaux. Je dois descendre la rue de Crimée sur quelques centaines de mètres pour mettre ma carte à la Poste. Et c'est parti pour une traversée du nord de la banlieue parisienne via La Courneuve dont je longe le parc. Je commence à voir beaucoup de gens se rendant dans les gares. Nous sommes un jour ouvré et cette banlieue se lève tôt. Après Sarcelles, je suis enfin dans la campagne.

Survilliers, km 56, 6h25

Je longe la rue principale en cherchant une boîte aux lettres pour pointer. J'arrive bredouille à la fin du bourg, dans ce cas, je me dis toujours que j'aurais dû aller directement à la Poste... Je finis par trouver une boîte aux lettres verdâtre de lichen mais apparemment toujours utilisée.

Je continue ma route à travers la forêt d'Ermenonville avant de remonter sur le plateau. Après la montée dans Ermenonville, j'aperçois des silhouettes brunes au bord d'un champ. En m'approchant, je vois cinq petits sangliers roux, la tête grise, qui s'éloignent en grognant.

Crépy-en-Valois, km 91, 8h00

Je m'octroie une vraie pause boulangerie-café. A la sortie, belle descente en lacet vers Fresnoy-la-Rivière. Je suis déjà passé ici lors du BRM 300 de Noisiel en avril. La rivière de Fresnoy a un nom bien de saison, j'en profite pour faire une photo, puis j'attaque la côte de Morienvall qui m'amène dans la forêt de Compiègne. Le parcours forestier est un peu compliqué, mais rouler au milieu des ces dégradés dorés est très agréable. Ne manque qu'un rayon de soleil, mais s'il fait clair, il y a encore trop de nuages.



C'est l'automne



Forêt de Compiègne



Clairière de l'armistice

Juste avant Choisy-au-Bac, je vois que la clairière de l'Armistice (dite "de Rethondes" alors qu'elle est à Compiègne) n'est qu'à 2 km et je décide de faire le détour. Je m'arrête quelques minutes dans la carrière déserte, mais c'est jour de chasse, et ça canarde tout près, enlevant toute solennité à l'endroit.

A Montmacq, une automobile débouche sur ma droite alors que je suis sur la route principale. Je dois faire un écart d'urgence sur la voie de gauche heureusement inoccupée. Je m'arrête. Les pointillés du "laisser le passage" à droite sont très effacés, et l'automobiliste a pensé être prioritaire. Je me dis que quasiment à chaque flèche, une voiture me fait très peur. Je traverse l'Oise et juste après je gravis la côte la plus longue de la flèche : 140 m de dénivelé sur environ 4 km, c'est roulant et dans la forêt. Il n'y a alors plus qu'une longue descente pour aller pointer à Lassigny.

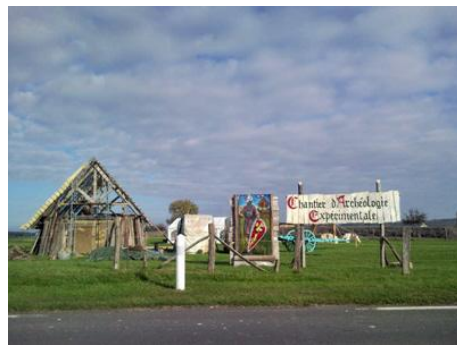
Bonnes nouvelles : le soleil est enfin là et je suis à mi-chemin.

Lassigny, km 141, 10h55

A la sortie de Lassigny, la route prévue est barrée par un tas de terre. Je dois faire un petit détour et je vois une maison en bois et

chaume en cours de construction : un panneau indique qu'il s'agit d'un chantier "d'Archéologie Expérimentale" (qui vise à définir les méthodes utilisées par les hommes d'avant pour produire des objets dont on a trouvé les vestiges). Juste à côté, se trouve une sorte de tumulus, vestige d'une ancienne fortification médiévale, détruite pendant la Grande Guerre.

Entre Roye et Chaulnes, le parcours est parallèle à l'autoroute A1 et au TGV Paris-Lille. La cadence des TGV est assez impressionnante. Un peu partout des tas de betteraves ou de pommes de terre. Je passe la Somme à Bray/Somme : elle a si peu de pente qu'elle est difficile à distinguer des étangs qui l'entourent. A la sortie, je vois des bancs au soleil devant le cimetière, je m'arrête pour un pique-nique, tout en regardant le va-et-vient des porteurs de chrysanthèmes (c'est la Toussaint demain).



Lassigny

J'arrive sur les sites de la bataille de la Somme. Les noms de quelques lieux-dits montre leur passé agité : vallée de l'Enfer (Bray/Somme), bois du Gros Canon (Chuignolles), la Tuerie, Sole des Tombeaux (Vermandovillers), Lochnagar Crater (Contalmaison). Mais c'est surtout le nombre de cimetières militaires qui impressionne, chaque commune en a au moins un, et certaines en ont trois de plusieurs nationalités. Je passe à Pozières, BPF mais qui doit être difficile à pointer : je ne vois aucun commerce. La plupart des maisons sont fermées.

Un peu avant Bucquoy, j'entre dans le Pas-de-Calais.

Bucquoy, km 213, 14h15

Je prends un café en pointant (ou je pointe en prenant un café), et c'est reparti. A Boiry-Ste-Rictude, une sucrerie fonctionne à plein régime, on longe des bassins de décantation dans une odeur... non alimentaire. Un peu plus loin, l'odorat est encore mis à contribution : le parcours longe le Cojeul, pauvre ruisseau qui reçoit plus d'égouts qu'il n'a d'eau. A Pelves, je me sens un peu faiblir. Je m'arrête au prochain gros bourg, Vitry-en-Artois, pour une petite pause ravitaillement.

Douai, km 255, 16h15

Le parcours ne quitte plus les agglomérations avant d'entrer dans Douai. Bien que la circulation se densifie, circuler en vélo est facile : il y a beaucoup de pistes cyclables, peintes en vert vif. Je passe le canal de la Deûle pour entrer dans la ville et pour en sortir.

Le GPS est précieux dans ces agglomérations denses car il est impossible de décrire un trajet précis sur une feuille de route, et naviguer dans la circulation en regardant la carte est dangereux.

Cependant, à la sortie, le parcours GPS (pris sur le site de l'ACP) m'indique d'aller tout droit sur la D643. Or il y a un panneau "route pour automobiles" au bord de la route. Je regarde la carte et la feuille de route et en déduis que le parcours GPS ne suit pas les instructions, il faut tourner au rond-point précédent sur la D120. Je traverse un peu de banlieue dont on devine sans peine le passé minier et je récupère le parcours GPS plus loin.

J'arrive une 3ème fois au bord du canal de la Deûle à Aubry, et là nouveau petit problème, la trace GPS amène à un pont seulement piétonnier et il faut gravir un escalier pour monter sur le pont (et en descendre un de l'autre côté). Je roule léger c'est facile, mais avec un vélo alourdi par des sacoches, ça me semble compliqué.



La passerelle d'Aubry

De l'autre côté du pont, j'examine à nouveau carte et instructions de la flèche, et là encore, le parcours GPS ne suit pas les instructions. La D120 prend un pont routier un peu à l'est, cela allonge de 2 km mais on n'a pas à porter sa monture.

Je reprends plein nord direction Lille, encore un peu de campagne avant d'attaquer la longue banlieue de Lille. La nuit tombe, j'enfile mon pyjama jaune et allume mes feux. Rien d'intéressant à part des échangeurs, des centres commerciaux, des camions et beaucoup de voitures.

Lille, km 292, 18h30

Il y a beaucoup de circulation dans Lille et comme les gares sont dans le nord-est, je dois traverser tout le centre. J'arrive trop tard pour le train de 19h00. En attendant le suivant, je fais une promenade de nuit dans le centre ville historique, où les façades flamandes sont bien mises en valeur par les éclairages rasants. Sauf le beffroi de l'hôtel de ville qui lui n'est pas éclairé.

De retour à la gare de Lille Europe, je réalise que l'immeuble au dessus de la gare ressemble vraiment à un flipper. Quels gamins ces architectes ! Un monsieur en promenade avec son chien (ou le contraire) m'apprend que c'est le bâtiment le plus haut de Lille et que certains Lillois l'appellent aussi la chaussure de ski (mais là je trouve ça moins ressemblant, on voit que Lille est loin de la montagne !)



Lille la Grand'Place

Retour à Rueil-Malmaison sans histoire à 0h00 via les services de la SNCF puis de la RATP.

Thierry Streiff

RANDO DES CADRANS SOLAIRES DANS PARIS

8 novembre 2011

Organisateur : Gérard Schruoffeneger

RDV à 9h30 à l'entrée du jardin des Tuileries, place de la Concorde. Il y a quelques absents à cause des grèves SNCF, nous sommes 20 participants.

Gérard nous propose de commencer par observer l'un des plus grands cadrans solaires de Paris sur la place de la Concorde avec son obélisque « cadran solaire des Grandes Heures ». Puis l'endroit permet d'évoquer quelques souvenirs de la campagne égyptienne de Napoléon Ier. En remontant le jardin en direction du Louvre, nous découvrons de nombreuses statues réalisées au début du XIXe siècle. Après la campagne d'Egypte une véritable « égyptomanie » s'abattit sur la France, de nombreuses statues : sphinx, Cléopâtre, le Nil etc. se trouvent aujourd'hui autour du Louvre ; Gérard en passant nous signale les statues représentant les fleuves de France. Nous avançons vers la cour carrée du Louvre modèle de noblesse et d'équilibre.

Visite de l'église St Roch qui eut d'illustres paroissiens Pierre Corneille, Le Nôtre, Diderot etc.

La Bourse du commerce et d'industrie à deux pas de la cour carrée a été construite au milieu de 18^e siècle pour stocker des grains. Le bâtiment fut transformé en 1886 pour devenir la bourse des marchandises avec une immense peinture murale de 1400 m² symbolisant le commerce international. Au forum des Halles, le cadran solaire extérieur permet à Gérard de nous fournir des explications détaillées et complexes sur le fonctionnement de ces cadrans, les calculs auquel il faut se livrer pour obtenir le temps universel d'après le méridien de Greenwich.

Nous arrivons à St Eustache près du forum des halles en pleine transformation. En 1213, un bourgeois de Paris, Jean Alais, chef des joueurs de mystères, prêta au roi Philippe Auguste une importante somme d'argent. Pour le rembourser, le roi l'autorisa à prélever un denier sur chaque panier de poisson que l'on vendait aux Halles. La recette devint telle que Jean Alais, selon l'usage de l'époque, fonda une chapelle en remerciement de sa bonne fortune, dédiée à sainte Agnès, une jeune vierge de Palerme martyrisée à Rome au 4^e siècle, à l'emplacement du chœur de l'actuel bâtiment. C'est la première mention connue d'une église à cet emplacement. En 1223, la chapelle acquit le statut d'église, puis devint église paroissiale en 1303, dédiée à saint Eustache.



Saint Eustache

Traversée du passage du grand cerf. Nous accélérons le pas car Gérard veut nous montrer avant le déjeuner la plus vieille maison de Paris rue Volta : un restaurant y est installé. Un immeuble de grand standing a sa façade décorée d'un des plus beaux cadrans solaires de Paris.

Nous déjeunerons dans un petit restaurant « L'Estaminet » du marché des enfants rouges. Recommandé par le guide du routard, il nous donne toute satisfaction, le menu est original et apprécié. Nous repartons par la rue de Bretagne.



Le cadran solaire par Salvador Dali

Nous entrons dans le Conservatoire National des Arts et Métiers où se trouve également un grand cadran solaire restauré ; un peu plus loin au Mont de Piété on distingue au sol l'emplacement d'un rempart de Philippe Auguste.

Nous quittons le 3^{ème} arrondissement et nous nous dirigeons vers l'hôtel de ville pour ensuite rejoindre Notre-Dame par le pont Louis-Philippe au bout de l'île St Louis ; nous pouvons admirer l'arrière de la cathédrale avec ses arcs boutants élancés, le petit parc jouxtant St Séverin. Nous arrivons dans la rue St Jacques, admirons un cadran solaire créé par Dali en cadeau à des amis espagnols qui ouvraient un bar à Paris.

Malheureusement le musée de Cluny qui possède également un beau cadran solaire est fermé le mardi, nous poursuivons vers la Sorbonne dont l'accès est maintenant contrôlé par des vigiles. Gérard a toutes les autorisations nécessaires pour entrer et nous pouvons admirer un beau cadran solaire dans la cour où certains d'entre nous sont venus il y a quelques décennies sans le remarquer. Dans le même quartier les lycées Louis le Grand et Henri IV possèdent également plusieurs cadrans solaires certains mêmes très sophistiqués, nous sommes dans un quartier d'intellectuels ! Nous pouvons même admirer une représentation du système solaire en métal en 3 dimensions destiné à expliquer aux étudiants le fonctionnement de la mécanique céleste.



Cadran solaire de la Sorbonne

Nous avons même accès à la bibliothèque Ste Geneviève pour y admirer 2 grosses mappemondes ; une bibliothécaire bien disposée à notre égard accepte même de nous faire accéder pour groupes de 7 ou 8 à la grande salle de lecture où quelques centaines d'étudiants peuvent avoir accès à des centaines de milliers d'ouvrages.

Nous terminons cette agréable promenade par la visite de St Etienne du Mont où est spécialement vénérée Ste Geneviève.

Ensuite nous nous séparons à la station St Michel heureux de cette bonne journée qui nous a permis de redécouvrir des quartiers de Paris maintes fois parcourus mais dont certaines richesses architecturales nous avaient échappées ; il ne manquait que le soleil !

Merci Gérard et Evelyne d'avoir concocté ce circuit culturel et de nous avoir fait partagé votre intérêt pour Paris.

Henri et Chantal Courmont

Les activités de décembre
11 décembre 2011 - sortie « les cailloux gris »



Inauguration de la nouvelle Place Jean Jaurès
Samedi 17 décembre 2011



La place est réaménagée, mais ce n'est plus notre lieu de rendez-vous !

Dernière sortie de l'année 2011, dimanche 18 décembre

19 participants à cette dernière sortie de l'année ! Il faut dire que la météo a promis du soleil et environ 2°C, froid mais sans trop et a priori pas de verglas annoncé. Pourtant à peine sortis de chez nous nous pouvons voir des voitures givrées avec leurs propriétaires grattant activement les vitres et les rues sont encore mouillées de la pluie nocturne.



Pour ce dernier rendez-vous le sapin de la médiathèque donne un air de fête.

Finalement le verglas est bien là et malgré la prudence il y aura quelques glissades et deux chutes, sans autre conséquence qu'une poignée de frein qui n'est plus dans la bonne direction et une tresse de guidon à restaurer. L'ennui est que cela est arrivé à Claude avec son vélo du futur Pékin-Paris-Londres. Enfin c'est du détail, la poignée remise dans le bon sens ça n'empêche pas de rouler.



Claude en rodage avec son nouveau vélo pour le Pékin-Paris-Londres, N° 63 !

Quelques passages glissants plus loin il y aura plusieurs abandons, la sagesse sans doute. Le gros du groupe continuera mais l'état des routes demandant beaucoup d'attention la vitesse restera limitée et nous nous contenterons du petit parcours. La moyenne roulante sera d'ailleurs modeste avec 17,4 km/h, assez loin des 22,5 d'une allure Audax.

Le soleil réchauffant les chaussées, le verglas disparaîtra et la sortie se terminera tranquillement.

Concours photo fédéral 2011

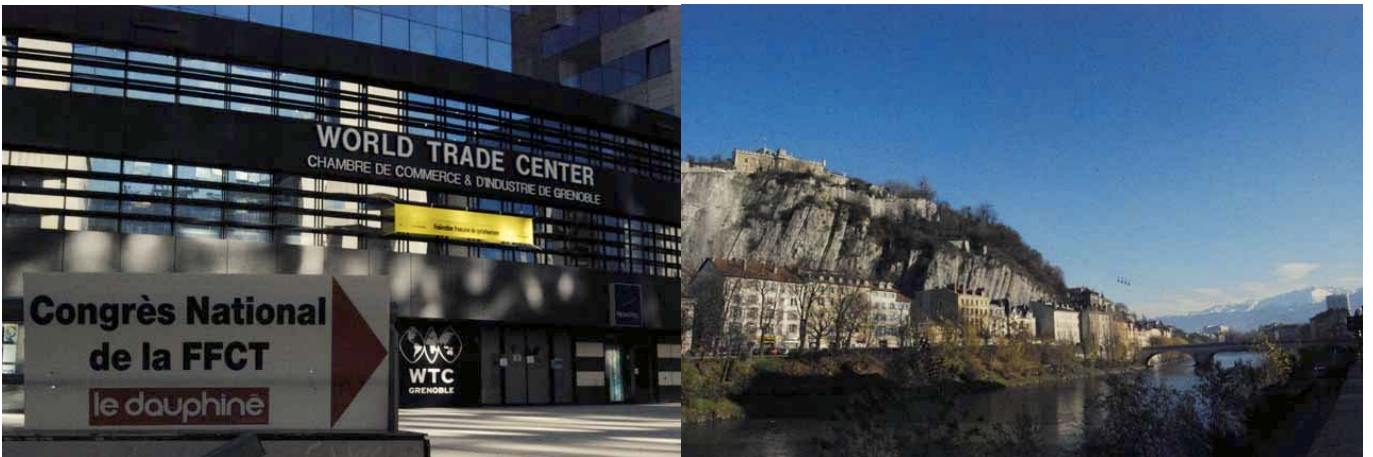
2^{ème} prix dans la catégorie noir et blanc pour le thème : le cyclotouriste en action.



Le plaisir de descendre doit se mériter

© Gérard Grèze & FFCT 2011

Assemblée Générale de la Fédération Française de Cyclotourisme 10 & 11 Décembre 2011 à Grenoble



Le soleil était au rendez-vous et les Abeilles nombreuses cette année. Pour cause, Rayjane s'est vue remettre le diplôme du Brevet National de Cyclotourisme (BCN). Jocelyne et Jean étaient quant à eux lauréats du Brevet des Provinces Françaises (BPF), en compagnie de Rayjane qui a fait coup double. Au premier plan des lauréats du BPF on reconnaîtra Henri Bosc, inconditionnel du 650 qui a commencé sa quête en 1962 !



L'Abeille s'est vue remettre le trophée de la deuxième place du challenge de France des clubs de plus de 75 membres.

Un rang de mieux que l'année dernière, félicitations à tout ceux et celles qui y ont contribué. Plus qu'une marche pour la première place, mais à l'exemple de ces deux dernières années il va falloir pointer des BPF et faire des voyages itinérants !

Gérard Grèze

Les organisations 2012 de l'Abeille Cyclotourisme au programme de la FFCT

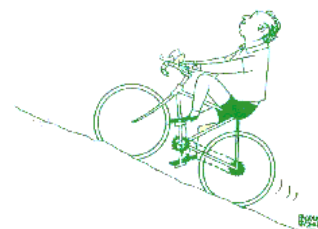
Comme chaque année, l'Abeille organisera en 2012 trois manifestations ouvertes à tous :

Au printemps, le rendez-vous de l'amitié Odette et René Bardin. Cette organisation consiste simplement à rallier un lieu de contrôle dans un créneau horaire. Elle présente l'originalité de laisser à chaque participant (ou groupe de participants), le choix de la distance à parcourir, de l'itinéraire et de l'allure.

Le 29 avril 2012

Concentration cyclotourisme au Mesnil-Opton
(5 km au sud de HOUDAN)

Contrôle ouvert de 10 h à 14 h 30
Parcours libres pour s'y rendre



A l'approche de l'été, le rallye de la Malmaison. Il s'agit d'un rallye "classique" offrant aux participants le choix entre trois parcours fléchés d'environ : 50, 75 et 100 km. Le départ et l'arrivée ont lieu au carrefour Royal en forêt de Marly, ce qui permet d'emprunter des itinéraires évitant les grandes agglomérations.



Le 10 juin 2012

Contrôle ouvert : de 07 h 30 à 09 h 30 pour le départ
(Sortie d'initiation encadrée d'environ 30 km à 9 heures)
et jusqu'à 13 h 30 pour l'arrivée.

En automne, la marche de la Malmaison, "Amitié Jean-Claude Bernard". Deux parcours en forêt sont proposés (15 et 22 km). Cette marche est généralement appréciée par les adeptes de la discipline mais aussi par un grand nombre de cyclos qui entretiennent ainsi "leur forme" en attendant la nouvelle saison de vélo.



Le 18 novembre 2012

Départ de 7 h 30 à 9 h 30
Centre de Loisirs, 10 boulevard Bellerive - 92500 Rueil-Malmaison
(500 m de la gare de Rueil)
Possibilité de départs groupés :
à 7 h 30 (25 km)
8 h 30 et 9 h 00 (12 km)