

R.T.T Route et Tout-terrain



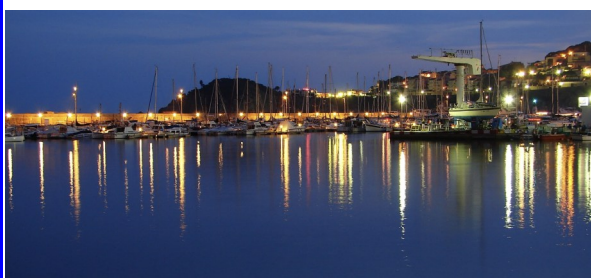
Toute l'information des réunions de votre club



À vélo tout est plus beau !

SOMMAIRE

C'est la rentrée	1
VAE dans les Alpes	2
Forum des Associations (rappel)	2
La grillade de rentrée (rappel)	2
Vélo, piscine et resto à Bascara	2
Séjour à Sant Feliu de Guixols	2
Acompte Evian-les-Bains	2
Du côté des magazines	3
Carnet noir	3
Les évènements du mois	3



Sant Feliu de Guixols

**RÉUNION MENSUELLE
VENDREDI 4 OCTOBRE A 18H00**



C'est la rentrée !



Au mois de juillet et au mois d'août, la physionomie du peloton n'est plus tout à fait la même : certains ne viennent pas parce qu'ils sont en vacances ou qu'ils reçoivent de la famille, des touristes dont certains du camping le Brasilia se joignent à nous pour quelques sorties, d'autres ne sortent pas s'il fait trop chaud ... Avec le mois de septembre, l'amicale va retrouver un rythme un peu plus soutenu : cela commencera le samedi 7 avec le forum des associations; viendront ensuite la grillade de rentrée le lundi 16, une sortie journée à Bascara avec vélo, piscine et restaurant le jeudi 19, Tous à vélo le samedi 21 et, pour finir, notre séjour de 4 jours/3 nuits en Espagne à Sant Feliu de Guixols.

Les horaires chaleur adoptés en juillet-août ne sont bien sûr plus d'actualité en septembre où nous partirons à 8h00 quel que soit le jour de roulage ou le groupe choisi.

Pour que la rentrée se passe du mieux possible :

- ☛ assurez-vous que votre vélo est en état
- ☛ choisissez la tenue adaptée à la température, sinon vous pourriez souffler le chaud ou le froid
- ☛ arrivez au club entre 7h45 et 8h00, avant ce sera trop tôt, après, tout le monde sera parti
- ☛ soyez prudents car c'est la rentrée pour tous et il peut y avoir en début de journée quelques excités du volant

☛ gardez votre bonne humeur, on est là pour se faire plaisir entre copains

Bruno

VAE dans les Alpes

Mais oui, on peut faire de belle randos à plus de 2000m grâce au VAE ! Cette année encore, nous sommes partis dans les Alpes tous les deux Michèle, goûter une certaine fraîcheur tout en faisant de superbes parcours. Nous avons choisi comme base de départ la ville de Jausiers aux confins des Alpes de Haute Provence et des Hautes Alpes, à 1200 m d'altitude, idéalement située au pied de 5 cols de plus de 2000m. Nous avons rapidement instauré un rituel : le matin, col ou rando à 2000, repas dans un snack, après-midi farniente au plan d'eau voisin ...et JO à la TV ! Plan d'eau très sympa : l'entrée est gratuite pour les vieux de plus de 70 ans. Côté moins sympa, on ne nous a pas demandé nos cartes d'identité...

Les circonstances nous ont obligés à modifier nos prévisions. En effet, le col d'Allos (2247m) était fermé à toute circulation suite à des éboulements et le col de Larche (1990m) était interdit aux vélos suite à des risques de projections de pierres. On les a remplacés par une montée aux sources de l'Ubaye (1950m) et une autre à la station de Pra Loup (1650m). On a quand même fait 3 cols : Cayolle (2326m), Vars (2108m) et la Bonnette avec en prime, sa cime à 2802m. Pour cette dernière ascension, je reconnais qu'on l'a prise en cours de route, les batteries n'auraient pas tenu le choc depuis le bas !

Quinze ans plus tôt, j'avais fait ces cols avec Joël et Didier, en musculaire...et à VTT ! Mais il faut reconnaître, que l'âge étant là, on apprécie l'électricité pour profiter encore de ces superbes montées et de ses paysages spectaculaires.

Alors si vous avez un VAE, n'hésitez plus, faites comme nous !

Bernard

Le forum des associations (rappel)

Ce sera le samedi 7 septembre de 10 à 17h sur le théâtre de la mer. Comme chaque année, les membres du CA tiendront le stand de l'amicale cycliste. Ce serait bien si quelques cyclotines venaient les aider, car cela montrerait que le club recrute également des féminines !

Quant aux cyclotins, ils sont aussi bien sûr les bienvenus s'ils souhaitent venir donner un coup de main !

La grillade de rentrée (rappel)

N'oubliez pas que c'est le lundi 16 septembre qu'aura lieu la traditionnelle grillade de rentrée. Le rendez-vous est à 18h00 à l'Air du Mas, près de l'arboretum. En hors d'œuvre, vous aurez droit à la réunion mensuelle et, si vous voulez goûter au plat de résistance, n'oubliez pas d'amener assiette, verre et couverts !

On peut s'inscrire sur la fiche au club jusqu'au 10 septembre. La participation, qui sera à régler le jour même, est de 10€/personne.

Vélo, resto et piscine à Bascara

Pour pouvoir profiter de la piscine avant qu'elle ne ferme, nous retournerons à l'hôtel les Roques à Bascara le jeudi 19.

2 circuits vélo sont au menu : un circuit « montagne » concocté par Lucien, avec 65km et 909m de dénivelée

<https://www.openrunner.com/r/17522005>

et un parcours « vallonné » mijoté par Bernard avec 46km et 482m de dénivelée

<https://www.openrunner.com/r/19647723>

RDV à l'hôtel à 08h15 pour le « montagne » et à 08h45 pour le « vallonné » ; départ 15' après.

Soyez en forme ce jour-là, car, après le vélo, vous serez face à un débat cornélien : la bière, je la bois avant ou après la piscine ? Et la piscine, j'y vais avant ou après le repas, voire avant et après le repas ?

Et les questions ne s'arrêteront pas là, car, à table, sur le coup de 13h/13h30, il faudra encore choisir le plat et le dessert que vous souhaitez !

Dure journée en perspective ...

Inscriptions sur la fiche au tableau.

Séjour à Sant Feliu de Guixols

☛ dossiers « présentation du séjour » et « circuits » seront envoyés par mail le 16/9

☛ réunion préparatoire le vendredi 20/9 à 18h au club

☛ pour celles et ceux qui souhaitent rouler mardi 24, RDV devant l'hôtel à 9h

Acompte pour Evian-les-Bains

L'acompte de 160€/personne pour le séjour à Evian-les-Bains en juin 2025 est à régler au plus tard le 16 septembre, jour de la réunion mensuelle. **Faute de paiement à cette date, la réservation sera considérée comme annulée.**

Du côté des magazines

« Cyclotourisme juillet-août » :

- Ensemble à vélo à Paris : 5000 participants...*mais pas de Canétois !*
- La Retirada à vélo : *itinéraires que nous connaissons.*
- L'Ain, paradis des cyclistes, par routes et sentiers.
- 7 Circuits autour de Montélimar
- D'une mer à l'autre : suite et fin
- Nouveaux matériels : moins chers que ceux de la revue « Le Cycle »

« Le Cycle août » :

- Raphaël Geminiani mort à 99 ans. Retour sur sa carrière.
- Les grands moments et les nouveaux matériels testés au TDF 224
- Histoire des compétitions vélo aux JO depuis 1896
- Julien Absalon : interview du grand champion VTT
- Parcours en Côte d'Or. Collines, forêts...et grands crus.
- Rouler sur la plage à VTT. Comment s'adapter au roulage sur sable. *On essaie ?*

Carnet noir

Marcel Bissierier, membre du club de 2009 à 2017, est décédé à l'âge de 88 ans.
Daniel Buffet, licencié au club en 2021 et 2022, est décédé à l'âge de 80 ans.

LES ÉVÈNEMENTS DU MOIS

Date	Heure	Randonnée/Destination
01/09	8h00	Le Boulou, champ de bataille
07/09	10h00	Forum des Associations au Théâtre de la Mer
08/09	8h00	Concentration JP Durand organisée par Baho
15/09	8h00	Llauro par Saint-Jean-Pla-de-Cors
16/9	18h00	Réunion mensuelle suivie de la grillade de rentrée à l'Air du Mas
19/9		Sortie journée à Bascara avec restaurant et piscine
20/09	18h00	Réunion préparatoire au séjour à Sant Feliu de Guixols
21/9	9h30	Tous à vélo avec l'agglomération
22/9	8h00	La Madeloc
24/9 au 27/9		Séjour ACC à Sant Feliu de Guixols (Espagne)
29/9	8h00	Tautavel
01/10		Sortie journée dans les Corbières au départ de Lagrasse et restaurant
04/10	18h00	Réunion mensuelle
06/10	8h30	Pause-café au Barcarès
		La Rose Canétoise

Bonne route à tous!