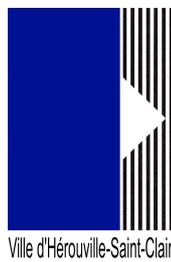




Rayons X

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



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 départemental du Calvados

Éditorial

C'est le début de l'année, c'est le moment des vœux. Alors, je vous invite à lire le texte en première page : il a été écrit par un ami cyclo, malheureusement disparu il y a une dizaine d'années, Un poète des mots qui a concocté des textes extraordinaires tels que celui-ci, qui ont enchanté le club de cyclos de Montivilliers (76) où nous étions licenciés. Je vous invite à profiter de ses écrits et à méditer sur la sagesse qui l'accompagne.

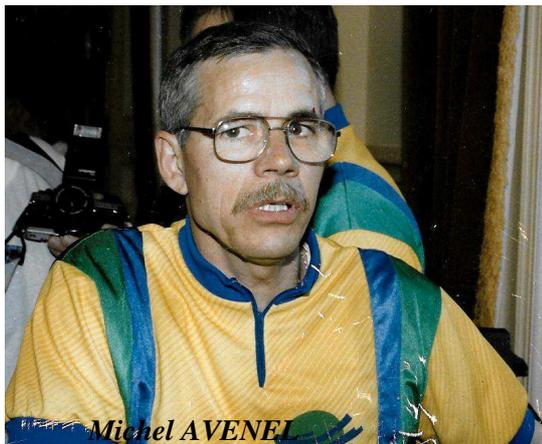
En 2018, soyez plus que jamais solidaires, pour que notre belle association reste fidèle à ses principes, de faire du sport, de nous amuser, de profiter de tout, mais tous ensemble !

Bonne lecture à vous. *Daniel FIANI*

Prière à ceux qui flirtent avec la queue du peloton

Ne nous abandonnez pas, nous avons besoin de vous.

Nous savons que lorsque ça roule et que l'aspiration est insuffisante pour permettre de continuer de sucer la roue qui précède la nôtre, la pratique du vélo ne nous paraît plus aussi agréable. A faire de l'accordéon jusqu'à voir le groupe s'éloigner, on peut se sentir assez seul, un peu abandonné, et pire même si l'on nous attend : l'effet « poids mort » repose sur nos épaules.



Michel AVENEL

La voie est ouverte pour laisser entrer le « complexe d'infériorité » qui va nous pousser hors du peloton, voire hors du club. Car le ver est dans le fruit. Il suffit de l'y laisser grandir et le copain ainsi touché, disparaît peu à peu. Il part un peu plus tôt ou plus tard que le peloton. On le retrouve aussi tournant à l'envers sur le circuit jusqu'à n'avoir plus de ses nouvelles que par celui qui l'a croisé la veille,

roulant seul, sans aucun doute pour ne pas déranger, mais aussi ne plus avoir à se faire trop mal, pour conserver ce petit coin d'amour-propre que chacun cultive dans l'effort.

Alors, que faire pour que tous ces petits derniers dont nous avons besoin, restent ?

Toi qui vas lever le pied, as-tu pensé à celui qui te précède et qui va devoir prendre ta place en queue de peloton ? Peut-être s'était-il dit le matin même au rassemblement « c'est bon, il est là, je ne serai pas seul ». La chute de l'un risque d'entraîner celle de l'autre avec pour perdant le cyclotourisme.

N'y a-t-il pas assez de place sur la banquette arrière pour s'y asseoir à plusieurs ?

C'est là, à mon avis, que se trouve la solution. Ce n'est pas la fuite, mais le regroupement qui rendra la joie de pédaler à tous.

Reste à trouver la méthode de fragmentation du peloton qui, au lieu de ne faire que des miettes,

(Suite page 2)

BONNE 2018 ANNÉE

Jonathan



Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière

ALIMENTATION BIOLOGIQUE & ECOPRODUITS

Horaires d'ouverture : du lundi au samedi de 9h30 à 19h
Retrouvez-nous sur : jonathan.biocoop.net

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

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

(Suite de la page 1)

donnera un assez gros morceau capable de survivre seul. Pour réussir, il ne faut pas laisser pourrir la situation mais au contraire trancher dans le vif en parlant assez tôt et en annonçant à la cantonade que l'on va changer de rythme pour que ceux qui souhaitent en faire autant puissent s'y préparer. C'est une expérience que j'ai faite où un seul petit groupe pétant le feu, ne laissait pas tellement le choix, et il ne faut qu'un peu de patience pour voir se former un noyau autour duquel se retrouveront des nouveaux arrivants rassurés par ces cyclos qui ont le bavardage plus efficace que le coup de pédale et qui, lorsqu'ils brillent dans les coups de force pour se faire plaisir, s'éteignent comme feu de paille sans qu'il y ait à courir après eux.

Et puis, toi qui n'as pas encore eu l'occasion de fréquenter l'arrière-garde, conserve la méthode sous la main pour les jours où chaque hiver te semblera donner un peu plus de pente à la route empruntée.

Tu pourras alors assumer le poids des ans en bonne compagnie parce que les anciens auront gardé la place au chaud et non laissé un grand vide si triste.

Michel AVENEL, ACT Montivilliers, septembre 1999

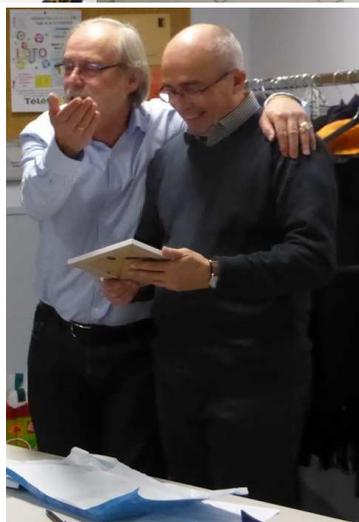


Retour sur l'AG en quelques photos



DESTOCK MARKET
 PRODUITS ALIMENTAIRES, D'HYGIÈNES ET DÉCORS...
 Le magasin est ouvert :
 du mardi au samedi de 9h à 13h - 14h à 19h30 / le dimanche de 10h à 20h
 18 Rue Alexander Fleming 14200 Hérouville Saint Clair

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



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

Du monde pour la galette



Le Mérite, il le mérite !



A l'occasion de l'Assemblée Générale du Comité départemental de cyclotourisme du Calvados, notre toujours jeune Jean-Claude NOUTS s'est vu remettre des mains de Roger Louvet, le président, le mérite du cyclotourisme. C'est une récompense ô combien méritée, pour sa présence, son implication, son éternelle disponibilité, et le modèle qu'il représente pour nous tous, sur le vélo et à côté ! Bravo et merci, Jean-Claude.



LES RENDEZ-VOUS DE L'ACH

Les premières grandes sorties de l'année

- à Blainville, rando à allure contrôlée de 100 km le 17 mars.
- à Verson, brevet fédéral de 100 km, le 24 mars.

Randonnée hérouvillaise - Brevet 150 km

Notre grande manifestation annuelle, le samedi 14 avril.

Séjour club de l'Ascension à Guérande (Loire Atlantique)

24 inscrits, peut-être 27, 16 à 19 cyclos sur la route, 4 ou 5 jours de randonnées, un format XXL pour le millésime 2018 !

Fête du vélo à Hérouville

Ce sera le samedi 2 juin, 13 à 18h. Date à cocher sur les agendas, grosse mobilisation attendue de tous les membres du club !

Téléthon 2017



Nous avons été sollicités pour organiser l'un des départs du grand rassemblement organisé par la BRED sur la région caennaise au profit du Téléthon. Hélas, la nuit précédente aura vu tomber de malvenus flocons de neige qui ont rendu les routes impraticables pour des cyclistes. C'est donc dans l'âme que nous avons renoncé à sortir nos vélos. Encore que Michel et Frédéric ont eu le courage -(l'inconscience ?) de se présenter au départ avec leur bicyclette...

Nous avons quand même récolté plus de cent euros qui auront profité à la collecte tout en se promettant qu'on fera mieux l'an prochain, Par temps sec ! DF

garage Michel



ZAC Parc des Capucines
14860 RANVILLE
0231529689



BRIOIS
CONTROLE AUTOMOBILE

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

Les blagues de chantier de Patrick Truel

Un homme plutôt mal habillé déambule sur les Champs Elysées. Soudain, une Rolls-Royce s'arrête à son niveau et la vitre se baisse.



Il regarde à l'intérieur et reconnaît un ami d'enfance.

Le passager le reconnaît également, sort de la limousine et demande à son chauffeur de l'attendre.

Il prend son ami par le bras et lui propose de faire quelques pas ensemble.

L'homme lui dit « je vois que tu as bien réussi dans les affaires »

- Ben oui, et toi ?

-Je dois dire que ça ne va pas très fort.

Pendant la marche, l'ami riche est intrigué par un « clic-clac » qui se fait entendre à chaque pas que fait l'autre.

- C'est quoi, ce « clic-clac » ?

- C'est que l'avant de mes chaussures est décollé et je n'ai pas les moyens de m'en payer une autre paire.

Le riche sort de sa poche une grosse liasse de billets de 500 euros entourée d'un élastique, le donne à son ami et lui dit « tiens, mets l'élastique, ça ne fera plus clic-clac »...

Premières sorties de l'année



Sept partants pour une sortie au sec, le samedi 6 janvier et quatorze le mercredi suivant. Comme les escargots, le cyclo de l'ACH sort dès que la pluie cesse... Et le mercredi, grâce à Philippe, c'était une sortie débridée et joyeuse, en musique !!



VELO ADDICT

VENTE REPARATION

1240 rue Léon Foucault,
14200 Hérouville-Saint-Clair

02 31 50 79 70
velo.addict@orange.fr

Car' Project

Carrosserie Peinture
Entretien mécanique
toutes marques
Dépannage

705 boulevard de la grande delle -14200 Herouville St Clair

garagecarproject@gmail.com
06 09 39 57 67 - 02 31 83 98 70