



ARRAS CYCLO TOURISME

Stade Emile Zola -rue E. Zola- 62000 ARRAS
F.F.C.T. n°04183 - Jeunesse & Sports n°62-SP-384
<http://arrascylo.free.fr/>

Le CANARD de LA RACE CYCLO

- Journal n° 53
- Avril 2007



Prêts pour dévorer les kilomètres et ... y prendre du plaisir !

PLEIN CADRE sur ... Bernadette HENNE

Elles ne sont pas si nombreuses et elles-mêmes le regrettent... comme nous. Je veux parler des femmes bien entendu. C'est donc un plaisir de vous présenter une toute jeune membre du club... et du comité, photographe attirée du club de surcroît!

Le Canard : peux-tu te présenter :

Bernadette : Je suis assistante de direction à la caisse d'épargne du Pas de Calais. J'ai 50 ans, mariée sans enfant. Alsacienne d'origine, je suis installée dans la région depuis 1991.

Le Canard : dans quelles circonstances es-tu venue à l'ACT ?

Bernadette : Je pratique le vélo depuis deux ans, date à laquelle j'ai intégré l'ACT, grâce à Jean-Marie Drelon que j'avais rencontré au Photo-Club d'Achicourt dans les années 1995. (il faut dire que la photo est ma première passion...). Quand j'ai eu envie de faire du vélo, j'ai tout naturellement pensé à lui et donc à l'ACT !

Le Canard : Roules-tu beaucoup

Bernadette : Je parcours des distances de 50 à 70 km par sortie. J'envisage cependant de rouler plus souvent et sur des parcours plus longs.

Pourquoi pas le tour du Pas de Calais... quand je serai plus entraînée ou... une semaine Fédérale... ?

Le Canard : es-tu satisfaite de ton intégration au club ?

Bernadette : J'ai trouvé au club ce que j'attendais : conseils techniques, recommandations et soutien... Il en faut quand on peine dans la côte de Farbus... et bien sûr un accueil chaleureux et amical...

Le Canard : tu as peut être déjà des souvenirs à faire partager ?

Bernadette : De bons souvenirs : les encouragements amicaux et les judicieux conseils de Gilbert, Gérard, Michel, Serge, Denis... et la complicité de Claudine

Autre bon souvenir : la fête de l'Ami Bidasse pour son ambiance sympathique et au cours de laquelle j'ai pu mettre à profit ma passion -la photographie.

Le Canard : quelles critiques ou suggestions peux-tu faire à l'ACT ?

Bernadette : Pas de critiques, seulement un regret : le manque évident de femmes au club. En effet, je réfléchis à la manière de motiver les épouses des membres de notre club pour intégrer une section « typiquement féminine », pendant le bricolage ou la tonte de la pelouse du samedi après-midi par exemple...

Le Canard : Tu as déjà évoqué ta passion pour la photo que nous connaissons, as-tu d'autres centre d'intérêt

Bernadette :

J'aime le jazz, le cinéma, les visites d'expositions, la marche...

J'en profite d'ores et déjà pour vous donner rendez-vous les 6 et 7 octobre prochain au Beffroi pour une grande expo photo sur le thème « l'étrange ».



Bien entendu nous lui souhaitons longue route à l'ACT, de connaître le plaisir des randonnées au long cours...et de parvenir à constituer un groupe de femmes. Nous l'espérons tous... même si nous ne prenons pas la peine de les accompagner dans leurs premières sorties !

Bienvenue à nos amis Bretons !

C'est le week-end de l'ascension que nous accueillons nos amis cyclos de Quimper. Un peu d'historique :

Nous avons connu nos amis bretons en août 2002 à la semaine fédérale de Quimper. Excellent souvenir. C'était le club vélo de Kerfuntun qui tenait le camping et depuis cette année là nous avons fait ensemble la semaine fédérale d'Aurillac, la semaine d'Oloron Ste Marie, nous avons été reçus à Quimper en 2005.

Nous allons en profiter pour leur faire découvrir le Pas-de-Calais et en particulier l'Artois.

Le programme :

- Jeudi 15 mai : 17h, accueil et répartition dans les familles
- Vendredi 16 mai : circuit de 120kms sur le circuit du souvenir qui leur fera découvrir quelques endroits stratégiques de la bataille de la Somme. Circuit préparé par Jacques Delsart.

Le départ se fera à 8h15 d'Ayette. Retour vers 16h.

- Samedi 17 mai : circuit de 120kms à la découverte de l'Authie. C'est le circuit de 110 kms de l'Ami Bidasse aménagé. Départ 8h 30 du local rue Emile Zola, retour vers 16h.
- Dimanche 18 mai : retour vers la Bretagne

Les circuits sont ouverts aux membres du club qui souhaitent participer, un dossier complet sera affiché au club à la mi-avril.



POURQUOI S' INSCRIRE DANS UN CLUB F.F.C.T. n°1

Un club de cyclotourisme doit pouvoir offrir à ses adhérents un certain nombre d'avantages, dont ils ne bénéficieraient pas en tant qu'individuels.

Ces avantages peuvent toucher beaucoup de domaines, mais dans un club affilié à la FFCT on met toujours en avant l'esprit cyclotourisme et qui dit cyclotourisme pense voyages (à bicyclette bien sûr).

Alors pour voyager dans de bonnes conditions, il vous faut avant tout un vélo si possible en bon état, et pour cela vous pouvez disposer au club soit :

- d'un conseiller technique en la personne de Gilbert DOURLANT qui organise à la demande des ateliers mécaniques le samedi après midi.
- d'un CD rom édité par la FFCT concernant l'entretien et les réglages de votre vélo
- pour les vététistes d'un livre sur « le monde des vélos tout terrain »

- de catalogues de vente par correspondance où vous pourrez trouver toutes pièces ou accessoires utiles pour votre vélo (des commandes groupées pourraient être faites plusieurs fois dans l'année).
- d'un matériel d'atelier(qui sera prochainement complété) pour toutes opérations de nettoyage ou de réglage.

Ensuite, après le vélo, il faut pour voyager savoir lire et déchiffrer toutes les informations contenues dans les cartes, afin de pouvoir élaborer des itinéraires aux 4 coins de la France. : Le club dispose pour l'instant de :

- 3 CD roms « Carto Explorer » : Nord- Pas de Calais
Picardie
Champagne - Ardennes

Avec ces logiciels vous pouvez faire autant de parcours que vous voulez et en calculer les distances et les dénivelés.

- 19 cartes Top 100 IGN au 1/100000 où 1cm représente 1km, toutes les grandes régions touristiques sont disponibles. Ces CD roms et ces cartes sont bien sûr à votre disposition, vous pouvez les emprunter pour en tirer un maximum de renseignements.

(Suite dans le prochain journal).

Randonnée de l'Ami Bidasse : appel aux bénévoles !

L'organisation de notre randonnée de l'Ami bidasse mobilise chaque année de nombreux bénévoles pour le fléchage des parcours route et VTT, la tenue des points de ravitaillement, l'installation de la salle... Si vous êtes libres, soit le samedi, soit le dimanche 17 juin prochain, n'hésitez pas à proposer vos services, vous serez les bienvenus. Selon vos possibilités ou vos souhaits vous pourrez apporter votre contribution à ce moment fort de la vie de notre club.

Votre santé

Tous les membres du club ont droit chaque année à une visite médicale au **Centre médico- sportif Richard Tételin , 2 Bd du Général de Gaulle à Arras** ,visite assez complète avec électro - cardiogramme et autres tests ciblés en fonction de notre sport. Il suffit de téléphoner pour obtenir un rendez-vous **au 03 21 23 35 86** . Il vous en coûtera 10€ si vous n'habitez pas Arras.



DATES A RETENIR

Dates des réunions de comité : le vendredi à 18h30

Les 13/04 ;11/05 ;08/06 ;06/07 ;14/09 ;19/10 ;16/11 ;et 02/12 assemblée générale de l'A.C.T.

Dates des permanences au club : le vendredi de 18h à 19h30

Les 06/04 ;04/05 ;01/06 ;07/09 ;05/10 ;02/11 ;14/12

Prochains évènements :

- La randonnée des Ardennes du 16 au 19 avril
- L'accueil des Bretons Voir article en 1^{ère} page
- La randonnée du Ventoux du 25 au 28 mai