

Véro est un géant de la route !

La randonnée Paris-Brest-Paris consiste à effectuer le parcours de 1215 kilomètres en moins de 90 heures. 10.000 mètres de dénivelée sont au rendez-vous, soit l'équivalent de plus de deux étapes de haute montagne du tour de France.

Véronique MARTIN, notre géante à nous, 44 kilos toute mouillée pour 1,55 m, a réussi cet authentique exploit athlétique et psychologique. Avant de la laisser nous conter sa rando, sachez que seules 209 femmes (sur 354 au départ) sont arrivées à boucler le périple, et qu'on a enregistré un chiffre record de 1558 abandons et hors délais, le temps particulièrement exécrationnel (certains disent même que ce fut le pire temps depuis 50 ans) ayant joué un très mauvais tour aux participants.

Dimanche 19 Août, il est 12h30 et j'arrive au Gymnase des Droits de l'Homme à Guyancourt pour le contrôle de ma « machine ». En stationnant ma voiture, une certaine appréhension m'envahit : l'idée de ne pas pouvoir relever le défi que je me suis lancée m'effleure l'esprit. Lors des brevets qualificatifs, je n'ai jamais été dans le doute et là subitement la confiance m'abandonne. Je me ressaisis, pas de temps à perdre. Je laisse mes états d'âme et je me dépêche de décharger le vélo car j'ai déjà une demie-heure de retard pour le contrôle. Des cyclos se trouvant sur le parking m'informent qu'il n'y a pas de contrôle vélo car le terrain de foot est trop détrempé (conséquence de la sécheresse des mois de juillet-août...). Comme je suis toujours prudente, je préfère amener mon vélo. Effectivement, l'information était bonne : la vérification des vélos aura lieu au départ, lundi. Je vais retirer mon dossier et repart à ma voiture.

Trois cyclos m'interpellent, ils me connaissent. J'ai fait le tour de la Sarthe en 2005 avec eux. On se dit à plus tard et pour moi l'attente commence. L'équipe d'Avranches-brevets arrive à 16h.

Dans la soirée, je retrouve le groupetto et nous installons les tentes de camping. Le terrain est plus qu'humide et j'ai maintenant la certitude que le périple se fera sous la pluie. Le repas du soir se déroule dans la bonne humeur. J'ai du mal à participer : je suis déjà concentrée sur l'aventure qui m'attend.

Après une bonne nuit, toujours sous la pluie, l'heure de préparer le chargement des vélos est arrivée. La pluie s'est arrêtée, il fait même beau. Huguette me demande si elle doit prendre son goretex. Bien sûr, sa question me surprend ! L'heure du déjeuner arrive et par là-même, l'heure du départ approche... Je ne réussis pas à me reposer l'après-midi, mais je ne suis pas la seule. La tension monte...

Vers 17 h 30, le groupetto se dirige à vélo au restaurant pour le dîner car l'équipe prend le départ à 20h00 : ils ont choisi de faire le PBP en 80h.

J'enfourche donc le vélo mais « gros problème » le vélociste vient de me changer la chaîne mais pas les pignons... sans commentaire !!! C'est le début d'un monologue qui, je ne le sais pas encore, durera tout le long du « voyage ». Ne pas se mettre la pression. Je décide de quitter le groupe et me dirige vers le gymnase des Droits de l'Homme où se trouve le stand d'un vélociste. Cela promet, ça commence mal (j'aurais dû écouter encore plus Petit Jean, il me l'avait dit de rouler un peu avec le vélo après la remise en état...). Tant pis pour le dîner, le vélo est plus important. J'ai du mal à rejoindre le vélociste car le site est déjà envahi par les premiers participants qui attendent depuis 15-16 h !!! me dit-on. Je n'en reviens pas. Je porte le vélo par dessus les banderoles de sécurité et je descends les gradins du gymnase pour accéder au stand. Ouf, j'ai de la chance, il finit de « remballer ». Il fait quelques essais et me rassure : il va falloir que je roule 100-150 km avant que la chaîne s'adapte aux pignons. Je décide de rejoindre le groupe avec lequel j'ai fait les brevets qualificatifs, ils m'ont dit qu'ils dînaient dans le



Km 240 Le Ribay - Paris-Brest-Paris 2007



Éditorial

Je pensais faire un essai, comme l'été avait été riche pour le club, d'un numéro en 4 pages. En fait, il en fait 6...

C'est plaisant de participer à la vie d'un club dont les membres sont actifs, toujours plein d'idées et avides de découvertes. C'est facile de faire un journal de club lorsqu'il y a tant à dire et tant de bonnes volontés pour le faire vivre.

Sylvie aurait dû faire breveter son désormais célèbre : que du bonheur !...

Merci à tous ceux qui ont participé.
Bonne lecture à vous. **Daniel FIANT**

(Suite de la page 1)

centre de St Quentin et je me rappelle même le nom du restaurant... Je commence à retrouver une certaine sérénité. Effectivement je les ai trouvés et je suis même à l'heure.

Le repas terminé, nous montons sur les vélos et là, l'heure du départ est toute proche. C'est à ce moment précis que je prends la décision de rouler avec eux, tout au moins les premiers kilomètres. Nous nous engageons dans le goulet pour le pointage du départ. Il est 20 h. Je suis très concentrée et ne participe pas vraiment au prologue. J'observe et il m'est impossible de parler avec mes équipiers. Eux paraissent détachés, ils rigolent, prennent des photos. Après une longue attente, il est 21h30 lorsque je pointe ma carte au contrôle, il va maintenant falloir se diriger sur la ligne de départ. Je suis toujours avec le groupe et on se trouve juste derrière la ligne. La foule est là. J'ai l'impression d'être dans un autre monde, c'est irréal. J'enfile l'imperméable car il commence à pleuvoir. Je ne me lamente pas, je suis préparée mentalement pour rouler sous la pluie jusqu'au retour. Le départ est donné, nous nous élançons sous les applaudissements, les flashes d'appareils photos et les pétarades du feu d'artifice. Une grande émotion m'envahit. Le moment tant attendu est bien une réalité. Des motards nous escortent pour sortir du périmètre de Guyancourt. Très vite, on se trouve plongé dans le silence et dans le noir, loin de toutes les festivités avant départ. Personne ne parle, on « s'applique » tous à tourner les jambes régulièrement, mécaniquement. Certains roulent très vite. L'euphorie est là. Je m'oblige à rouler tranquillement, je sais que la route est longue et qu'il va falloir assurer. Je suis en confiance, j'ai fait le bon choix en partant avec Pierre, les deux Marc, Joël et Loïc. On roule de la même manière. Nous traversons la Beauce et une guirlande infinie s'étend au loin. Petit à petit la guirlande se transforme en petits bouquets. Pierre notre « capitaine de route » fait la navette entre le premier et le dernier du groupe. Loïc et Joël ont du mal à rouler régulièrement. Ils sont loin devant ou loin derrière. Durant la 1^{ère} étape (Saint Quentin-Senonches 98 km), je me fixe certaines règles : rouler tranquille, ne pas forcer, s'économiser pour être le moins fatiguée possible.

A Senonches, nous nous arrêtons une quinzaine de minutes pour prendre un petit en-cas. Jusqu'à présent tout va bien. Notre petit groupe est calme chacun savoure dans son petit coin. Nous repartons, la prochaine étape sera Mortagne (40 km). Il n'y a pas de contrôle mais on a prévu de s'arrêter une quinzaine de minutes. C'est le début des premières difficultés. La pluie est toujours là mais cela ne me gêne pas outre mesure. Nous attaquons une première bosse, puis une seconde. Je suis en pleine forme et je ne souffre pas. Je ne pense qu'à une chose, rallier Mortagne.

Il est 4h du matin et la pluie bat son plein (des trombes d'eau). Loïc et Joël ont disparu. Nous décidons de les attendre car pour Pierre, ils sont derrière. Il laisse un message sur leur portable. Nous les attendons jusqu'à 4 h 30. Sans nouvelle et toujours sous les trombes d'eau nous décidons de repartir. Une descente s'annonce, je peux dire qu'à ce mo-



Km 391 Quédillac - Paris-Brest-Paris 2007

ment là, la peur m'envahit : il n'y a aucune visibilité, la pluie cingle le visage, les cyclos sont devant-drière-sur le côté. Si quelqu'un freine, c'est la catastrophe. J'aimerais pouvoir garder mes distances mais impossible. Je suis très crispée et je commence à avoir des douleurs dans le « trapèze ». Je m'oblige à penser à la prochaine étape qui sera Villaines-la-Juhel (84 km) mais surtout au petit déjeuner que je vais bientôt prendre (croissant, pain au chocolat, chocolat chaud et thé... Humm !).

Vers 7h30, nous arrivons à Fresnay sur Sarthe. Nous n'avons toujours pas revu Joël et Loïc. Nous décidons de prendre le petit déjeuner. L'un des Marc se charge de la boulangerie, l'autre Marc reste à un point stratégique pour intercepter Joël et Loïc, au cas où. Pierre et moi partons à la recherche d'un bar. Je commande les consommations (chacun m'a donné sa commande... quelle organisation !!!). Pierre revient avec les deux Marc mais pas de nouvelles des disparus. Nous commençons à déguster les viennoiseries. Quel bonheur de pouvoir être à l'abri et au chaud. Pierre reçoit un appel de Loïc et part le chercher. Loïc se joint à nous, il est visiblement fatigué. Nous repartons tous les cinq mais très vite Loïc décroche.

Avant d'arriver à Villaines-la-Juhel, nous retrouvons Joël qui n'a pas pris son petit déjeuner. On lui donne croissants et pains au chocolat et nous on continue. Il doit nous rejoindre au contrôle de Villaines où nous arrivons à 9h42. Je suis prête à repartir à 10h00. Pierre veut qu'on attende Loïc et Joël. Il est 10h15, Loïc arrive et il n'est pas très nerveux. Je trouve que l'on perd trop de temps à attendre et je décide de faire route toute seule. Je suis en forme, je ne sais pas si cela va durer. Je ne dois en aucun cas perdre du temps, ce même temps qui risque de m'être précieux si je me trouve en difficulté ultérieurement.

« Je vole désormais de mes propres ailes ». Prochaine destination, Fougères (88km). Cette étape se passe sans encombre, je m'arrête sur le coup de

12h30 pour manger (je me rappelle de ce que Michel Sécurité m'a dit un jour : « c'est important de garder le même rythme au niveau des repas ». Donc pour une fois j'exécute...). Pendant que je mange, je vois un des Marc passer. Je repars pour Fougères.

Il est 14h24 lorsque je pointe ma carte de route. Je demande l'heure de passage de mes ex-équipiers et je suis étonnée d'apprendre que seul Marc a pointé. Je ressens une certaine satisfaction. Finalement, je ne roule pas trop mal.

Il est 13h00, en route pour Tinténiac (54 km). La météo n'est toujours pas au top et depuis le départ lundi 22h10, je suis mouillée hormis le buste. Pour le moment ça ne me gêne pas trop. Il y a quand même quelques accalmies mais elles sont de courte durée. Pour Tinténiac, la distance est courte et je me vois déjà arriver. Raté ! il se remet à pleuvoir, et pour la première fois, je ressens un petit coup de mou. Je trouve que je n'avance pas et pourtant j'ai l'impression d'être bien. Je change de pignon mais rien n'y fait, je ne veux surtout pas me faire mal. Je m'interroge et soudain, je me mets à rêver d'un bon sandwich au pâté. Sens de Bretagne est désormais mon objectif. L'idée que je vais perdre du temps est présente. Première boulangerie, j'achète une ba-

(Suite de la page 2)

gnette aux céréales, ensuite direction la charcuterie où je demande qu'on me fasse les sandwiches (un au pâté, l'autre au jambon, sans beurre, j'aime pas ça...) puis le bar de la place qui m'attend pour un bon thé chaud. Je prends mon temps, je n'ai pas de retard. Mais je reste consciente qu'il ne faut pas non plus que je traîne. Le fait de rouler en solitaire me convient tout à fait. Pas de pression et je gère les arrêts comme je veux. Lorsque je remonte sur le vélo, je sens tout de suite que les sandwiches m'ont fait du bien et je roule à une bonne cadence. Finalement mon arrêt n'était pas une perte de temps. J'en prends note pour la suite. Je suis encore obligée de m'arrêter avant Tinténiac car il faut à nouveau que je mange.

Je pointe à Tinténiac à 17h46. Je m'informe à nouveau des pointages de l'équipe. Il n'y a que Marc qui a pointé. Cela me donne le moral, et me conforte dans l'idée que je me « débrouille bien ». Je n'ai pas besoin de faire de pause, j'ai encore le ventre bien plein et je me sens en pleine forme. Je ne ressens pas la fatigue.

Prochain arrêt Loudéac (85 km), je pense y être vers 22h. Durant le parcours, je pèse le pour et le contre quant à un arrêt pour dormir. Je n'ai pas envie de dormir au pointage de Loudéac mais j'hésite quant à continuer plus loin. Je suis quand même bien mouillée et je sais qu'après Loudéac c'est vraiment la campagne. J'aviserai sur place. Je suis dans ma bulle, j'ai un sentiment de bien-être. J'arrive à 22h30 à Loudéac. Même rituel, savoir si les copains ont pointé. Même réponse, Marc est devant mais pas de beaucoup. Les autres sont derrière. Je demande à quel endroit je peux dormir juste après Loudéac. Une bénévoles me dit que je ne trouverai rien. Je reste plantée là à réfléchir. Elle me demande combien de personnes on est, je lui répond que je suis seule et là, surprise, elle me propose de m'héberger. J'accepte sans hésitation mais je demande quand même si elle habite loin du pointage (pas question de faire des kilomètres en plus ce soir ou demain matin pour repartir). Elle n'habite qu'à 500 mètres à vol d'oiseau. Elle me propose de m'emmener en voiture, mais pas question de monter dans une voiture !!! Sa fille me prend en charge et je suis sa voiture. Je prends une bonne douche, et je me couche. Il est minuit. Je mets mon portable à sonner à 3h30. Dès la sonnerie, mon premier réflexe est de me lever pour ne pas me rendormir car le lit est vraiment douillet. J'enfile le cuissard et les chaussettes encore mouillés (rien n'a eu le temps de sécher) et en route. Je ne prends même pas le petit déjeuner qu'on me propose, je ne veux pas déranger et surtout je suis pressée de repartir. Il est 4h00

Prochaine destination Carhaix (76 km). Les points de contrôle rythment ma progression. Je pense arriver à Carhaix vers 9h. Le relief n'est pas « coton » mais je ne le vois pas, je le sens seulement sous « la godasse » (Jean-Claude se reconnaîtra, mais la godasse n'est pas vraiment légère...). Je roule avec un petit groupe, mais c'est chacun pour soi. Pas un mot. On finit notre nuit. Maël Carhaix, mauvais souvenir, c'est là qu'il y a 4 ans une voiture m'a renversée. Je reconnais les lieux et j'en ai froid dans le dos. Je pointe à Carhaix à 8h29. Je retrouve 2 copains d'Avranches qui ont choisi de faire équipe et d'avoir une voiture d'assistance. L'un d'eux



Km 240 Le Ribay - Paris-Brest-Paris 2007

est vraiment très éprouvé et ne sait pas s'il va continuer. Je leur propose de me retrouver pour le petit déjeuner sur la route, ils verront mon vélo. Je m'arrête mais ne les revois pas. J'ai fait le choix dès Villaines-la-Juhel de gérer mon périple toute seule. Je repars de Carhaix requinquée.

Brest (90 km) ce sera pour 13h-13h30. Je passe SIZUN, je ne m'arrête pas malgré la tentation. C'est un bourg fort joli et beaucoup de cyclos sont arrêtés, mais je préfère filer. Je me dis que je m'y arrêterai au retour et que je mangerai même au restaurant !!! Je passe les Monts d'Arrée sans difficulté (je m'en faisais une montagne...), la forme est toujours au rendez-vous. La météo est meilleure que les prévisions qui annonçaient de l'eau, de l'eau, encore de l'eau. Finalement, il fait presque beau. « Que du bonheur » dirait Sylvie et Hubert de rajouter, « elle n'en a jamais assez... ». Tout à fait. Je croise un cyclo d'Avranches 80h qui remonte. Je me dis qu'il y a eu des soucis dans leur groupe car ils devaient rouler toujours ensemble.

J'ai rejoint un cyclo, il est de Seine-Maritime et c'est la cinquième fois qu'il fait le PBP. Il me dit que c'est le dernier qu'il fait. Je reste un moment derrière lui, il m'abrite bien du vent qui est de face. Je quitte sa roue. J'ai envie d'arriver à Brest seule.

Le pont de Brest ! Un moment très fort, la satisfaction d'être arrivée à la moitié de l'aventure tout en sachant que le plus dur reste peut-être à faire. Le paysage est magnifique, l'angle est de 180°, la rade au loin sous un halo de soleil et oui !!!

Les derniers kilomètres me paraissent interminables, il y a une bonne côte, le vent m'empêche de progresser, je roule à 7/8 km/h.. Je pointe à 13h25. Je n'ai qu'une envie : fuir la foule du contrôle... et surtout rouler en me disant que je suis maintenant sur le chemin du retour.

Véronique MARTIN - n° 2522 du PBP 2007.

Nous retrouverons ce chemin du retour dans le prochain numéro. Un peu de patience...

Ne soit pas amer, Michel..

On dit que la réussite d'un PARIS-BREST-PARIS se situe pour un tiers dans le physique et deux tiers avec le mental. Comme je devine la condition athlétique qu'il faut détenir pour affronter un tel périple, j'ai beaucoup de mal à imaginer le psychique nécessaire à la réalisation d'une pareille performance. Cet élément peut nous faire comprendre que Michel Chaussepied ait renoncé au bout de quelques centaines de kilomètres. Les conditions météo lors des 4 mois ayant précédé le départ, les conditions du départ (pluie, froid, départ retardé de près de 2 heures), les premiers kilomètres, de nuit, sous le vent et la pluie, sans arriver à trouver un groupe à son rythme ou quelqu'un avec qui parler, le planning déjà compromis à peine parti, le souvenir d'une galère lors d'une édition précédente, tout cela a joué un très vilain tour à notre président, alors que tout le monde savait que la distance, il l'avait dans les jambes, sans aucun souci. Alors, même s'il dit qu'il ne recommencera pas, je note qu'il le dit de moins en moins fort, et je suis persuadé comme beaucoup d'autres au sein de l'ACH, qu'il se repiquera au jeu dans 4 ans. Et que cette fois-ci, il franchira la ligne d'arrivée « fingers in the nose » ! DF

Une journée en or pour un Rayon d'Or



Rouen-Caen,
170 km, 1100 m
de dénivellée,
22 km/h de
moyenne.
Le Rayon d'Or,
organisé par la
Ligue de Haute-
Normandie rap-
porte 5 points
pour chaque par-
ticipant au Chal-
lenge de France.
Avec 13 cyclos
plus Véro, Michel
et Jean qui
avaient fait le
Rayon d'Argent
Caen-Rouen la
veille, le club a
marqué 80 points
dans le week-end.
Belle moisson !

Comment le Caen-Rouen a failli dérailler...

Ce samedi 07/07/2007 à 07h07, nous sommes tous prêts à embarquer dans le TER. Nous installons les vélos aux emplacements prévus à cet effet et nous asseyons. Ce trajet devrait être sans histoire et nous avons hâte de retrouver Daniel et nos camarades Véronique, Jean et Michel partis la veille à vélo pour réaliser le Rayon d'Argent Caen-Rouen.

La rame est confortable et les conversations vont bon train ... jusqu'à l'arrivée du contrôleur.

Présentation du billet, air scrutateur du contrôleur, léger blanc, le billet de groupe n'a visiblement pas été composé. Serions-nous sur une mauvaise voie ? Les tracasseries administratives auront-elles raison de notre beau projet ? Finissons-nous engeolés à la gare de Rouen ?

Chacun retient son souffle quand, tel un commissaire Maigret à l'entrée de la PJ, Guy extrait sa carte personnelle du fond de sa poche : "J'suis d'la maison".

Et tout rentre dans l'ordre comme par miracle.

Hubert ANNE



Organisation millimétrée, météo idéale, ambiance formidable, Bref «que du bonheur» n'est ce pas Sylvie ?!

Cette journée marquée par le chiffre 7 a été en tout point une réussite.

Rendez vous était pris à 9h00 devant la gare de Rouen et à 9h00 tout le monde était là....comme quoi il y a aussi des trains qui arrivent à l'heure... et c'est pas Guy qui nous dira le contraire.

Et nous voilà parti de bon matin à bicyclette.... La traversée de Rouen fut une formalité avec Daniel à la baguette. Par les petites routes nous rejoignons « Sahurs-bac » pour la traversée de la Seine. L'objectif de 80% de réussite au bac a été dépassé, 100% ont été reçus de l'autre côté de la rive et aucun repêchage n'a été nécessaire.

Cette route qui longe la Seine est vraiment sympa le vent est favorable le soleil brille... le peloton est serein... tranquille.... ça siffote.... ça papote... et puis pan « à gauche toute » nous dit Daniel et là un mur est à escalader. A peine le temps de changer de vitesse et encore pas tous. Vous chantiez ? Et bien appuyez sur les pédales maintenant nous murmure une petite voix intérieure.

Mais ce n'est pas une petite côte, même à 10%, qui arrête une caravane de cyclos en marche.

Cet obstacle franchi, allègrement (dit-il une fois arrivé en haut), nous voilà en route vers la Basse-Normandie.

Midi approche.... Nos ventres réclament... quand est-ce qu'on mange ?... Où c'est qu'on mange ? Qu'est ce qu'on mange ? La mutinerie n'est pas loin... Allo Martine... C'est Daniel... Ouf elle est là : Martine au bord de la route et quelques kilomètres plus loin elle nous a trouvé un coin pique nique non mentionné dans les guides mais tranquille pour satisfaire tous nos besoins.

Pique nique royal ! Tout y était à boire et à manger jusqu'à plus soif et plus faim. Un grand merci à Martine qui avait tout prévu.

Nos ventres bien remplis nous repartîmes doucement et même « DOUCEMENT DEVANT » il n'aurait pas fallu insister longtemps pour que certains cèdent à une petite sieste digestive.

Le vent est maintenant défavorable pas très fort mais ajouté à un peu de fatigue nous adaptions notre allure pour que cette randonnée reste une balade pour tous.

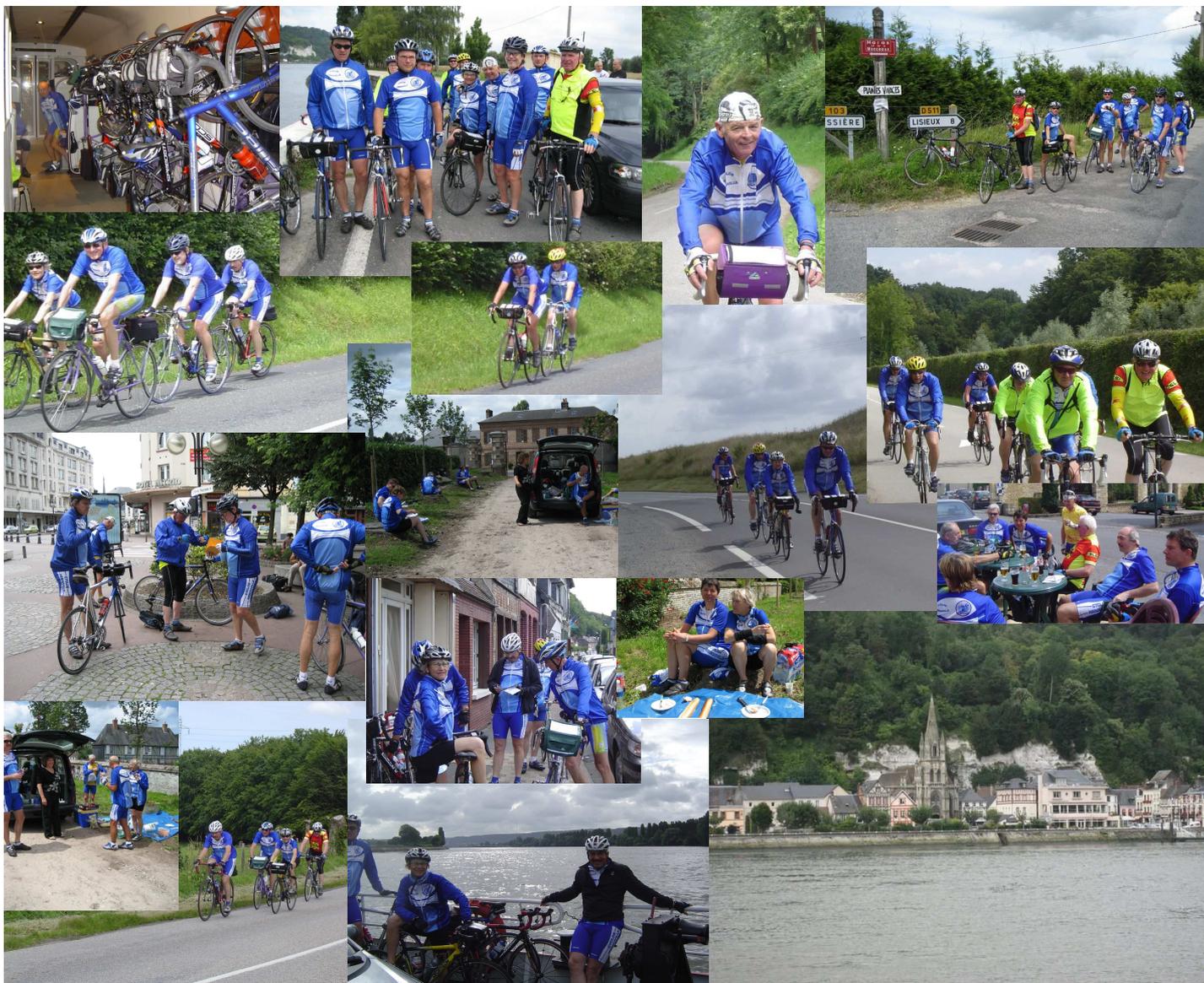
Arrivés à Saint-Pierre-Sur-Dives, nous faisons une halte à une terrasse pour déguster une bonne bière ou deux comme dirai Jean-François : « une dans chaque genou ».

Maintenant c'est tout droit vers Caen... Ouais mais là le vent est franchement de face et la fatigue se manifeste davantage. Les costauds, Jean-Claude et Jean prennent les choses en main en tête de peloton pour assurer un train accessible à tous et c'est quasiment dans un fauteuil que nous ferons ce dernier tronçon.

Un peu plus tard nous nous retrouverons chez Daniel et Martine « pour finir les restes ». Et ils étaient beaux les restes. Ainsi s'acheva ce Rayon d'or qui fut en fait une journée en or. Un grand coup de chapeau pour Daniel et Martine qui ont tout pris en charge et tout réussi. En général, il y a presque toujours un couac... mais là, rien. Même pas une petite crevaison, pas plus qu'une erreur d'itinéraire, même pas perdu Thierry, même pas oublié le sel, même pas une grévette de mes copains de la SNCF...

En un mot, c'était PARFAIT.

Michel CHAUSSEPIED - Photos de Thierry COUBRAY et Hubert ANNE



Semaine fédérale à Périgueux

Les amis des deux roues sont gâtés cet été 2007 en Dordogne. Chaleur et soleil sont au rendez-vous. Le grand moment reste bien sûr la Semaine fédérale internationale de cyclotourisme qui voit arriver pour la première fois un peloton de 15000 cyclos.

Les Périgourdins savent se mettre en quatre quand il s'agit d'accueillir.

Très bonne cuisine de terroir, avec foie gras, canard bien sûr, et de très bons plats régionaux. Que de bonnes tables. Attention les papilles !...

A Périgueux et aux alentours, que du deux roues. Le plus souvent en groupe, mais avec ou sans garde-boue, parfois en y mettant des sacoches, en famille, entre retraités ou entre jeunes, pour bouffer du kilomètre de bitume ou en collectionnant les cols. Bref, autant de lieux qu'il fait bon de découvrir au rythme du pédalier, en empruntant des routes peu fréquentées, mais souvent vallonnées.

A chacun donc sa manière de faire du vélo, et parfois de la trouver meilleure que celle des autres.

Comme certains peuvent le dire : que du bonheur !!!

Denis PERIER



Des nouvelles des Antipodes...



Bien sûr, le maillot d'Hérouville a vu du pays mais pour ce qui est de la perf, dommage !!

J'avais prévu un périple de 5 jours avec au programme env 500km ce qui en soi ne représentait pas un exploit mais peut-être à cause de mon manque de condition (je ne fais plus guère que 100 bornes par semaine en Nouvelle Calédonie), peut-être à cause des bosses à répétition (le nord de l'île du nord en est bondé, des bosses de 7% à 10%), peut-être à cause du poids de la bécane de location (un Cannondale bien rustique avec des paniers, non des sacoches), peut-être à cause du bon temps passé avec ma blonde juste avant d'entamer mon circuit (5 jours de bonheur absolu à Waiheke dans la baie d'Auckland), peut-être aussi à cause de l'ennui (je constate de plus en plus que je m'ennuie à rouler tout seul), très certainement à cause de tout ça en même temps, au bout de 3 jours à environ 100 bornes par jour, obligé de m'arrêter pour cause de mal au dos, mal aux jambes et même mal au cul...



Prévenez mon entraîneur perso qu'il y aura du boulot pour lui quand je vais rentrer...

Jean-François VAIN TAN qui, pour ceux qui l'ignorent, travaille depuis le début de l'année en Nouvelle Calédonie. Deux des photos sont dans le port d'Auckland (Nouvelle Zélande) et l'autre d'une plage près de Dargaville à 200 bornes au nord de la grande ville.



L'ACH passe aux horaires d'hiver

Qu'on se le dise et surtout, qu'on le retienne, à compter du 27 octobre, les rendez-vous du samedi seront à 13h30 et ceux du dimanche à 09h00.

C'est le week-end de l'heure d'hiver, donc facile à retenir

Point rencontre, toujours au Bois de Le Bisey

Tous les mercredis...

RENDEZ VOUS A 13H30 AU PONT DE BÉNOUVILLE POUR UNE RANDONNÉE A VÉLO DE 60 A 100 KM

Le mercredi, c'est la journée des enfants mais c'est aussi le jour où l'après-midi à 13h30 au Pont de Bénouville, quelques cyclos de l'ACH se retrouvent. C'est de là qu'ils partent s'oxygéner et faire tourner leurs "gambettes" pour une randonnée de 60 à 100 km suivant la saison.

Si vous avez un mercredi de libre, n'hésitez pas à venir les rejoindre "PLUS ON EST DE FOUS PLUS ON RIT !!!"

Pour tout renseignement, vous pouvez téléphoner à Sylvie au 02.31.37.15.28

Sylvie ANNE



DANS LE PROCHAIN NUMÉRO...

Le week end à Yvetot (76) des 29 et 30 septembre pour lequel 16 membres de l'ACH se sont inscrits.

Les pérégrinations de Sylvie et Hubert en Corse.

Les premiers pas de nos petits nouveaux au sein du club.

Et tout ce que vous voudrez bien y mettre...