

Éditorial

Le numéro 1 de notre nouveau journal a eu l'air de recueillir l'approbation de la majorité d'entre vous. Je me risque donc à un numéro 2. Le plaisant dans l'affaire, c'est qu'il a été facile à boucler, certain ayant eu l'envie de nous faire partager leurs impressions de voyage, d'autres des photos ou encore des impressions, des remarques, des suggestions, bref tout ce qui faut pour qu'un journal puisse vivre. Donc, voici le deuxième numéro, je souhaite qu'il soit à votre goût. Bonne lecture à vous.

Daniel FIANT

Paris-Brest-Paris

Il n'y a plus qu'à...

Véronique « la crevette » et Michel « the boss » ont satisfait aux deux derniers brevets qualitatifs, le 400 et le 600.



Ne reste plus qu'à se farcir les mille deux cents et quelques kilomètres qui permettent de partir et revenir à Paris après un léger détour par Brest. Mais finalement, le plus difficile est fait...

Un bon courage à tous les deux, tous nos vœux et toute notre admiration les accompagnent. DF



Les pros nous conseillent...

**Manger avant d'avoir faim,
Boire avant d'avoir soif...**

A votre santé !

Rayons X est le journal de l'ACH HEROUVILLAISE
Contact pour le club : Michel CHAUSSEPIED - 02.31.95.68.45
Rédaction du journal : Daniel FIANT - 02.31.53.05.73

Nous étions partout !

Il est des clubs qui ont la bougeotte, mus par le désir de la découverte, l'envie de nouveaux paysages, des cyclos que rien ne rebute, ni les difficultés de la route, ni la distance, ni le temps. Pour ce qui est de ce dernier point, il faut dire qu'ils ont été servis ; trop contents d'un début d'année sympa, et d'un mois d'avril où il fut bien agréable de se découvrir de plus d'un fil, les mois de mai et juin les ont rattrapés. Que croyez-vous qu'il arriva ? Ils roulèrent quand même ! Moralité, on vit des maillots bleus partout, et pas seulement en Normandie.



La Ferrière aux Etangs



ALENÇON
3 Sommets Cyclo
10 juin 2007



Lapalisse



Mondeville



St Désir de Lisieux

S'il est des randonnées qui vous laissent de bons souvenirs et elles sont nombreuses, il en est d'autres qui, au contraire, ne vous donnent guère envie d'y retourner. Pour ce qui me concerne, je n'irai pas goûter une seconde fois à

l'accueil glacial de Pont l'Évêque, ni à leur ravitaillement format timbre poste. Une chose est toutefois certaine : même avec un accueil rebutant, et malgré un temps de chien, rouler avec les cyclos d'Hérouville reste un tel plaisir qu'on pardonne bien volontiers ces quelques impairs. DF

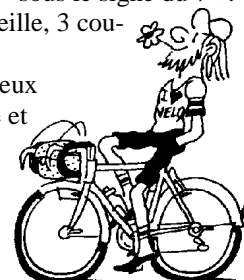
LES RENDEZ-VOUS DE L'ACH

7 Juillet Notre randonnée club Rouen-Caen, 160 km, « sous le signe du 7 ». La liste des inscriptions est close, nous serons 14. La veille, 3 courageux auront fait le parcours en sens inverse.

Du 05 au 12 Août c'est la Semaine fédérale à Périgueux
Le 20 Août à 22h, nos forçats de la route, Véronique et Michel, seront au départ de Paris-Brest-Paris.

7 et 8 septembre Forum des sports dans la galerie marchande de Carrefour Hérouville.

29 et 30 septembre Week-end club à Yvetot en Seine Maritime



Mon premier Bagnoles de l'Orne-Mont Saint Michel

Tout avait commencé au détour d'une discussion au sujet du calendrier cyclo avec Jean-Claude Livet (plus connu dans le peloton sous le nom de Raccachi) : « Si on fait Bagnoles - Le Mont, c'est pour voir le Mont, c'est pas pour s'arrêter à St James... » avait donc dit le Raccachi dans une de ces phrases définitives dont il a le secret.

Jusqu'à l'an dernier, je ne m'étais jamais aventuré au delà de St James, 170 km aller-retour quand même. « C'est pas 40 km de plat supplémentaires qui doivent te faire peur » avait-il insisté. Sylvie avait opiné. Va donc pour 40 bornes de plus.

Rendez-vous avait été donné sur la ligne de départ, à l'hippodrome de Bagnoles pour 7h00 le 28 avril. Tout le monde est là : Véronique, Sylvie, Raccachi, Michel « président » Chaussépied, Thierry, Rémi, Michel « sécurité » Guérard et moi. La météo est optimiste, il ne fait pas froid comme l'an dernier,



tous ont le sourire en enfourchant les bécanes.

Jusqu'au ravitaillement de Notre Dame du Touchet (55^{ème} km) tout va pour le mieux, ça roule à un bon rythme, pas de difficulté particulière. On doit chercher un

peu pour remplir sa gourde mais il y a suffisamment de gâteaux, de fruits secs, de chocolat et de café pour satisfaire toute la troupe.

Après St Hilaire du Harcouet, ça remonte bien un peu avant de passer à St Martin de Landelles. Mais une fois passé Hamelin (km 77) on descend presque tout le temps jusqu'au Mont, ça roule ! A nouveau un copieux ravitaillement sur le parking au pied du Mont (km 110). On en profite pour faire quelques photos car la brume s'est un peu levée. Je fais le photographe pour un autre groupe, je me retourne, plus d'Hérouvillais ! J'ai aus-



si perdu mon vélo. Il était accroché à une barrière qu'on a déplacée pour faciliter la circulation. Le temps de remettre la main dessus, je décide de monter à pied le talus et me retrouve sur la route. Toujours pas de bleus ! J'en mets un coup et je rejoins Michel Guérard, arrêté au bout de la digue-route. Les autres sont **DERRIERE !** Je fais demi-tour et les retrouve un peu plus loin.

Nous repartons, dans le sens de la montée évidemment, et nous rejoignons La Croix-Avranchin. Nous

retrouvons Evelyne qui s'est aimablement proposée pour nous amener un pique-nique avec le soutien de Josette et Catherine. Alors là nous faisons quelques envieux parmi les cyclos qui passent sous notre nez ! Niché sur le parking mi-ombragé au pied de l'église, le repas est vivement apprécié et s'achève par LA teurgoule d'Evelyne. Moi je serais bien resté, hein, mais il fallait repartir...

Après un tel repas il conviendrait de rouler pépère, pour au moins entamer la digestion, mais pas du tout : ça monte vers St James, puis encore vers St Georges de Reintembault et encore vers Melle. C'est plus facile jusqu'à Louvigné du Désert mais ça remonte sur Landivy et là, surprise, je commence à ressentir des crampes, ça promet à 60 km de l'arrivée ! Je ne bois probablement pas assez, me dit-on.



C'est bien la première fois qu'on m'incite à boire plus ! Nous avisons une épicerie et dévalisons le stock de Perrier, moi en curatif, d'autres à titre préventif. Nous rallions le dernier ravitaillement à L'Epinay Le Comte et je refais le plein de liquide pour essayer d'assurer le retour.

La suite est perçue comme une succession de bosses, ni grandes ni même moyennes, mais chacune appréhendée pour le retour possible des crampes. Le groupe ralentit chaque fois en haut pour me permettre de recoller. A une dizaine de km de l'arrivée, j'ai une impression bizarre du côté de la roue arrière. Une superbe épine est plantée dans mon pneu ! Décidément je leur aurai tout infligé ! Nous rentrons finalement sans autre incident.

Alors, c'était comment ? Eh bien c'est beau, il y a les petites routes de l'Orne et de la Manche avec un bon groupe de copains, le Mont St Michel, l'ambiance, le soleil et un pique-nique très réussi. Il y a quand même une chose qu'on ne dit peut être pas assez : le plus dur dans Bagnoles - Le Mont c'est quand même Le Mont - Bagnoles !

Hubert ANNE