

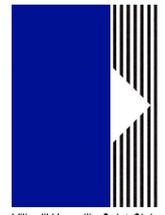


Rayons X

Le journal qui radiographie l'actualité de l'Association Cyclotouriste Hérouvillaise



Numéro 40 - janvier 2016



Ville d'Hérouville-Saint-Clair

Conseil Général



L'ACH est soutenue par la Ville de Hérouville Saint Clair

L'ACH est affiliée à la Fédération Française de CycloTourisme et parrainée par le Conseil Général du Calvados

Mon Paris-Brest 2015

Jean Louvel

Avertissement aux lecteurs de Rayons X : j'aurais pu vous raconter ce Paris-Brest sous différents angles, celui que j'ai retenu est très égoïste. Je ne vous parlerai pas des Asiatiques, des Népalais et cie mais seulement de moi. Donc si ça ne vous intéresse pas, et je ne vous en voudrai pas vu que je ne le saurai pas., vous pouvez dès maintenant tourner la page. Pas de chance c'est encore la suite de mon texte ! Alors refermez le Rayons X et attendez le prochain !

16 Août, ça y est, nous y sommes. Depuis 4 ans et le Paris-Brest Audax, ça me trotte dans la tête et tout s'est accéléré depuis que j'ai rencontré Laurent et qu'il a le même projet depuis 1 an.

Les trois dernières semaines ont été difficiles, j'ai fait deux sorties : une de 30 km à 15km/h et une de 50 guère plus vite.

Physiquement, je sors d'une cure d'antibiotique (moi qui n'en prend jamais) express la dernière semaine.

Moralement, un évènement familial douloureux m'a atteint.

Côté matériel : le vélo est prêt (si, c'est vrai).

Côté envie : elle est intacte avec tous les efforts consentis depuis un an que ce soit en entraînement ou avec les brevets.

La préparation de début juillet : 13 sorties de 4h00 environ chacune dans le Pays Basque, essentiellement côté espagnol : dur, dur. Jamais plus de 20 km/h de moyenne et une belle chute dans une descente sinueuse.

Le samedi, enregistrement des vélos, retrait des dossards etc... Laurent a déjà tout dit.

Le dimanche à partir de 16h00, les départs se succèdent par groupe de 300 tous les 1/4 d'heure. A 17h15 c'est le départ des vélos spéciaux y compris les tandems avec nos copains Yannick et Eric.

Nous partons, il est 20h00.

Michel a dit attention à l'euphorie du départ et effectivement l'effet d'entraînement nous amène à rouler à 28 km/h la première heure. J'ai du mal à avoir des points de repère parce



que je n'ai pas roulé ces derniers temps et le compteur ne fonctionne déjà plus !

Puis, c'est la nuit avec les premiers cyclistes allongés à côté de leurs vélos sur les petites routes perpendiculaires à la notre. Nous atteignons Mortagne vers 2h00 puis direction Villaine la Juhel ; nous nous arrêtons avant le pointage dans une épicerie-bar. J'ai attrapé froid et la digestion est coupée, je suis incapable de me restaurer. Je prends 3 thés citron coup sur coup mais je sais que ce n'est pas avec seulement ce carburant que je vais aller très loin.

« Doigts de fée »

Au pointage, nous apercevons qu'il est possible d'avoir un massage et qu'en plus il n'y a pas d'attente ; ce n'est pas indispensable mais ça fait du bien même si j'ai hérité d'un masseur "physique" alors que Laurent

toujours aussi charmeur est en train de remercier sa masseuse en lui disant " vous avez vraiment des doigts de fée !".

Cet épisode nous a détendu, je me sens un peu mieux ; Laurent roule devant et je sens bien qu'il faudrait que je mange. Laurent

Jonathan



ALIMENTATION BIOLOGIQUE & ECOPRODUITS

Ouvert : lundi 14h30-19h - du mardi au samedi 10h à 19h

• Fruits et légumes • Pains, fromages, boucherie, crèmerie, traiteur, surgelés • Produits en vrac : céréales, fruits secs... • Epicerie salée et sucrée • Alimentation et soins pour enfants • Produits pour soins du corps et cosmétiques • Eco-produits : entretien, lavage...

14200 HEROUVILLE ST CLAIR - 02 31 47 66 88
Cité Artisanale Grande Delle - 1 ter, rue Denis Papin



(Suite de la page 1)

ne m'a pas vu, tant pis je m'arrête pour prendre un flan et un coca qu'un boulanger vend au bord de la route.

Je retrouve Laurent un peu plus loin. Maintenant c'est direction Fougères, il fait beau mais j'ai mal là où il ne faudrait pas quand je suis assis sur la selle. A Fougères, je cherche le médecin car je suis inquiet. Laurent se fait bronzer sur la pelouse pendant qu'au poste de secours on me dit non, il n'y a pas de médecin. Je montre ma blessure. A priori c'est superficiel mais il faut trouver des compresses, des pansements. Je finis par en récupérer dans un autre bâtiment et nous repartons. Laurent pète la forme, c'est beau d'être jeune ! Maintenant direction Tinténiac. Nous faisons une halte pour acheter des fruits sur un marché, un peu plus loin nous nous arrêtons pour faire une petite pause et là une dame nous apporte à boire, à manger et nous raconte que depuis le matin elle regarde passer tous les cyclistes, qu'elle leur offre de quoi se restaurer et que, si elle n'a jamais participé au Paris-Brest-Paris, elle a effectué plusieurs diagonales. Nous consommons assis sur le trottoir face à un café d'où sortent Yannick et Eric et là c'est un grand fou rire ! Nous roulons avec eux jusqu'à Tinténiac et nous nous donnons rendez-vous à Loudéac.

J'ai une première grande frayeur sur la route

Loudéac, il fait encore jour et c'est le grand rassemblement de tous les participants ; le parc à vélo est impressionnant. Le temps de pointer, de se changer, nous avons retrouvé Yannick et Eric.

Ils sont attablés mais la

file d'attente est impressionnante. Je confie à leurs accompagnateurs une de mes 2 sacoches qui commencent sérieusement à peser avec des vêtements humides de transpiration. Nous décidons avec Laurent de prendre juste une galette-saucisse à l'extérieur et nous repartons. La nuit tombe et les kilomètres qui arrivent sont particulièrement exigeants : ça monte, ça descend. Il fait nuit mais nous nous sommes fixés d'arriver à St Nicolas de Pellem avant le repos ; nous aurons parcouru alors presque 500 km en 28h00. J'ai une première grande frayeur sur la route, je crois voir un trou dans une descente en fait ce n'est que du goudron d'une autre couleur. Je freine tellement brusquement que je manque de passer par-dessus le vélo ! Ça calme mes ardeurs. Un peu plus loin nous sommes doublés par des véhicules de secours : un concurrent a fait un arrêt cardiaque. Nous passons juste à côté. Le fléchage de la route est impeccable depuis le début mais à Saint Nicolas, nous cherchons et quand nous apercevons la direction, nous sommes presque à l'arrêt. La route monte, il faut rapidement changer de vitesse ; nos deux vélos ferrailent un peu, Laurent reprend de la vitesse, moi je pédale dans le vide et tombe quasiment à l'arrêt. Pas de bobo, tout va bien. Nous nous dirigeons vers le couchage, il est minuit nous avons tenu notre premier objectif. Hélas pas de place pour dormir, tout est pris ; nous nous réfugions dans la cantine et essayons de dormir sur une table. Je sais que cela ne va pas le

faire. Je vais chercher une soupe et la dame qui sert doit être prise de pitié, elle nous trouve au bout de 30 minutes une place dans un autre dortoir sur un matelas, sans couverture mais c'est mieux que rien. Rapidement j'ai froid, je n'arrive pas à dormir. Sur le matin, nous sommes les derniers à quitter le dortoir ; nous repre-

(Suite page 3)



BRIOIS
CONTROLE AUTOMOBILE
 16, rue Alexander Fleming
 14200 HEROUVILLE - 02 31 06 19 66

(Suite de la page 2)

nous les vélos direction Carhaix puis Brest.

Nous n'avons pas mangé grand chose et je sais que cela va être difficile de tenir ; le brouillard est dense. Nous faisons une pause sur une aire de repos et Laurent découvre un sachet rempli de fruits secs oublié généreusement par un participant. C'est bon, nous avons ce qu'il faut pour tenir.

Un peu plus loin nous rejoignons un Japonais complètement à la dérive avec qui nous allons rouler pendant une trentaine de kilomètres jusqu'au pointage suivant. Il nous remercie.

Maintenant direction le Roc'h Trevezel : un peu d'appréhension mais en fait ce n'est pas difficile. Au loin j'aperçois la chapelle de St Michel de Braspart, point culminant des Monts d'Arrée (un endroit magnifique si un jour vous passez par là et que le ciel est dégagé). Descente puis arrivée sur le pont avec vue sur Brest, bientôt la moitié du chemin sera parcourue.

Le pointage fait, retour sur Carhaix et Loudéac. Nous n'avançons pas très vite et nous décidons de faire étape à Loudéac. Nous cherchons en vain des couvertures de survie dans les pharmacies

qui sont sur notre route. La queue au couchage est impressionnante ; ce coup-ci, nous avons un lit de camp et une petite couverture. 4h00 après nous sommes à nouveau en selle.

Nous sommes éliminés !

Sur le matin, je sens que quelque chose ne va plus sur mon vélo. A Tinténiac, le mécanicien est parti se coucher, il a eu trop de travail cette nuit ; nous desserrons le frein arrière et nous réparons mais un peu plus loin c'est le dérailleur qui pose problème. Je suis obligé de pédaler en permanence, pas de roue libre possible, du coup c'est le postérieur qui me rappelle à l'ordre. Je ne peux plus continuer, nous sommes à Feins. Nous regardons l'état du vélo avec Laurent et nous nous apercevons que la chaîne s'est prise dans les rayons, qu'un rayon est cassé et que la roue est complètement voilée. Une voiture de l'organisation passe alors avec une dame qui nous dit que si nous ne pointons pas à Fougères avant 12h10 nous sommes éliminés. Il est 11h10



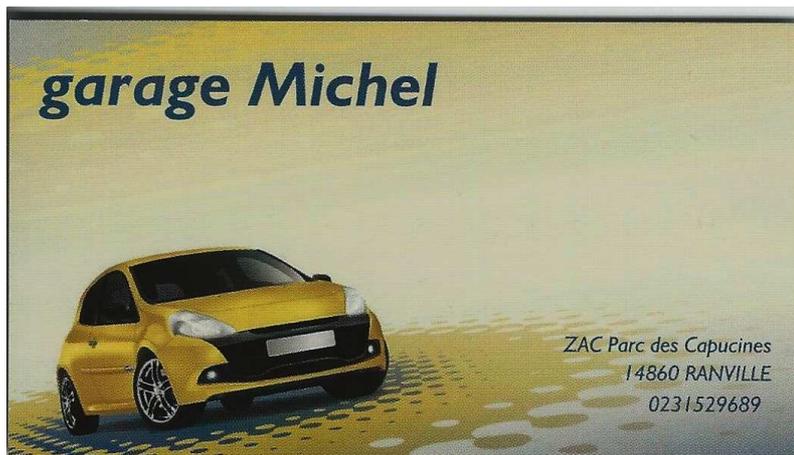
et il reste 30km à faire. Je lui dis que ce n'est pas possible et elle me répond que je ne sais pas lire le règlement et le carnet de route, qu'un Paris Brest Paris ça ne se fait pas à 2 mais seul, que je le referai dans 4 ans etc... Nous décidons que Laurent doit poursuivre seul. Je cherche une solution, je m'énerve et je lui dis de se renseigner et qu'elle se trompe. Dans ma tête tout se bouscule : abandonner à Feins quelle ironie ! Je me dis que de toute manière la première chose à faire, c'est de réparer le vélo. Je ne vais quand même pas demander à ce qu'on vienne me chercher. En train ça doit être compliqué et si le vélo est réparé, et même si je suis éliminé, je peux rentrer à Caen au lieu d'aller à Paris. Elle revient quelques instants après pour me dire que finalement nous avons jusqu'à 17h30 pour pointer à Fougères !!! Ça change tout maintenant. A moi de me débrouiller, Laurent est parti pour un contre-la-montre de 30km à faire en 60 minutes ; je me dis qu'il va y laisser des plumes. De l'autre côté de la route un monsieur devant son pavillon applaudit tous les cyclistes qui passent ; je traverse et lui demande s'il ne peut pas me dépanner. Il essaie de mettre une roue de son vélo

à la place de la mienne mais ça ne marche pas. Je lui demande s'il connaît quelqu'un pour réparer le vélo, il appelle mais le gars au bout du fil lui dit qu'il ne dévoile pas les roues. Je lui demande s'il connaît quelqu'un d'autre, il appelle et me dit qu'il y a une possibilité ; l'espoir renaît. Oui mais c'est à Combourg. C'est où Combourg ? En Bretagne mais à part ça ? C'est à 15km et je suis à pied. "Je vous emmène !". Il n'y a pas la place à mettre le vélo dans la voiture, juste la roue. Il conduit vite pour que nous arrivions avant la fermeture de 12h00. Nous croisons des dizaines et des dizaines de cyclistes, comme quoi nous avions de la marge. Nous arrivons à Combourg, passons par derrière le magasin de cycles. Il fonce voir le responsable, le mécanicien arrête son travail prend la roue change le rayon dévoile la roue et nous dit le problème c'est le dérailleur. Et là mon sauveur répond je vais essayer de le régler je l'ai déjà fait.

Je vais aller au bout, je dois aller au bout !

Retour à Feins et début d'un nouveau périple. Je sais que je ne rattraperai pas Laurent, j'ai laissé dans l'affaire un peu d'influx nerveux maintenant il faut que je gère la fin du parcours.

Pancarte Fougères et là qui je vois de l'autre côté de la route ? Jean-François sur son vélo, habillé en bleu ! C'est pas vrai, je n'y crois pas ! Que quelques copains du club nous retrouvent à Mortagne c'était une possibilité à laquelle je ne croyais plus depuis longtemps vu l'heure à laquelle nous allions passer. Mais là à Fougères qu'est-ce que c'est sympa et ils sont combien ? Michel and co organisent tout : moi je pointe, je reviens, je n'ai plus que les pieds à me mettre sous la table Quel confort ! Comment



(Suite page 4)

(Suite de la page 3)

leur exprimer ma gratitude ? En tout cas elle est intérieure et très forte. Il y a quelques heures tout était foutu et là je vais aller au bout, je dois aller au bout ! Ils sont tous à mes petits soins. J'abandonne ma 2ème sacochette et je repars boosté comme pas possible ! En 2 heures, je parcours plus de 51 km. Je m'arrête à Ambrière les Vallées, bois trois cafés alors que je n'en prends plus depuis 8 ans. Qu'est-ce que c'est bon. Maintenant, direction Villaine la Juhel. Là c'est la fête au village : ce soir Paella géante pour tous les habitants. Avant de me restaurer, je passe au massage : deux kinés s'occupent de moi un pour chaque jambe. Là, ça



fait mal mais je me dis que ce sera profitable et tout d'un coup une tête passe derrière le paravent : c'est doigts de fée ! Je dis à mes deux jeunes Kinés tiens c'est doigts de Fée. Quelques explications plus tard ils sont pliés de rire et l'appellent. Elle arrive et me dit : "j'ai vu Laulau tout à l'heure!"; " je l'appelle Laulau parce qu'on est intime maintenant". Elle se met à me masser les épaules ils sont à trois sur mon cas dans la bonne humeur, ça fait du bien.

Repas et c'est reparti, la nuit tombe tout va bien. Et puis non tout ne va pas bien, mon vélo n'avance plus. Maintenant c'est la roue de devant qui est freinée. Je m'épuise. Il fait nuit noire, je pique une suée pas possible pendant plusieurs kilomètres. Ne pas renoncer, mais de toute façon je n'ai pas le choix, personne ne va m'aider. J'arrive dans un village de la Sarthe, de la lumière, une épicerie des gens dehors qui me demandent ce que je veux : quelqu'un pour m'aider à réparer mon vélo. On s'y met à 4 ! C'est bon, c'est reparti mais j'ai laissé beaucoup de force lors des derniers kilomètres. Je commence à voir double, je suis fatigué, je voudrais laisser les yeux fermés. Je m'arrête chez un particulier dans l'Orne qui a sorti des fauteuils, je suis à 11 km de Mortagne. J'essaie de me reposer un peu, mais j'ai froid et il commence à pleuvoir, je repars. C'est dur de garder les yeux ouverts. Mortagne : coca, sandwich et repos la tête dans les bras sur une table, je me donne une demi heure.

C'est encore loin, Dreux ?

C'est reparti, ça monte, ça descend mais ça va et tout d'un coup ça ne va plus. La chaîne a sauté, je la remets. Quelques kilomètres plus loin elle a à nouveau sauté, elle est coincée. Il fait toujours nuit noire des dizaines de cyclistes passent; je n'arrive pas à remettre la chaîne. Comment faire pour aller plus loin ?

Ça y est c'est bon, je repars mais j'ai peur au saut de chaîne, je ne passe plus les vitesses dans les collines du Perche, je n'arrête pas de me faire doubler. Je recalcule combien il me reste de temps et combien de kilomètres et quelle vitesse je dois faire : c'est jouable même à petite vitesse.

Il faut arriver à Dreux. C'est encore loin Dreux ? Je vois une ville qui se profile. Dreux ? Non, Vernouillet. C'est où Vernouillet ? Dans l'Eure et Loire, c'est tout ce que je sais. Je ne comprends pas, je devrais être arrivé. J'ai un coup au moral et là un panneau Dreux. Vernouillet/ Dreux c'est comme Caen/ Hérouville. Je pointe et je décide de montrer mon vélo.



En principe il y a des techniciens, oui mais là ce sont des bénévoles ; ils démontent les freins, ils n'arrivent pas à les remettre. Au bout d'une demi-heure, je leur dis de laisser tomber, de les remettre comme ils peuvent, je vais finir comme je vais pouvoir. Un Japonais attend une roue, il s'énerve, il voudrait que j'intervienne mais que faire les magasins sont fermés. Au moment où je pars, on lui amène une roue qu'il n'hésite pas à payer cash.

Je suis envahi par l'émotion

Je vois toujours double depuis la veille au soir, c'est de plus en plus difficile à supporter. Je vois des vélos devant moi et d'autres qui escaladent les talus pourtant on ne fait pas Paris-Brest en VTT ! Une seule chose me préoccupe : garder ma trajectoire. Mon téléphone bipe. Je m'arrête, j'ai plein de SMS que je prends le temps de regarder : j'ai

(Suite page 5)

a. LECHEVREL et Fils
 MAISON FONDÉE EN 1958
Carrelage - Marbrerie - Granit
Neuf et restauration
 24, rue Alexander Fleming (face à la fonderie) ☎ 02 31 47 52 33
 14200 HEROUVILLE SAINT CLAIR Fax : 02 31 94 64 01

(Suite de la page 4)

un fils en Allemagne qui recalcule la moyenne que je dois faire pour voir si c'est encore jouable ; un autre fils à Caen qui est prêt à m'amener une roue et d'autres SMS d'encouragement. Je suis envahi par l'émotion.

Je pose mon vélo. C'est fini.

Maintenant la pluie tombe très, très fort c'est le déluge, les routes sont inondées mais ça me fait du bien. Je sais qu'il reste encore une difficulté la côte de Gambaiseuil : s'il faut je la monterai en marchant. Ça passe. Encore quelques kilomètres et j'entends le téléphone qui sonne. Je m'arrête; c'est Laurent "mais t'es où ?" ; "et toi t'es arrivé ?" Je m'en souviens comme si c'était hier. Laurent répond "ça y est je suis arrivé mais la victoire est amère" "Pourquoi ?" " Mais t'es où ?" "J'ai passé Neauphle le Château" "C'est où ça, après Mortagne ?" Là, Laurent me décoit un peu, lui qui a de la culture : je suis à 20 km de l'arrivée et je viens de passer la ville où l'ayatollah Khomeiny s'était réfugié dans les années 1977/1978. "C'est pas vrai ?!". "Mais si dans une heure je suis là". On se donne rendez-vous sous la grande tente blanche à l'arrivée. Les derniers kilomètres se font tranquillement. Je retrouve Laurent. Je pose mon vélo. C'est fini : 88h15'. Ce n'est pas un exploit, c'est juste fait.

Nous nous changeons, une douche, la première depuis dimanche matin et nous sommes jeudi. Puis un repas archi nul pris dans l'enceinte du vélodrome. Laurent est d'attaque pour conduire moi pour dormir mais je sens bien que sa conduite si fluide d'habitude est un peu saccadée... je ne vais quand même pas faire le difficile.

La phrase de Laurent qui me restera "le chrono, ça gâche tout" ; Laurent, il l'aura dite au moins 20 fois. Oui, mais sans chrono, honnêtement je ne fais pas le Paris-Brest, je vais me promener ailleurs parce que le tourisme de nuit à vélo ce n'est quand même pas mon truc et il y a d'autres paysages à voir !

Merci à tous ceux qui nous ont supportés que ce soit à Fougères, par SMS ou par la pensée, c'est ce partage qui était merveilleux.

Jean LOUVEL

PS : les nuits qui ont suivi, j'étais incapable de dormir d'une traite; je me levais 7 ou 8 fois par nuit et quand je dormais, je rêvais de panne, de sauts de chaines, de roues voilées. Le Paris-Brest-Paris, je l'ai refait au moins 7 fois soit $7 \times 1230 = 8610$ km + les vrais 1230 km soit presque 10 000 km. Qui dit mieux en si peu de temps ?

*Si les derniers seront les premiers,
j'ai toutes mes chances.
(un cycliste croyant)*

**Accro
Vélo**
CAEN



SPECIALIZED
ELITE SHOP

accrovelo@free.fr

www.accrovelo.fr

Allée 4
Avenue des Dignes
14123 Fleury sur Orne

☎ 02 31 37 26 13

Petits joueurs !

Oui, Jean, Laurent ou JF sont des petits joueurs !

Kurt Searvogel, un cycliste américain spécialiste des ultramarathons à vélo vient de parcourir 122.561 km entre le 10 janvier 2015 et le 9 janvier 2016. soit 334 km par jour en très grande partie en Floride, sur un vélo de triathlète et un vélo couché. Un an de sa vie à rouler, ça devait être passionnant !!!

Il faut toutefois relativiser car il a battu un record qui datait de 1939 : le Britannique Tommy Godwin, 27 ans à l'époque, avait réalisé sa performance sur un vélo à seulement quatre vitesses, loin de la machine légère de l'Américain, et parcouru 120.805 km en un an.

Alors, ne vous la pétez pas trop, les petits gars...

Ceci dit en toute amitié, bien entendu. DF

Insolite

Comment abattre 400 mètres en un temps record....



Ca doit être sympa pour les artisans locaux de faire apparaître ça comme adresse sur leur carte de visite...



Si vous aussi, vous voyez des situations insolites, faites-nous partager vos étonnements et vos sourires.

EURAUTO
Spécialiste SAAB
Maxime DAVOUST

22 Rue Alexander Fleming
14200 Hérouville Saint clair

T 02.31.47.50.08
F 02.31.47.71.56
M 06.14.42.43.63

eurauto3@wanadoo.fr



Retour sur l'AG, en quelques photos



Photos Catherine Chaussepiéd

