



Numéro 09 - Octobre 2008



Conseil Général



Calvados

## Éditorial

L'Association Cyclotouriste Hérouvillaise est un club où il fait bon vivre. Notre état d'esprit, notre mode de « fonctionnement », sont notre marque de fabrique, notre signature.

Sans vouloir en rajouter, je trouve que, modestement et alors que nous ne sommes pas tous Hérouvillais, nous véhiculons (le mot est particulièrement approprié) une image très positive de Hérouville Saint-Clair, loin des caricatures écornées de cité dortoir : entraide, convivialité, partage, mélange, efforts, bonne humeur, joie de vivre, etc. Nous ne ramènerons jamais aucun titre de champion de quoi que ce soit et nous ne ferons pas la une des journaux sportifs, désolé pour ceux qui ne croient qu'à la vertu de titres ronflants, mais la venue à notre randonnée annuelle de cyclos venant de lointains horizons, heureux de nous retrouver, ou l'apport de nouveaux licenciés (plus de 20 % de nouveaux venus, ces dernières semaines), séduits par notre philosophie, démontrent que l'état d'esprit insufflé par les onze pionniers à l'origine de la création de notre jeune association était le bon.

Il importe qu'il soit préservé.

Bonne lecture à vous.

Daniel FIANI

## Que du bon Eure !



Sylvie avait bien préparé l'affaire, Catherine l'avait bien complétée, elles nous ont mitonné un week-end club aux petits oignons ! Toute la semaine, la météo nous avait prédit un temps pourri ; en fait, seul le vent nous aura un peu décoiffés, mais la bonne humeur aura ensoleillé ces deux journées.

Vers 10 heures, ce samedi matin, tout le monde est là, même Véro est en avance... Après quelques hésitations en cours de route, ce sont les embrassades de retrouvailles dans ce magnifique parc que le club de Conches en Ouche (Eure), nous a aidés à trouver.

Découverte des chambres, un peu rustiques, mais tout ce qui est nécessaire est là. On se retrouve à table pour un déjeuner improvisé où chacun veut faire goûter à l'autre ce qu'il a apporté, y compris quelques bouteilles de bon breuvage qui seront utilisées avec modération. Bavardages comme si nous nous retrouvions après dix ans d'absence, bref le repas est animé !

Mais nous sommes des sportifs (si, si...) et peu après nous revêtions nos habits de lumière au pied de nos fidèles destriers (ouah ! C'est beau...)

Car rendez-vous est donné pour quelques coups de pédale sur un parcours que nous a préparé le président du club de Conches. Quatorze partants pour cette balade. Sylvie, Martine et Stéphanie (les SMS) prennent le large le temps que Claude peaufine ses arguments...

La contrée est très verdoyante, le parcours dans la forêt particulièrement agréable sous le joli soleil d'automne. Un peu de vent tente de gâcher la rando, mais rien n'y fait, la bonne humeur est omniprésente. Ça bavarde à qui mieux-mieux alors que Sylvie n'est même pas là ! Impensable... Nous retrouvons les SMS qui nous attendent une vingtaine de kilomètres plus loin, plutôt fières qu'on ne les ait pas rattrapées.

La joyeuse troupe va sortir la grand voile sur la deuxième partie du parcours, le vent devenant un allié apprécié ! Nous voici déjà de retour, une halte (indispensable) chez l'aubergiste local pour une bonne pression réparatrice et c'est la douche avant de passer à table.

Un intermède surprise nous est concocté par Claude et Pascal qui improvisent un apéritif particulièrement apprécié ce d'autant que la salle du repas se trouve à quelques mètres et que nous nous y rendons à pied.

Le repas est de qualité, nous sommes seuls et le Chef (pas Michel, le cuisinot) et

(Suite page 3)

Pense bête...



**SAMEDI 6 DÉCEMBRE 17H45**  
**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE**

**SAMEDI 10 JANVIER 20H00**  
**GALETTE DES ROIS**

**SAMEDI 28 FÉVRIER 19H30**  
**REPAS DU CLUB**

**ET NOS RENDEZ-VOUS VÉLO**

**MERCREDI 13H30 À PEGASUS**

**SAMEDI 13H30 À LÉBISEY**

**DIMANCHE 09H00 À LÉBISEY**



## Vive les Vacances à Vélo

Ca, c'est des vacances comme j'aime !  
On était partis à l'aventure, les enfants avaient choisis un point sur la carte qui leur semblait intéressant : la coïncidence a voulu qu'ils choisissent Saumur, quinze jours avant la Semaine Fédérale...  
Saumur, c'est vraiment une région très agréable. Vallonnée, mais pas trop, chaude sans excès, des routes sympas, des endroits

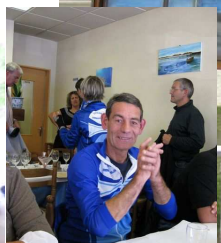
intéressants un peu partout et, par dessus tout, on peut faire du vélo en famille.  
On en aura profité un maximum avec un seul regret, c'est de ne pas avoir pu rouler avec Catherine et Michel qui, nous l'aurons appris un mois trop tard, étaient dans les parages, en même temps que nous.  
Daniel FIANT



## Moules-frites à Franceville

Encore une réussite que cette journée qui aura réuni 23 convives, dont certains courageux avaient poussé le plaisir à venir en vélo, voire en tandem.  
Un site accueillant « dégotté » par notre Sylvie nationale, un bon rapport qualité-prix doublé d'une qualité d'accueil qui fait plaisir.  
Quelques bolées de bon cidre plus tard, tout le monde se quittait,

non sans avoir traîné longuement à refaire le monde sur le parking du restaurant.  
Bref, une bonne journée et une bonne adresse à retenir.



*Il y avait même des vedettes de passage...*

(Suite de la page 1)

son assistante, sont au petits soins pour nous. Il est temps de retrouver nos draps. Pour la plupart d'entre nous, les chambres sont très chaudes ! Trop, pour certains d'ailleurs...

Le lendemain matin, après un petit déjeuner complet, nous voici prêts à partir. Didier, Véro et Stéphane rejoignent le départ à vélo, ils sont courageux. Le lieu de départ est difficile à trouver, mais la rando sera sympa, malgré un vent parfois violent et un temps quelque peu maussade qui aura découragé les clubs de la région : seulement 45 participants, dont 12 de l'AC Hérouvillaise.

Le club local, qui vient tout juste de se monter, est tout de même satisfait et nous promet de venir nous rendre visite lors de notre randonnée d'avril prochain. Ils nous auront, de toutes façons, accordé un accueil très chaleureux.

Un week-end souriant et convivial, une ambiance amicale où chacun trouve sa place, vivement l'année prochaine ! Daniel FIANT



## Voies vertes

Au cours de nos vacances, nous avons pour habitude de tester quelques voies vertes existantes dans les régions où nous séjournons. Cette année, nos destinations ont été le Morbihan avec Josselin, La Haute Savoie avec Doussard et les deux Sèvres avec Coulon.

En Bretagne, nous avons été conquis par le tracé Mauron Questembert qui est en fait celui d'une ancienne voie ferrée. Le revêtement est en parfait état et les paysages traversés magnifiques. Nous

sommes partis une fois de l'ancienne gare de Ploermel et l'autre de Loyat jusqu'au village de Mauron, le terme de cet itinéraire long de 53 kilomètres dans son ensemble. Au cours de nos trajets, nous avons traversé à deux reprises le canal de Nantes à Brest sur lequel nous avons eu aussi le plaisir de pédaler. Notre plus long parcours sur celui-ci nous a entraîné du Château de Josselin jusqu'au Roc St André en passant par l'écluse très fleurie de Montertelot où une halte photos s'est imposée.

En Haute-Savoie, nous nous sommes régalés une énième fois sur la piste cyclable du lac d'Annecy où ses abords nous offrent des vues imprenables sur les monts environnants.

Après Doussard au bout du lac, celle-ci se poursuit vers Albertville jusqu'aux abords d'Ugine dans une vallée encaissée surchauffée l'été où nous avons beaucoup souffert de la chaleur. Mais la grande découverte restera la voie verte Aimé(670 m) Bourg St Maurice (813m). Il s'agit encore d'un ancien tronçon ferroviaire suivant l'Isère qui n'est encore à cet endroit qu'un torrent dans un décor de sommets enneigés et de végétation alpestre. Nous avons ce jour là passé une journée de rêve sous un soleil éclatant avec comme récompense un bon pique nique sur la base de loisirs d'eaux vives qui marque la fin de la voie.

Notre troisième destination, le marais poitevin ne nous a non plus pas déçu. Entre Bessines à proximité de Niort, Coulon et Arçais, des chemins tantôt goudronnés ou en calcaire traversent le marais d'un bout à l'autre avec en prime des passages sur pilotis au dessus des conches. A une moyenne de trente kilomètres par jour, nos promenades nous ont fait découvrir une région calme et relaxante où la nature luxuriante n'est pas en reste.

Ces balades tranquilles et familiales, nous vous invitons vivement à les découvrir. *Thierry et Josette*



## Gilet de sécurité pour tous les cyclistes hors agglomération



*Rassurez-vous, les cyclistes n'auront pas obligation de se doter d'un triangle ! Mais le gilet, lui, sera obligatoire hors agglomération, de nuit, mais aussi lors de mauvaises conditions de visibilité.*

*Plutôt que de vous infliger les textes officiels, je reprends les termes que vous pouvez trouver sur les sites officiels. Ca concerne, de toutes façons, les automobilistes que vous êtes majoritairement.*

### Gilet et triangle obligatoires dans les voitures

Le gilet de sécurité et le triangle de présignalisation sont obligatoires dans tous les véhicules. Le décret du 30 juillet 2008 précise qu'à compter du 1er octobre, en cas de non-respect de ces obligations, des sanctions seront appliquées. « Le gouvernement a accordé ce délai afin de permettre à tous les particuliers d'acquérir le gilet et le triangle, et aux professionnels de doter leur flotte », a expliqué Jean-Louis Borloo, ministre d'État, ministre de l'Écologie, de l'Énergie, du Développement durable et de l'Aménagement du territoire. Mais à compter du 1er octobre 2008, leur absence sera désormais passible d'une amende forfaitaire de 135 € ou

d'une amende minorée de 90 €. Pour être conforme à la législation, le gilet doit porter le marquage «CE» (conforme à la directive 89/686/CEE) et comporter des bandes réfléchissantes. Il peut être de couleur jaune, verte, rouge, orange ou rose. Quant au triangle, de couleur rouge, il doit comporter le marquage E 27R.

### ...et gilet de sécurité pour tous les cyclistes hors agglomération

Cette mesure, valable hors agglomération, de nuit ou de jour par de mauvaises conditions de visibilité, décidée lors du CISR du 13 février 2008, entre en vigueur à compter du 1er octobre 2008. Elle vise à renforcer la sécurité des usagers les plus vulnérables. En 2007, 60 cyclistes ont été tués en ville et 82 hors agglomération, et on déplorait une augmentation du nombre de cyclistes blessés. Le non-respect de cette obligation est passible d'une contravention de 2e classe (35 € ou 22 €, en cas d'amende minorée).

*Ne pensez pas que ceci ne vaut que pour les cyclos qui roulent à des heures où d'autres sont encore endormis, rappelez-vous que, parfois, nous partons de bonne heure le matin ou, tout simplement, avec un brouillard un peu dense (comme Yvetôt pour le week-end club de l'an dernier). Sans en rajouter, c'est tout de même une question de précaution.*

*Il conviendra de suivre, et la FFCT ne manquera pas de nous guider, l'évolution et la matérialisation de ces éléments de sécurité ; ainsi, sachez que, pour les cyclistes, est considéré comme gilet tout vêtement porté sur le haut du corps tel que veste, parka, gilet, chemise ou chasuble. DF*

## Semaine fédérale à Saumur

Après les randonnées mer-montagne, je persiste dans la « capitalisation », non de mes avoirs bancaires, mais de mes participations à certaines manifestations cyclotouristes.

Et de 15 semaines fédérales dont 14 avec Catherine en tandem. Je dis en tandem, mais pas exclusivement car dans sa grande générosité pour chaque semaine fédérale elle m'autorise un bon de sortie (pas deux) qui me permet de faire en solo (officiellement) une journée.

Pour ceux qui ne connaissent pas cette manifestation de renommée internationale, c'est un peu la « grande messe » de la FFCT. Au début en 1927, confidentielle, aujourd'hui elle rassemble entre 12000 et 14000 cyclos et cyclotes de France et d'ailleurs et mobilise environ 2000 bénévoles. SAUMUR c'était la 70<sup>ème</sup>.

Pendant une semaine (la première d'août) à partir d'une ville, en étoile, on vous propose des circuits allant de 50 à 180 km, au choix.

Vous roulez comme vous voulez, vous mangez où vous voulez, vous partez et rentrez à l'heure que vous voulez. Il y a des jeunes comme nous, des moins jeunes, des très jeunes et même un encadrement pour les adolescents et préadolescents. Des excursions en autocar sont organisées chaque jour pour ceux qui ne roulent pas.

L'hébergement ? Vous pouvez la jouer « embourgeoisé »



(camping car, hôtel, gîte), spartiates (camping fédéral), romano (cyclos camping), collectif (cité universitaire, lycées..) ou chez l'habitant.

C'est le cyclotourisme à la carte. Comme souvent, il y a du bon et du mauvais.

Le mauvais, c'est l'esprit de pays conquis propre à toute manifestation massive. 14000 cyclos dans une ville, c'est une invasion et les autochtones ne sont pas toujours à la noce. C'est aussi, et essentiellement au départ le matin entre 8h30 et 9h30, des pelotons énormes qui débordent parfois la ligne médiane de la chaussée et encombrer les carrefours. Ceci a pour effet de mettre à mal mon flegme légendaire... car avec le tandem, dans ces conditions, manœuvrer, doubler (dans les descentes) ou nous ranger sur la droite (dans les montées) devient difficile voire dangereux. Et puis si la spécialité régionale est réputée, il faut compter avec les files d'attentes quelque fois dissuasives aux points de ravitaillements.



Mais le bon l'emporte largement. Rencontres, sites touristiques, gastronomie, liberté, ambiance générale, couleurs, paysages, exposants etc. pendant une semaine nous sommes en Vélocipédie avec les Vélocipédiens, en vacances et comme dirait quelqu'un que je connais, c'est SUPPPPER.



Cette année c'était Saumur, notre quatorzième semaine en tandem. Désormais, nous les abordons différemment, mais sans lassitude et avec autant de plaisir... Par exemple, trois fois, nous y sommes déjà allés à SAUMUR pour la randonnée Vin et Champignons.

Mais les clochers tors, les foués (ça se mange), le bon roi René, nous ne connaissions pas. Les habitations troglodytiques, les châteaux que nous n'avions pas eu le temps de visiter... les vins du pays... et encore, nous n'avons pas fait toutes les caves sinon nous y serions encore... Que du bonheur.

Et c'est comme cela à chaque fois. On croit connaître et grâce à



cette semaine fédérale, on en prend plein les yeux et plein la tête même, si certains jours, on en a plein les jambes et plein le c...

La pluie à Quimper, la canicule à Aurillac, les bosses, les cols à Oloron-Sainte-

Marie.. etc. n'ont pas réussi à nous décourager.

La prochaine se tiendra chez les Ch'tis à Saint-Omer, la suivante se fera à Verdun et en 2011 ce sera à Flers. Ce sera autant d'occasions pour ceux qui n'ont pas encore inscrit leur nom sur les tablettes de ce fleuron de la FFCT d'y participer une fois dans leur vie de cyclotouristes.

Si vous voulez en savoir plus appelez-moi ou Catherine. Un détail quand même : les places sont chères

pour les hébergements « bourgeois », c'est pourquoi il faut s'y prendre dès décembre ou janvier. Pour l'inscription elle-même, voire avec un emplacement en camping fédéral, février ou mars suffit.

Michel CHAUSSEPIED





## Forum des Sports

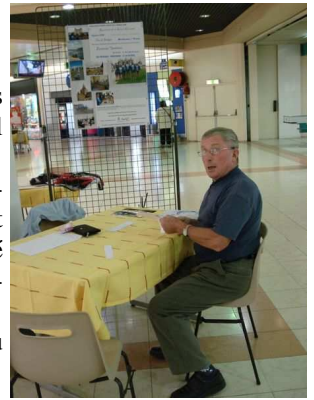
La ville d'Herouville Saint Clair organise cette année encore un Forum des sports le 12 et 13 septembre dans la galerie marchande du Centre Commercial Saint Clair. Notre présence est importante, et un juste retour des choses.

Les dates ne sont pas idéales puisque nous sommes en fin de saison. Mais pourquoi une idée semée en automne ne germerait-elle pas au printemps ?... C'est donc convaincus que pour la 3<sup>ème</sup> année consécutive nous y participons, au côté d'autres associations sportives d'Herouville, espérant convaincre quelques visiteurs qu'il fait bon vivre à l'ACH

Vendredi, à 9h, Bernard et moi sommes à pied d'œuvre pour l'ouverture du stand de l'A C H.

Un panneau évoque le fonctionnement du club, les horaires et lieux de rendez vous ; un second fait la part belle aux temps forts : mer/montagne, grandes randonnées, brevets, manifestations fédérales. Le tout largement illustré par les photos des uns et des autres, et agrémenté d'un maillot aux couleurs du club dont le logo est sans équivoque puisqu'il reprend le fameux château d'eau bleu de la ville. Pour compléter notre « carte de visite » Michel installe notre tandem dans la « vitrine ».

Pendant 2 jours le relais de nombreux adhérents permet un accueil continu et bon enfant pour satisfaire curiosité et, ou intérêt des visiteurs. Distribution d'informations, de coordonnées, du journal Rayons X ... chacun à sa manière parle également de l'ACH. Cela fera t il mouche ? Personnellement je pense que oui ! Catherine Chaussepied



Rapporté par Petit-Jean...

“ Le tour est joué ” ...



- Comment avez-vous remporté ce tour de France ?  
- A vélo.

## Sortie record !

En fin de saison, les objectifs se font plus modestes. Les divers calendriers sont épuisés, plus de randos prévues. Il ne reste plus que nos rendez-vous des samedis après midi et dimanches matins. En général, une participation plus modeste.

C'est pourquoi cette journée du 25 octobre sera à graver dans les annales : 17 participants !

Dans le groupe, des têtes nouvelles, comme Serge, Thierry, Claude, Stéphane, le second Serge.

Pour un club tout neuf comme le notre, il y a de quoi se réjouir.



25. 10. 2008



est le journal de l'AC HEROUVILLAISE

Contact pour le club : Michel CHAUSSEPIED - 02.31.95.68.45

Rédaction du journal : Daniel FIANT - 02.31.53.05.73

Site Internet : <http://ach.cyclos.free.fr> Webmaster Hubert ANNE



Les (nombreuses) photos que vous avez retrouvées dans ce numéro de « Rayons X » sont de Thierry Coubray, Hubert et Sylvie Anne, Claude et Thierry Garnier, Daniel Fiant, Catherine et Michel Chaussepied. Merci à toutes et tous.