AOÛT 2023
NUMÉRO 221
AMICALE CYCLISTE CANÉTOISE

R.T.T Route et Tout-terrain

CANET EN ROUSSILLON

Toute l'information des réunions de votre club

FF vélo — À vélo tout est plus beau !

SOMMAIRE

Pour les vacances, on a pensé à vous !	1
Cyclomontagnardes, n'attendez pas de vieillir !	2 à 7
Le 2 juillet, participation à la Pyrénéenne à Bagnères-de-Bigorre	8
Cyclotourisme et histoire	9-10
Le VAE, c'est bien mais ...	10
Pourquoi la Manu Mayen ?	11
La Manu Mayen vue par Litshy	12
La Manu Mayen : merci	12-13
Grillade de rentrée	13
Les vélos ont-ils le droit de prendre des sens interdits ?	13
9 septembre : le forum des associations	14
Tous à vélo	14
Le point sur les séjours 2023-2024	14-15
Comment consulter en ligne la revue « Cyclotourisme » ?	15
Changement d'heure de départ	15
Les évènements du mois	15

RÉUNION MENSUELLE
ET GRILLADE DE RENTRÉE
VENDREDI 1 SEPTEMBRE À 18H00
À L'AIR DU MAS

AC CANET

Pour les vacances, on a pensé à vous !

Ce mois-ci, la rédaction de votre mensuel « R.T.T Route et Tout-terrain » a décidé de vous offrir un numéro « spécial Vacances ».
Tout au long des 15 pages de ce magazine, vous accompagnerez nos envoyés spéciaux dans les défis qu'ils se sont lancés qui dans les Pyrénées, qui dans les Alpes; nos historiens vous feront revivre les batailles du Boulou comme si vous y étiez et ils vous conteront la genèse du nom de notre randonnée annuelle, la Manu Mayen, que par ailleurs vous pourrez revivre à quatre pattes; vous prendrez conscience que le VAE c'est bien, mais pas toujours; une certaine adhérente, que je ne nommerai pas mais qui habite Saint-Nazaire et dont le prénom commence par un S, saura désormais qu'un vélo a le droit de prendre un sens interdit mais uniquement dans certains cas; vous prendrez conscience qu'après les vacances c'est la rentrée et que celle-ci ne sera pas pour nous le lundi 4, mais le vendredi 1, puisque ce sera le jour de la grillade « de rentrée »; vous pourrez commencer à remplir votre agenda du mois de septembre : forum des associations le 9, Tous à vélo le 16; après l'agenda, vous pourrez aussi remplir des chèques si vous comptez participer aux séjours à venir; si vous êtes des gloutons de lecture et que ce RTT ne suffit pas à vous rassasier, vous pourrez aller consulter en ligne la revue « cyclotourisme », puisqu'on vous redonne le mode opératoire; enfin, ceux qui ont du mal à se lever le matin, et j'en connais, pourront décompter le nombre de jours qui les séparent d'un départ à 8h00.
Un grand merci aux rédacteurs de ce numéro : par ordre d'apparition à l'écran : Maurice, Guy, Christian, Bernard, et votre serviteur.
Bruno

Cyclomontagnardes, n'attendez pas de vieillir (1) !

Commentaire introductif

A l'échelle régionale, nos clubs ont des pratiques et des habitudes très disparates. Au sein de l'équipe du CoReg, je fais partie des « petits rouleurs ». Cette année je m'efforce de

- découvrir quelques pratiques qui me sont encore accessibles : challenge régional, chasse aux BPF les plus proches.
- participer à des manifestations organisées par les clubs de membres du CoReg. C'est le cas de la Cyclomontagnarde des Hautes Pyrénées (HA-PY) qui s'est déroulée les 17 et 18 juin.

Vu les niveaux de forme et d'entrainement je me suis contenté de la version la plus simple encore appelable cyclomontagnarde, sans aucune fioriture ni option supplémentaire : la HA-PY Liht version tourisme (sur 2 jours). La suite a montré que c'était une sage précaution.

Comme dans toutes les cyclomontagnardes, la même commune sert de point de départ et d'arrivée. Pour celle-ci il s'agissait d'Argelès-Gazost. Les organisateurs ont choisi d'en faire également le point de neutralisation. C'est plus pratique pour un déplacement en famille.

17 juin, au programme le col du Soulor.

Les départs sont possibles entre 8h et 9h. Environ 2 km de plat séparent le camping où nous avons loué un Mobil Home du pointage départ. En partant à 7h40, il est donc possible de démarrer avec les tout premiers.

Le circuit nécessite de traverser Argelès-Gazost, ce qui s'est révélé assez compliqué. Heureusement je suivais une vingtaine de cyclos dont certains connaissaient visiblement les lieux.

Direction Lourdes par de petites routes avec des côtes aux pentes relativement modestes mais qui nous mettent tout de même 240 m de dénivelée dans les pattes quand nous effleurons la ville par l'Ouest.

Notre petit groupe oblique à gauche vers St Pé de Bigorre et Bétharram. En arrivant à Bétharram, on remarque sur la gauche, à flanc de colline, un ensemble d'édifices neufs, d'aspect religieux mais de taille relativement modeste. En regardant plus attentivement, j'ai interprété cela comme un chemin de croix dont les stations seraient constituées de réductions d'édifices religieux, cathédrales ou basiliques, faisant tout de même 1 ou 2 étages.

Après quelques km sur une route peu intéressante, halte à Asson pour le premier contrôle – ravitaillement. Les autres membres du groupe, plus jeunes et plus impétueux, prennent une pause plus courte et je repars seul… mais avec un tampon de plus sur la carte du challenge régional. Tant qu'à faire, autant amortir le déplacement.

Une demi douzaine de km plus loin les pentes augmentent et approchent les 7%. Ceux qui sont partis plus tard commencent aussi à me doubler.

A la sortie de Ferrières (je crois), petite descente rapide, virage à gauche sans visibilité et un « mur »! Vite passer sur le triple plateau (le plus petit évidemment) ! Mais il ne passe pas. Je croyais pourtant avoir corrigé ce problème une semaine plus tôt.

Pour l'instant je compense en montant de 2 pignons à l'arrière.

Les pentes à 7,5 - 8 – 8,5 – 10 – 8 – 9 % … s'enchaînent. Ce sont des pentes moyennes sur 1 km et le profil est irrégulier. Même en mettant tout à gauche à l'arrière, je tire trop gros et puise trop dans mes réserves.

Du paysage je ne profite guère. Bien sur, à droite en contrebas de la route se développe une verdoyante vallée de montagne, mais ce n'est qu'une image globale, pas moyen d'en saisir les caractères spécifiques. La concentration est entièrement accaparée par l'effort.

Enfin le col, machinalement, quand la pente s'adoucit, au niveau d'un petit chalet où sont attablés des cyclos, je donne 4 ou 5 coups de pédale plus « énergiques », puis tout aussi machinalement je m'arrête alors qu'il reste quelques mètres à gravir. Je descends du vélo, et là, la tête commence à tourner, la vue à légèrement se voiler. Ca a duré une bonne quinzaine de secondes.

Pointage, ravitaillement et eau fraîche appréciés.

Le Soulor 1474 m, 1579m de dénivelée en 68 km.

Il reste encore 21 km à parcourir, avant le pointage de neutralisation à Argelès-Gazost, quasiment tout en descente, heureusement

Avant de partir, je règle le dérailleur avant et profite des faibles pentes du sommet pour le tester. Demain, si je veux avoir une chance d'arriver au Tourmalet, il faudra absolument le passer ce maudit plateau !

La descente a été prudente, en évitant de prendre trop de vitesse, conscient que les sens émoussés par la fatigue pourraient être cause d'accident.

Toute la soirée a été marquée par le poids de la fatigue et du doute. Sera-t-il possible d'aller plus haut et plus loin ?

18 juin, objectif col du Tourmalet

Ce matin les contrôles départ s'effectuent entre 7h et 9h. Le réveil a sonné à 5h30 pour des préparatifs tranquilles ainsi qu'une petite promenade du chien.

Les premiers coups de soleil de la saison étant durs à partir, comme hier je tartine copieusement bras et cuisses de crème solaire et mets par dessus le maillot une chemise légère qui protégera mes bras des premiers rayons du soleil et sera bien supportée dans la fraîcheur matinale. Plus tard, elle trouvera place dans la sacoche. Pour l'instant j'en extrais le coupe vent et le mets par dessus la chemise tant la fraîcheur est bien marquée. Pas moyen de faire mieux car j'ai oublié à la maison une veste de pluie toute neuve et rétro-réfléchissante de partout. A propos de pluie, il fait bien gris, mais il, paraît qu'en ce moment les orages c'est le soir.

Au contrôle départ, confirmation : orages vers 17h selon certains, vers 15 h pour d'autres, avant beau temps.

Ce sera tout le contraire.

Aujourd'hui, contrairement à hier, en 200-300 m nous sommes sortis de la ville.

Sur le papier, les choses sont simples, ça grimpe jusqu'à Luz St Sauveur et ça grimpe encore plus jusqu'au Tourmalet, ensuite on redescend l'équivalent de presque tout ce qu'on a grimpé, et après un repas à Campan on fait encore quelques bosses afin de rajouter de la dénivelée.

Nous grimperons donc par Luz St Sauveur, c'est à dire que nous ferons l'inverse d'il y a 20 ou 25 ans lors de la première grande sortie du club. A l'époque nous étions 2 ou 3 à nous être détachés du groupe, environ 4 km avant le col. Cette année le scénario a été bien différent. Comme hier je n'ai rattrapé aucun cyclo, par contre ceux qui sont passés devant ont été nombreux.

Pour l'instant nous sommes dans les tout premiers km, le long du gave. La petite bruine du départ fait place pendant plusieurs minutes à un vent d'une tiédeur intense, puis reprend. Un coup de sirocco serait il arrivé jusqu'ici ?

On grimpe, il y a des gouttes. À Pescadère ou à Sassis, il y a en contrebas de la route un drôle de château en pierre, en fait c'est une installation électrique.

La petite pluie commence à traverser coupe-vent, chemise et maillot sans que cela affecte la température du corps . Serait-ce l'effet de la crème solaire ?

Luz St Sauveur, carrefour avec la D918. Le fléchage routier indique Tourmalet sur la droite. Vu la pente, on rentre effectivement dans le dur.

Rapidement, la prudence impose de passer sur le plus petit plateau afin de s'économiser. Une fois de plus, il ne veut pas passer.

Quelques km plus loin, les pentes atteignent 8 % et les premières aires de chaînage apparaissent. Je m'arrête sur une pour essayer de résoudre mon problème. Action sur la vis de butée, léger desserrage du câble, rien n'y fait. J'ouvre la sacoche, prends un petit sac papier (pour cartes postales), attrape la chaîne et la descend sur le petit plateau. Les cyclotouristes étant respectueux de l'environnement, je retourne le sac et le remets dans la sacoche. Les mains ne sont presque pas sales, pas de bruit désagréable en tournant les pédales, pour le même effort, j'ai 3 ou 4 pignons disponibles à gauche. C'est bon pour le moral.

Arrive Tournaloup. Je n'ai pas remarqué le panneau, par contre le contrôle-ravito est bien visible, il y a quelques cyclos.

La pluie s'est arrêtée et j'ai tendance à m'attarder. C'est alors que quelqu'un fait remarquer que l'orage va arriver. En effet plus bas c'est bien noir !

J'enfourche le vélo, toutes les minutes gagnées sur la météo sont bonnes à prendre. Hélas elles seront peu nombreuses, 3 ou 4 lacets plus loin les premières gouttes me rattrapent. Elles traversent vite les vêtements, et cette fois elles sont plus froides.

La pluie va en s'intensifiant, l'eau ruisselle sur la route. Des bruits se font entendre périodiquement au niveau de la roue arrière et parfois de la roue avant. Tout semble normal, c'est probablement du sable qui frotte entre les patins de frein et la jante.

Et les paysages dans tout ça ? Oui, c'est escarpé, sur la droite des crêtes déchiquetées se détachent malgré tout des nuages, mais gris sur gris, c'est moins gai que gris sur bleu. Il faut bien le dire, l'heure est plutôt à courber l'échine qu'à la contemplation.

En fait, la vraie distraction, c'est de regarder les cyclos qui doublent. Aucun ne passe en flèche, et si la différence d'allure est parfois nette, ils ne s'éloignent jamais très rapidement. En voilà un qui passe, suivi à 20 m par un autre, lui même suivi à 50 m par un troisième. Je les garde en visuel pendant 2 lacets, puis ils disparaissent successivement. A l'occasion d'une portion de route moins sinueuse, en voila 2 qui réapparaissent, puis disparaissent. Un autre double, le jeu recommence. Ainsi s'égrènent les quelques kilomètres qui me séparent du col.

Et la pluie est toujours là, froide.

Dernier km, pente moyenne annoncée 10 %. Je monte d'un pignon. Me voila en 32/27, il reste encore le 30 dents disponible, ça devrait aller.

Col du Tourmalet, enfin! Il y a d'importants travaux, et même si les équipes sont en intempéries, les feux de chantier sont nécessaires. C'est ainsi qu'avec 3 autres cyclos nous sommes bloques 40 à 50 longues secondes derrière deux motards espagnols qui viennent de nous doubler.

Enfin l'orange clignotant, mais les motards ont entamé une discussion qu'ils continuent. Les cyclos se manifestent bruyamment et ils démarrent.

Formellement aucun arrêt n'est nécessaire, le prochain contrôle étant à Ste Marie de Campan, mais je voudrais me faire tamponner la carte des sites BPF des Hautes Pyrénées. Je m'arrête. La petite Esplanade au pied de la boutique du Tourmalet est complètement encombrée : fourgonnettes qui suivent probablement des groupes de cyclos indépendants, motards qui étaient probablement la veille à Lourdes pour la bénédiction qui leur était, paraît il, consacrée.

En grelottant, je pousse mon vélo sur la grave en attente de revêtement, atteins le « balcon » de la boutique, gros immeuble rond en béton, appuie le vélo avec beaucoup d'autres contre le mur, à un endroit où il est partiellement à l'abri de la pluie, prends la sacoche et entre. Il y a à l'intérieur tout un tas de cyclos qui n'achètent rien et tentent en vain de se réchauffer. J'en croise un qui visiblement est entré dans le même but que moi et qui m'apprend que la boutique n'a pas de tampon. Comme un sot, je ne pense pas à la solution du ticket de caisse. Il est vrai que ce que j'ai vu jusqu'à présent n'est guère adapté aux dimensions de la sacoche, et puis j'ai tellement froid que je n'ai pas l'esprit à parcourir la boutique de long en large. En sortant je cherche un abri relatif qui permettra de photographier la grande statue de cycliste. C'est un élément remarquable du col et elle devrait être acceptée. Mais j'oublie que le vélo doit être photographié devant !

Bref ce site BPF ne sera pas épinglé ce coup ci, et probablement jamais !

La descente commence, 50 % du temps sur les freins car il ne faut surtout pas prendre de vitesse.

La Mongie, dieu que c'est pentu ! Nous en avions bavé jadis, tellement la pente était raide, mais là, en descente, et vu les conditions météo, c'est flippant, d'autant que par un curieux effet d'optique, on a l'impression que par endroit l'eau ruisselle sur du gravier.

La Mongie est passée, quand je freine, la roue avant a un léger louvoiement. Je comprendrai plus tard que ça ne vient ni du vélo ni de la chaussée, mais que c'est moi qui en tremblant imprime ce mouvement.

La pente diminue, mais reste importante, la pluie continue. A l'entrée d'un pare avalanche, une demi douzaine de moutons, tous tondus, se blottissent les uns contre les autres au plus près de la paroi rocheuse.

Quelques km plus loin, la pluie et la pente diminuent. On sent bien que l'air est plus doux , mais le corps ne se réchauffe pas et le tremblement continue. Vivement le prochain contrôle. La route traverse de nombreux hameaux qui s'appellent tous machin truc quelque chose de Campan, mais de Sainte Marie point.

A l'entrée d'un village plus important le panneau tant attendu apparaît. A un carrefour, j'aperçois un organisateur reconnaissable à son T shirt vert qui indique où s'arrêter. Il y a une cour pour les vélos, une petite table à l'abri pour les pointages. Les plateaux repas sont servis à l'étage.

Malgré les tremblements impossible à réprimer (les mouvements ont une amplitude de quelques centimètres), j'enlève la sacoche et monte. Passé la porte, la prise en charge est immédiate, la « dotation » se compose d'un plateau repas, d'un gobelet et d'une bouteille d'eau. Je tremble tellement qu'une dame propose de me porter le plateau repas pourtant fermé. Proposition déclinée le plus poliment possible. Je cherche une table et reconnais les maillots de Castres. Je me joins à eux. Tous les cyclos sont trempés, la plupart agités de tremblement, les Castrais sont secs! Le matin, quand ils ont vu le temps, ils sont descendus vers la plaine, puis sont remontés par Bagnères de Bigorre et ils attendent un collègue qui lui, a fait le Tourmalet. Ces gens ne sont pas pour autant des petits plaisantins. L'un d'eux est amateur de longues distances, flèches et voyages itinérants. En fait la cyclo-montagnarde n'était pas leur but principal. Ils ont établi leur camp de base à Lannemezan, d'où ils ont rayonné 2 ou 3 jours. Le 16 ils sont venus à vélo jusqu'à Argelès-Gazost pour participer à, la cyclo-montagnarde les 17 et 18. Au programme du 19 ils avaient le Pont d'Espagne, avant de retourner à Lannemezan. On peut donc imaginer que leur bagage était relativement léger et qu'ils n'avaient pas envie de mouiller leurs tenues.

Leur collègue est arrivé au moment du café, trempe comme une soupe et lui aussi avec la tremblotte.

C'est reparti, à Campan, il ne faudra pas oublier de prendre à droite la D 38.

Campan est 3 ou 400 m derrière, toujours pas de D8, demi tour. Traversée du village en sens inverse, rien! La feuille de route précise que la D8 se prend au niveau de la halle couverte et de la fontaine. Troisième essai en cherchant ces deux indices. Effectivement il y a bien une halle et une fontaine assez discrètes. Je prends à droite, discipliné mais pas convaincu. A la sortie du village, une borne kilométrique indique effectivement D8. Beaucoup de cyclos ont du faire un tout droit. Du reste, pendant 8 km, tant que je n'ai pas traversé la route laissée à Campan, je n'en ai vu aucun.

Il y a quelques côtes, pas très méchantes, mais je reste sur le plus petit plateau car j'ai remarqué sur la feuille de route qu'il y aura bientôt un tronçon de 1 km à 10 %. Je commence enfin à sécher, la tremblotte disparaît et le moral revient. Petite sensation au niveau de la roue arrière, non ce n'est pas ça, je m'arrête quand même pour vérifier, si, c'est une crevaison ! La route est étroite, bien rurale, avec des bas cotés enherbés et humides, des salissures dont on ne sait trop si c'est de la terre noire ou de la bouse. Je viens de mettre un genou à terre et un échantillon s'y est collé. Ca va. Bien qu'il ait fallu faire attention à ne pas coller de cochonnerie sur la chambre à air de rechange ou à l'intérieur du pneu, la réparation s'est assez bien passée, à un détail près : le manuel du petit cycliste dit que pour enlever la roue arrière il faut mettre tout à droite : grand plateau, petit pignon, ce qui a été fait.

Je repars donc avec une crainte par rapport au fameux tronçon à 10 %. Arrivé au pied de celui-ci, miracle le petit plateau passe. La cote aussi et 20 à 25 km plus loin, sonnez trompettes, c'est l'arrivée.

Col du Tourmalet, 2115 m, 1891 m de dénivelé en 42 km.

Cette cyclo n'a été que de la peine, d'une certaine manière la marque de ma déchéance. Pourtant quelques jours après je ne regrettais rien.

Maurice Batut

Cyclo-montagnardes, n'attendez pas de vieillir (2) !

Commentaire introductif

Cette année, la participation aux deux cyclo-montagnardes régionales était avant tout une marque de sympathie envers deux membres du CoReg :

- le secrétaire, dans le cas des Hautes Pyrénées, les 17 et 18 Juin
- le web-master dans le cas des Pyrénées Audoises, les 1 et deux juillet.

Sur le papier la seconde était plus à ma portée car plus longue pour moins de dénivelé, donc a priori moins de pentes. Par contre, en raison de la faible altitude, je craignais la chaleur. Donc même précaution pour les deux : choix de l'option minimale !

Autant à Argelès Gazost matériel puis météo se sont attachés à compliquer les choses, autant à Limoux, les conditions se sont avérées idéales. Les températures inférieures aux moyennes saisonnières rendaient la petite laine nécessaire pour les apéritifs (oui apéritifs) pris le soir avec un groupe de 4 à 6 « Haut Pyrénéens ».

Premier Juillet, les Corbières.

Pendant les kilomètres de mise en jambe nous grimpons les flancs d'une petite vallée verdoyante conduisant à Valmigère puis au col du même nom par des pentes très raisonnables.

Une ou deux descentes plus loin, changement de décor, sur notre droite s'étend une vallée plus large, de tendre le vert est devenu sombre et tranche avec le blanc légèrement gris des falaises calcaires, la perspective est bien plus lointaine avec au moins deux niveaux d'arrière plan.

En raison de travaux sur la chaussée les organisateurs ont modifié une partie du parcours. Nous ne ferons pas le col de la Redoulade, le plus haut de la journée bien qu'il plafonne à 752m. Le détour ajoute 6 km, un peu de dénivelé, des pentes plus douces et commence par la côte de Mouthoumet. A ma grande surprise, je la passe plus facilement que par le passé. Il faut dire que je l'aborde plus tôt qu'autrefois, que l'air est plus frais et moi aussi. Je commets même l'imprudence de forcer, au point que je sers de lièvre à un gars plus costaud (pas difficile de nos jours), mais qui à ce moment là avait un léger passage à vide.

Après la roque de Fa, les choses rentrent dans l'ordre: ça remonte, les efforts précédents se font sentir mais ça va quand même, le gars me passe et me lâche progressivement, non sans avoir eu l'amabilité de me proposer de rester avec moi et de me prendre dans sa roue. Proposition déclinée car dans ce genre de situation on force un petit peu plus que nécessaire pour ne pas être trop gênant et et on finit dans le rouge.

Les montées font généralement place à des descentes, et celle ci m'offre une vue inhabituelle sur le château de Peyrepertuse.

Arrive le contrôle ravitaillement de Soulatgé. Ravito somptueux, mieux qu'à Canet, c'est dire !

La suite du parcours nous fait passer par Cubières sur Cinoble, Bugarach et Rennes les bains, autant de noms connus à l'ACC, même si on y passe rarement.

Pointage ravitaillement copie conforme du précédent à Couiza et c'est le retour vers Limoux. La feuille de route ne mentionne aucun col, allons y gaiement. Sauf que la côte du Serpent (plus exactement de Le Serpent) est là en embuscade, au moment le plus chaud de la journée. Sans être vraiment difficile, nous avons été nombreux à nous relâcher trop tôt et à être surpris.

J'ai achevé les derniers km avec un autre cyclo qui à ce moment de la rando montrait le même état de forme que moi. A l'arrivée, il était très satisfait compte tenu de son âge : 75 ans ! Félicitations Monsieur.

2 juillet petite et moyenne montagne.

Le col le plus haut, celui des sept frères est à 1253m, pour mémoire Limoux est à 170m.

Cette journée se passera principalement en compagnie de 4 Haut-Pyrénéens qui ont réussi à faire avancer l'heure du petit déjeuner.

Les paysages diffèrent sensiblement de ceux d'hier. Ce sont d'abord des collines plutôt arrondies et recouvertes de prairies encore verdoyantes. Progressivement, mais assez rapidement, les espaces boisés prennent de l'importance, puis deviennent dominants pour enfin donner un paysage de moyenne montagne que nous abandonnons temporairement pour un paysage plus sec aux environs de Puivert.

Une vingtaine de km plus loin nous entrons dans les gorges du Rebenty, toujours aussi belles, et qui nous conduisent bien à l'ombre jusqu'au contrôle ravitaillement de Niort de Sault.

En repartant nous laissons la route principale à ceux qui ont choisi l'option plus et le col du Pradel, nous nous contenterons de celui des sept frères. Passe ou passe pas sur le petit plateau ? En fin de comptes, je reste sur le 39/22. De fait, le rythme de pédalage est lent et je suis le plus souvent dressé sur les pédales. Mes compagnons d'un jour, adeptes des petits développements ne montent

pas plus vite. Moins galant que les deux autres messieurs, je laisse temporairement mes 4 compagnons pour monter à mon rythme, et traverse seul le plateau de Sault.

En cette saison, les environs de Belcaire sont toujours aussi agréables et apaisants. Suit une longue, longue descente que je ne voudrais pas avoir à reprendre en sens inverse et qui aboutit à Bélesta (pas le nôtre) pour un contrôle et un plateau repas. N'ayant pas « fait » la descente, mes compagnons de route m'y rejoignent rapidement.

Les plateaux repas semblent standardisés. Celui d'aujourd'hui ressemble beaucoup à celui de Ste Marie de Campan.

C'est reparti, encore 3 cols, pas très méchants . Le premier me donne une drôle d'impression visuelle. Je finis par trouver pourquoi. Le profil en travers de la vallée rappelle celui qu'on longe en montant sur Paziols depuis Estagel. Dans les deux cas elles s'étendent sur la droite, ont un fond en V évasé, surplombé de falaises calcaires, mais ici la vigne est remplacée par de la prairie et les pins par une forêt de feuillus plus dense, probablement des chênes. Le col du BAC m'a déçu car je n'ai pas trouvé l'embarcadère, l'autre ne m'a laissé aucun souvenir.

L'arrivée à Limoux se fait sereinement.

Au bilan cette cyclo-montagnarde, du moins dans son option de base, n'était pas très difficile. La distance était là, la dénivelée aussi, les pentes moins. Dans le jargon du tour de France, un profil pareil s'adresserait plus aux puncheurs qu'aux grimpeurs. Cependant, avec la chaleur, le jugement aurait été probablement différent. Pour les chasseurs de cols, elle était une aubaine, nous en avons passé au moins 13, tous peu connus. En comparaison dans l'option HA-PY light, il n'y en avait que 4, mais deux prestigieux : Soulor et Tourmalet.

Dernier point, à Limoux j'étais dans le flux, et çà, c'est aussi bon pour le moral que pour le plaisir.

Maurice Batut

Col du Tourmalet (2115m)

Le 2 juillet, participation à la Pyrénéenne à Bagnères de Bigorre

981 dossards avaient été attribués ce 2 juillet à Bagnères de Bigorre pour « La Pyrénéenne », cyclosportive de référence dont l'épicentre se situe chaque année au Tourmalet. Quatre parcours cyclosportifs aux qualificatifs impressionnants pour certains *(XXL ou « Extrême »)* tricotaient autour du géant des Pyrénées. Une version cyclotouriste plus adaptée à mes possibilités se limitant à un aller et retour du sommet m'a permis de porter les couleurs de l'AC Canétoise dans cet endroit mythique.

Le Tourmalet ça se respecte car, quel que soit le versant emprunté, il vous donne une leçon d'humilité. Vous devez être un minimum entraîné, raison pour laquelle je m'étais offert un hors d'œuvre de choix, 48 h avant, en allant escalader le Soulor et l'Aubisque malgré un brouillard persistant et 9° sur les sommets.

À 9h du matin, en dernière vague sur la ligne de départ, nous fûmes 80 cyclotouristes dont 10 Australiens à nous lancer avec les encouragements sympathiques de Bruno Armirail, récent maillot rose du giro et enfant du pays. Les différents maillots : Brive, La Rochelle, Agen, Brest, Albi, Rodez, Dax, Canet en Roussillon … témoignaient de l'origine géographique des participants.

Comme toujours, même dans les versions cyclotouristes, ça démarre fort, c'est ainsi que le peloton s'est rapidement étiré le long de l'Adour sur la route qui remonte vers Sainte Marie de Campan. Les forts pourcentages aux abords des cascades de Gripp ont ensuite opéré une sélection naturelle, chacun montant à sa main. Aux abords de La Mongie, alors que de nombreux camping-cars commençaient à s'installer dans la perspective du tour de France, les coureurs d'une des versions les plus musclées commençaient à arriver en sens inverse dans un chapelet ininterrompu. C'était vraiment la fête du vélo dans les derniers kilomètres : cyclotouristes en pleine ascension rattrapés par les premiers cyclosportifs de la version 3 et cyclosportifs de la version 2 entamant la descente. Le tout sous les encouragements de nombreux touristes, Belges notamment.

Dans ce décor grandiose au-dessus de la station, les jambes étaient bonnes et c'est bon train que j'ai enchaîné les lacets annonçant le sommet, encourageant même un participant en sérieuse difficulté à prendre ma roue dans les deux derniers kilomètres.

Quelle joie enfin de franchir ce col mythique pour la 6ème fois, ma dernière ascension datant de … 2003. C'est sous un beau soleil que cet instant a été immortalisé devant le géant avec les couleurs de l'AC Canétoise. Comme d'autres cyclotouristes, j'ai savouré ce moment en admirant le superbe panorama offert par le Pic du midi alors que les cyclosportifs à la recherche d'une performance se limitaient à saisir un ravitaillement furtif sous les tentes installées à cet effet. Manifestement, les Hautes Pyrénées ne souffrent pas de la sécheresse, l'eau coule en abondance dans les torrents !

C'est ensuite très tranquillement que j'ai effectué les 30 km de descente jusqu'à Bagnères, traversant cette fois-ci La Mongie dans une brume épaisse, avant de participer au repas qui était offert à l'arrivée.

Très heureux d'avoir porté les couleurs de l'AC Canétoise sur La Pyrénéenne.

Guy Billès

Cyclotourisme et histoire

Aujourd'hui, une fois n'est pas coutume, je ne vais pas chercher à vous faire sourire, mais je vais tenter de vous émouvoir et de titiller votre fibre patriotique.
Une nouvelle fois, Lucien, en ce premier jeudi du mois de juillet, nous a concocté un petit circuit alliant sport et culture. Après avoir parcouru une quarantaine de kilomètres sans trop de difficultés, durant lesquels nous inaugurons la piste cyclable reliant Corneilla-del-Vercol à Bages, et après avoir passé Tressere, nous nous engageons sur une petite route mal carrossée.
C'est alors qu'apparait à notre gauche, dans un petit bois, une multitude de stèles. A l'orée de la clairière les abritant, un panneau où figure le portrait de Napoléon Bonaparte. Un deuxième panneau nous indique qu'il s'agit du site N°2 commémorant la bataille du Boulou. Nous continuons notre chemin sur cette route défraîchie. La pente s'accentue pour finir à 12% et nous débouchons sur une clairière au bord de laquelle trône un mat arborant notre drapeau national. Sur cette clairière depuis laquelle nous dominons toute la vallée d'Argeles à Céret, un autre panneau nous informe que nous nous trouvons sur le site N°1 de cette même bataille. Nous y faisons une pause et profitons de la table d'orientation sur laquelle sont représentées les différentes manœuvres opérées par les généraux de l'armée révolutionnaire.
Mais quelle est cette bataille dont j'ignorais l'existence ?
Et quel a été le rôle de Bonaparte dont l'effigie trône à l'entrée du site?
Ma curiosité est piquée au vif. Je me jette sur mon smartphone à la recherche d'informations.
En premier lieu, je découvre qu'il n'y a pas une mais deux batailles du Boulou. La première, qui se déroule dans la nuit du 14 au 15 octobre 1793, voit la victoire du général Antonio Ricardos de l'armée Espagnole qui, après avoir franchi les Pyrénées, établit la frontière le long de la Tech.
La seconde qui se déroula les 29 et 30 avril 1794 est la seule que notre esprit chauvin veut retenir. Bref, c'est celle que nous commémorons.
En fait Bonaparte, bien que déjà général des armées révolutionnaires, ne participe pas à cette bataille.
Les espagnols pressentent une contre-offensive et remplacent le marquis de Las Amarillas par Luis Fermin de Carvajal à la tête de l'armée espagnole en charge de défendre les rives du Tech. Les espagnols le considéraient comme un officier plus propre à briller à la cour que sur un champ de bataille.
Le général Dugommier à la tête de l'armée des Pyrénées-Orientales, connait parfaitement la géographie des lieux. Au mépris des ordres reçus du Comité de Salut Public, il prend le risque de mener son combat selon ses propres convictions et remporte une écrasante victoire. Le Comité de Salut Public ne pourra qu'ignorer sa désobéissance et ne lui en tiendra nullement rigueur.
Ce combat entre deux armées d'un effectif similaire, 16000 hommes côté Français et 15000 hommes côté Espagnol fera seulement 20 morts et 300 blessés côté Français contre 2700 morts ou blessés côté Espagnol. Les Français feront également 800 prisonniers.
A la suite de ce magnifique fait d'armes, 198 officiers de l'armée des Pyrénées-Orientales deviendront généraux et 5 généraux, Augereau, Lannes, Bessieres, Perignon et Victor, deviendront maréchaux de France. Le général Dugommier n'aura pas cet honneur, il meurt le 18 novembre 1794 lors de la bataille de la Sierra Negra, bataille qui se déroula dans un lieu bien connu de notre amicale, Pont-de-Molins.
Lors de cette même campagne, à Biure, village situé à 5 Km au nord de Pont-de-Molins, meurt Pierre Bayle, un jeune tambour de l'armée des Pyrénées-Orientales. Il avait 11 ans et neuf mois. Il est considéré comme le plus jeune homme de troupe mort pour la France depuis l'instauration de la République. Le 31 octobre 1794, le général Augereau lui demande : « As-tu assez de foi pour battre la Diane* et empêcher que l'ennemi n'entende notre artillerie légère ? », « Peut-on manquer de foi, répondit le jeune héros, quand on peut servir utilement son pays ? ». Le lendemain, 1er novembre 1794, il est fauché par un éclat d'obus.
Le 28 mai 2016, la commune de Biure en Espagne, inaugura un panneau touristique et une rue en son honneur.
Enfin, notre retour se déroule sans encombre, heureux de cette sortie enrichissante juste plombée par un record de crevaisons. Deux à l'aller, Deux au retour.
Merci Lucien et je compte sur toi pour nous faire visiter le village de Biure lors d'une de nos journée en Espagne.

Si, par ces quelques lignes j'ai réussi à vous donner envie de vous documenter sur la vie de ces héros, mon objectif sera atteint.

* La diane désignait dans le langage militaire ancien, la batterie de tambour qui annonçait le réveil.
Christian

Le VAE, c'est bien, mais…

…Mais quand ça fonctionne parfaitement ! Ce qui n'est pas toujours le cas comme vous allez le voir si vous avez la patience de lire ce petit paragraphe .
Comme chaque année, nous sommes partis dans les Alpes tous les deux Michèle chercher un peu de fraîcheur et surtout profiter d'itinéraires et paysages nouveaux. Nous avons jeté notre dévolu sur l'Alpe d'Huez car nous y étions venus cet hiver et nous voulions voir comment c'était l'été. Bien sûr, on a prévu de faire quelques cols, mais comme nous sommes passés tous les deux à l'électrique, nous ne les comptabilisons pas sur notre liste, je rassure les cent cols du club. J'avais prévu de beaux parcours, un par jour, mais ils ont dû être revus à la baisse, la faute à …l'électricité.

Premier problème : on découvre que la batterie de Michèle se décharge très rapidement. En un instant, elle passe de 5 barrettes à 2. De ce fait, l'autonomie en prend bien sûr un coup. Et comme Michèle a très peu d'entraînement, suite à ses deux fractures de vertèbres, elle a besoin d'une charge complète. Alors, que faire ? On échange nos batteries, la mienne étant neuve Ce qui permet ainsi à Michèle de rouler sur la puissance 2 et même 3 tout en conservant beaucoup de capacité. Mais moi, avec sa batterie défaillante, je dois m'économiser en permanence, me réduire au niveau 1, voire 0. De ce fait, on ne pourra pas dépasser les 1000m de dénivelée par jour et devrons réduire nos prévisions de kilomètrage.
Deuxième problème : sur le vélo de Michèle, le câble qui relie la batterie, quelle qu'elle soit, au moteur, se désolidarise 4 à 5 fois par rando. C'est énervant. Il faut s'arrêter, refixer le câble en espérant qu'il tiendra – et il ne tiendra pas longtemps. Patrick m'appelle pour me dire que le nouveau câble que l'on avait commandé avant de partir est arrivé, mais Patrick, tu es à 500km ! Alors, chaque jour, on a roulé en s'attendant en permanence que ce fichu câble se déconnecte. Au retour, on réglera ces deux problèmes, mais en attendant on a dû faire avec !

En lisant ces lignes, on pourrait croire que nous avons passé 6 jours de galère. Non, faut pas pousser ! On a surtout fait chaque jour une belle randonnée en s'adaptant à ces deux problèmes. On a admiré de très beaux paysages, en particulier le dernier jour en faisant le col du Sabot, col méconnu car le Tour de France n'y passe pas, se terminant en cul de sac. Openrunner annonce 9km pour 900m de dénivelée. Pas la peine d'être fort en math pour comprendre qu'on va faire du 10% en moyenne. Du coup je m'allège au maximum et me défait de mon GPS. C'est toujours 300g de gagné. Erreur ! Car arrivés à un croisement il n'y a pas d'indication. Heureusement, une voiture nous indique le chemin. Et c'est ainsi que l'on arrive à ce superbe col perché à 2100m au milieu des alpages après avoir navigué au milieu d'un troupeau de vaches heureusement paisibles et en ne rencontrant qu'une seule voiture.

Les 5 autres randonnées nous ont permis de découvrir d'autres points de vue remarquables, mais bien que logés à l'Alpe d'Huez nous n'avons jamais gravi les 22 fameux virages à vélo. Nous les avions faits à une autre époque ! Et en musculaire bien sûr ! Chaque jour nous descendions en voiture et les remontions de même - tant pis pour la planète - pour se lancer à vélo à partir de Bourg d'Oisans vers des cols ou autres paysages remarquables. C'est ainsi qu'avec nos vélos temporairement défectueux, nous avons quand même pu parcourir 200km pour 5000m de dénivelée. Et on recommencera ailleurs l'année prochaine, car les problèmes électriques seront réglés et nous profiterons à plein des possibilités de nos roues électriques.
Bernard

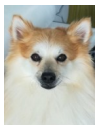
Pourquoi la « Manu Mayen » ?

Ce mois-ci, notre club a organisé sa 44ème randonnée. Initialement appelée « Saint Jacques » car ayant lieu dans le cadre des festivités de la fête patronale de Canet, le CA a décidé de la nommer « Manu Mayen » voilà dix ans en hommage au plus illustre de nos adhérents. Les membres de notre club, arrivés depuis cette date ne le connurent donc pas et c'est pourquoi, suite à plusieurs demandes de leur part, il est bon de le faire connaître.
Manuel Mayen, Manu, pour tout le monde était notre grand champion. Né en 1930 au Maroc, il fut champion du Maroc sur piste et sur route. Il a couru en France avec les plus grands dans les années 50 : Coppi, Bartali, Kubler, Bobet, Gaul…Il a gagné des courses, disparues maintenant : le grand prix de Gap, Annemasse-Bellegarde et d'autres, et participé aux grandes classiques comme Paris-Roubaix, le Dauphiné libéré (à 6 reprises), Paris-Tours, Paris-Camenbert, les 6 provinces et surtout a couru le Tour de France 1950. Après avoir quitté la compétition, il est allé entraîner les jeunes à Marseille puis s'est fixé à Canet. Là, il s'est converti au cyclotourisme en adhérant à notre club. Il a roulé avec nous, en toute simplicité eu égard à son palmarès, puis a dû arrêter le sport mais est resté fidèle à notre club en créant le bar d'abord dans l'ancien local, puis en le transférant en 2001 au siège actuel. Là, il nous écoutait refaire le monde du vélo au retour de nos randonnées, avec beaucoup de bien veillance, lui qui avait côtoyé les plus grands et gravi les cols dans des conditions autrement difficles que maintenant. Il est décédé en 2011 à l'âge de 81 ans des suites d'une opération jugée pourtant bénigne et a laissé à ceux qui l'ont connu, le souvenir d'un homme modeste et bienveillant.

La Manu Mayen vue par Litchy

Mais il est malade ! Qu'est ce qui lui prend à mon maître ? Vouloir me sortir à 6h du matin ! Il fait encore nuit !
Mais que se passe t-il ?
A 7h15 nous sommes devant chez tata Claudine. Elle monte dans la voiture et direction la colline des loisirs. Je l'aime bien tata Claudine. C'est elle qui prend soin de moi lorsque mes parents m'abandonnent pour voyager.
Elle me gâte. J'adore quand elle sort sa boîte remplie de gâteaux. Avec elle, j'oublie les croquettes. A moi le blanc de poulet, le jambon Sérrano et le thon. Hum le thon, j'adore !
Mais, maline, elle me fait faire des longues promenades pour que je ne prenne pas trop de poids pendant leurs absences.
Après un court arrêt pendant lequel Papa charge un énorme sac de glaçons qui pèse au moins deux fois mon poids, nous nous rendons dans un petit bosquet et me voila attaché à un arbre. Il ne vont tout de même pas m'abandonner ? Non, sinon pourquoi auraient-ils amené mon tapis en fourrure et mon écuelle ?
Que font-ils ? Ils sont huit. Trois femelles debout devant des tables garnies de mets succulents et cinq mâles repus, affalés sur des fauteuils à papoter après avoir englouti un pot d'un délicieux pâté arrosé d'une bouteille de vin rouge.
Soudain, après une longue attente, apparait un quidam chevauchant un engin semblable à celui qui dort au garage et que Papa emmène promener lorsqu'il se pare de cet affreux casque que je déteste.
Cela doit être un ami car les femelles le nourrissent pendant que les mâles discutent avec lui.
Puis un deuxième, un troisième… Toute la matinée, c'est un défilé. Des grands, des petits, des femelles, des enfants, certains tentent même de m'approcher. Mais vu ce qu'ils ingurgitent, je ne les laisse pas m'approcher. On ne sait jamais. Je n'ai pas compté, mais je pense qu'ils étaient plus de cent vingt. Je ne savais pas que mes parents avaient autant d'amis !
Enfin, les femelles ont rangé les quelques fruits qui n'avaient pas été engloutis et les mâles, je me demandais à quoi ils allaient servir, se sont levés et ont chargé les tables et leurs fauteuils dans une remorque.
Une fois la remorque chargée, mes parents et Tata me ramènent à la maison et repartent, j'en suis sûr, faire la fête sans moi. J'ai même appris plus tard qu'ils avaient fait un petit tour en train, pris l'apéro et dégusté un barbecue. Il devait être copieux le barbecue au regard de la tête que faisait mon Papa, le lendemain, en descendant de sa balance !
Malgré tout, j'ai passé une merveilleuse matinée en leur compagnie avec tous leurs amis.

Signé : Litchy Billery



La Manu Mayen : merci

Ce dimanche, nous étions 35 bénévoles, licenciés et membres bienfaiteurs, pour recevoir les cyclos des autres clubs du département ainsi que quelques touristes
Comme d'habitude, tout le monde a assuré, à la grande satisfaction des 237 cyclos qui sont venus nous rendre visite.
237 cyclos cette année, soit autant qu'en 2019 (avant covid) où ils étaient 234, mais bien plus que l'année dernière où ils n'étaient que 147.
46 avaient opté pour le 50km, 77 pour le 75km, 75 pour le 90km et 39 pour le 120km
A noter que 7 mineurs, bien sûr accompagnés d'un adulte, ont participé à notre randonnée; s'il n'y a pas eu cette année de remise des récompenses (pas assez de monde les années précédentes), les jeunes qui sont repassés par le club ont tout de même eu droit à une coupe ou une médaille

Il a fait un peu froid au Pas de l'Echelle, où il y avait du vent, mais, aux dires des participants, la

température était tout à fait correcte pour une randonnée dominicale.

Nous étions 57 à profiter de la grillade, où malheureusement 2 inscrits nous ont fait faux bond sans prévenir.
Bien sûr, puisque Hyper Casino Canet nous a fourni, comme les années précédentes, la totalité des produits et fruits nécessaires pour assurer le départ et les 3 ravitaillements, c'est bien évidemment chez lui que nous nous sommes procuré les salades, saucisses, merguez, ventrèche, fromages et petits gâteaux.
Tout était extra, avec une mention particulière pour les salades et leur présentation.
Aux fourneaux, Michel et Jean Pierre ont sué à grosses gouttes pour faire griller les saucisses et les merguez, Jean Christophe a oeuvré à la plancha pour faire dorer les tranches de ventrèche, Daniel a préparé 60 barquettes de frites (et en plus il y avait du rab) reconnues comme excellentes par Guy le belge; de nombreuses petites mains se sont spontanément présentées pour amener les plats, débarrasser, nettoyer, ranger.

Merci à toutes et tous pour votre contribution, votre aide, votre enthousiasme et votre bonne humeur
Si la fête a été réussie, c'est grâce à vous tous
Bruno

Grillade de rentrée

Notre traditionnelle grillade de rentrée aura lieu le vendredi 1er septembre à 18h à l'Aire du Mas, près de l'arboretum. Elle sera précédée de la réunion mensuelle. Il est encore possible de s'inscrire jusqu'au 27 août. Prix : 10€/personne.

Les vélos ont-ils le droit de prendre des sens interdits ?

Les vélos ont le droit de prendre les sens interdits lorsque ceux-ci comportent la mention " sauf vélos" sur le panneau du dessous. Ce petit panneau rectangulaire est obligatoire pour toutes les rues où est autorisé le double-sens à vélo.

Quelle autre signalisation pour indiquer un double-sens cyclable ?
Le marquage au sol n'est pas obligatoire mais recommandé. Il consiste en **un pictogramme de vélo avec une flèche** indiquant le sens de circulation pour les vélos. Une bande cyclable peut également permettre de délimiter la voie cycliste, si la largeur de la chaussée le permet. Pour les automobilistes, un **panneau bleu indiquant le double sens** cycliste est recommandé.

Panneau double sens cycliste

9 septembre : le forum des associations

Il aura lieu le samedi 9 septembre de 10 à 17 h sur le théâtre de la mer. Comme chaque année, les membres du CA tiendront le stand de l'Amicale Cycliste. Mais si quelques cyclotines voulaient les aider, ce serait parfait, pour montrer que le club recrute également des féminines ! Quant aux cyclotins, ils peuvent aussi bien sûr venir donner un coup de main !

« Tous à vélo », organisé par la Communauté Urbaine de Perpignan Méditerranée Métropole (PMM) avec le concours des communes membres, aura lieu cette année le samedi 16 septembre.
Les participants seront invités à parcourir un itinéraire depuis l'une des 36 communes membres (dont Canet) vers les Berges de l'étang de Saint-Estève. A l'arrivée, pique- nique tiré du sac et animations.
Pour Canet, le départ se fera devant la mairie à 9h 30, les parcours seront fléchés par l'agglo.
Le rôle l'ACC sera d'encadrer les « cyclistes », mais uniquement à l'aller, avec 2 accompagnants par groupes de 20. On aura une chasuble spéciale et on pourra aider à réparer, mais il devrait y avoir une voiture suiveuse à cet effet.
Attention : l'inscription aux parcours vélos au départ des communes est obligatoire et gratuite ; elle doit se faire en ligne sur le site https://perpignanmediterraneemetropole.fr mais pour ceux qui ne sont pas férus d'informatique, le club peut se charger de leur inscription; il suffit pour cela de vous inscrire sur la fiche au tableau **au plus tard le 1 septembre** à la grillade de rentrée car après cette date, Bruno, qui se chargera des inscriptions sur le site ad-hoc, sera en stage en haute montagne à l'île de Ré.
Sachez aussi que si vous êtes volontaire pour encadrer les « cyclistes », vous pouvez faire acte de candidature auprès de Bruno ou de Bernard dès maintenant. On compte sur vous, et en particulier sur les capitaines de route habituels.

Le point sur les séjours 2023-2024

Santa Susanna du 19 au 22 septembre 2023

- le solde du séjour, soit 140€/personne plus éventuellement 60€ pour une chambre individuelle, est à régler au plus tard le dimanche 27 août
- la réunion préparatoire aura lieu le lundi 18 septembre à 18h00 au club (compte tenu de l'absence de Bruno, il n'y a pas d'autre date possible, désolé pour ceux qui ceux qui prolongent et qui seront déjà partis)
- le dossier et les circuits route et VTT seront envoyés vers la fin du mois
- **important** : la première prestation sera le déjeuner du mardi 19 et la dernière prestation le déjeuner du vendredi 22 ; ainsi, ceux qui le souhaitent pourront rouler 4 jours

Dax du 16 au 22 juin 2024

- il y a actuellement 35 inscrits
- date limite d'inscription et de règlement du 1er acompte de 190€/personne le 3 septembre
- pour mémoire, le coût total du séjour (7 jours/6 nuits) est de 620€/personne et le supplément chambre individuelle est de 100€

San-Féliu-de-Guixols (Espagne) en septembre 2024
- le séjour de 4 jours / 3 nuits aura lieu du mardi 24 au vendredi 27 septembre
- la publicité avec le coût du séjour paraîtra en septembre

Comment consulter en ligne la revue « Cyclotourisme »

Savez-vous que la revue « Cyclotourisme », version numérique, est accessible à tous les licenciés ?

- Pour les licenciés abonnés, la revue est adressée chez vous chaque mois et sa version numérique
accessible immédiatement en ligne.
- Pour les licenciés non abonnés, la revue numérique est disponible dès le 10 du mois suivant.

Pour accéder à la lecture en ligne :
- rendez-vous sur le site de la boutique fédérale boutique.ffvelo.fr
- cliquez sur « Connexion » en haut à droite
- identifiez-vous en saisissant votre identifiant et mot de passe licencié, vous êtes alors redirigé sur la page d'accueil du site
- cliquez sur l'onglet « Revue cyclotourisme » sur le bandeau des différents choix
- enfin, cliquez sur le numéro que vous souhaitez consulter

Changement d'heure de départ

Les jours raccourcissent et la chaleur devrait bientôt tomber : **à partir du dimanche 3 septembre**, les départs s'effectueront à 8h00, quel que soit le jour de roulage et quel que soit le groupe.
Comme c'est on ne peut plus simple, personne ne devrait se tromper !

LES ÉVÈNEMENTS DU MOIS

Date	Heure	Randonnée/Destination
6/8	7h30	Randonnée de l'Amitié organisée par Saleilles
13/8	7h30	Randonnée Mar y Monts 2 organisée par Argelès-s-Mer
20/8	7h30	Randonnée la Perpignanaise organisée par l'ARC Perpignan
27/8	7h30	Randonnée des châteaux organisée par Le Barcarès
1/9	*18h00*	*Réunion mensuelle suivie de la grillade à l'Air du Mas*

Bonne route à tous !