



ARRAS CYCLO TOURISME

Stade Emile Zola -rue E. Zola- 62000 ARRAS
F.F.C.T. n°04183 - Jeunesse & Sports n°62-SP-384



<http://arrascyclo.free.fr>

Le **CANARD** de **LA RACE** **CYCLO**

- Journal n° 56
- Février 2008

EDITO de Jean-Marie DRELON

C'EST LA RENTREE..... !!!!!!!!!!!

Eh oui la rentrée a eu lieu début février et.... mesdames, messieurs les cyclos. ce n'est plus le moment de flâner.



Les fêtes ont laissé des traces via quelques kilos supplémentaires, il va donc falloir faire régime. Le meilleur que je connaisse c'est la reprise de l'entraînement le dimanche matin en faisant des kilomètres qui vont vous paraître durs bien sur au début mais qui vous permettront d'avoir la condition physique optimale à la bonne saison. Le moyen de se motiver est de se donner un ou des objectifs pour 2008. Le club vous en propose plusieurs : **le Tour du Ternois en avril, Mons Chimay Mons**, après le Ventoux en 2007 ce sera **le Jura en mai, ...la semaine fédérale à Saumur en août**. A chacun de construire son programme afin d'arriver au but souhaité qui peut être l'Ascension de grands cols en été pour certains.

Je vous attends donc dimanche matin, il fera peut être froid, humide, venteux, voir peut être qu'il fera beau temps. Alors tous en selle, je vous promets que vous ne regretterez pas.

Plein cadre sur Claudine et Michel JACQUENS

Ce sont Claudine et Michel, un des rares couples « en activité » de l'ACT que nous vous présentons aujourd'hui :

Je vous laisse vous présenter :

Claudine et Michel : nous sommes mariés depuis 32 ans et nous avons 3 enfants de 31, 29 et 26 ans et deux petites filles, nées à quelques semaines d'intervalle, de 6 et 7.5 mois.

Depuis quand faites vous du vélo ? :

Michel : c'est en 1996 à 43 ans que j'ai découvert le vélo, pour perdre du poids tout d'abord, au sein du club UFOLEP de St André, plutôt orienté « compétition », ou tout au moins adepte de rythmes rapides pour un débutant. C'est avec lui que j'ai découvert les grands brevets, Lille-Val Joly et les Monts de Flandres notamment. Puis au hasard de nos vacances dans les Ardennes notre route a croisé celle de la semaine fédérale et nous avons trouvé très sympathique cette ambiance, ce qui m'a incité à m'inscrire au cyclo-club FFCT de Lambersart qui comptait une trentaine d'adhérents. J'en ai été le trésorier adjoint, le trésorier puis enfin le président pendant 2 ans, faute d'autre candidat.



Claudine : J'ai commencé quelques années plus tard, en 2000, sur la recommandation de mon rhumatologue, pour soulager des problèmes de dos récurrents ; depuis ils se sont espacés. Claudine et Michel : Mais l'autre motivation était d'éviter les reproches à la suite de retours tardifs... et du repas qui attendait : faire du vélo tous deux, c'était rentrer en même temps ! Pourtant nous avons pour principe de ne pas nous attendre pour rester ensemble : chacun roule sans contrainte, à son rythme, en fonction de ses envies et de ses capacités.

Michel : Claudine est une ancienne sportive en avirons et son poids lui permet de mieux grimper ! Avec le club de Lambersart nous avons fait de nombreuses sorties qui sont autant de bons souvenirs : Les semaines fédérales plus particulièrement : celles de Crest et de Quimper et toutes celles qui ont suivi à l'exception d'une seule, mais aussi la forêt d'Argonne, Douvres Southborough, Lambersart-Viersen en passant par Maastricht...

Et comment êtes-vous arrivés à l'ACT ?

Michel : C'est une mutation professionnelle qui nous a conduits à Arras. Nous avons le choix entre 3 clubs mais nous avons repéré les Arrageois de l'ACT, lors de la semaine fédérale de Crest. Ils défilaient en tenue d'Ami Bidasse. Nous avons donc opté pour ce dernier, sans regret !

Claudine : nous aimons beaucoup l'ambiance semaine fédérale et depuis nous avons poursuivi : Oloron Ste Marie, Châteauroux... Nous privilégions l'endurance et la convivialité. Nous aidons aussi volontiers à la randonnée de l'Ami Bidasse, pour flécher ou tenir un ravitaillement.

Avez-vous d'autres activités ou passe temps ?

Claudine : Je ne travaille pas et je donne donc régulièrement de mon temps en faveur des SDF au sein de l'association d'aide aux sans abri. Ceux-ci sont encouragés à avoir des activités et je les emmène par exemple en randonnée pédestre...

Je vous le répète : on ne rencontre que des gens bien à l'ACT !

Notr' AG vue par Claudine

J'ai longuement prié Claudine VANDOME de nous faire à nouveau le plaisir d'un article dans les colonnes du « canard », j'ai beaucoup insisté... et elle a tout de suite accepté. L'AG n'a pas manqué d'aiguiser sa plume et son sens de la dérision.

Qu'on ne s'y trompe pas, une assemblée générale reste toujours quelque chose d'officiel et de très sérieux... sauf quand on la voit par le petit bout de ma lorgnette !

Ces derniers temps n'étant plus en « symbiose » avec mon vélo et tout ce qui s'y rapportait, j'avais délaissé l'ACT. Cette année grâce aux encouragements de certains, je reprends confiance en mes « capacités vélocipédiques » et j'assiste donc à

cette réunion de grands enfants que sont les cyclos, réunion orchestrée par un président que je n'avais pas encore vu à l'œuvre et qui met à l'honneur tous les exécutants, depuis les violons jusqu'à la grosse caisse !!!



Je suis très surprise par les capacités d'accueil de cette salle Ansart que je ne connaissais pas : bravo la mairie ! Très surprise par le nombre de participants - il faut dire que la météo n'incitait pas aux sorties dominicales - très surprise aussi par les moyens audiovisuels mis en œuvre et par le nombre d'informaticiens intervenants : ils s'y sont mis à 4 ou 5 ! et auraient pu concourir à un championnat de « cliquage ». Je ne suis pas intervenue mais on ne m'a pas sollicitée : j'en connais pourtant un rayon depuis que mon petit fils m'a fait un cours sur le « on / off »... Dans mes rédactions d'école primaire on ne devait pas employer « on » mai « nous »... les temps changent !

A force d'acharnement nous avons quand même pu visionner la visite de nos amis bretons, commentée par Jacques. Ce que j'ai retenu de ce reportage et qui a impressionné le spectateur, c'est la nouvelle posture de yoga de notre ancien président !... il

devient drôlement zen depuis qu'il est en retraite !

Les interventions ont été nombreuses, brèves et intéressantes, notamment celle de M. SPA qui nous avait fait l'honneur d'une petite visite ; celle de Serge Hibon qui m'a fait saliver avec tous ses projets de voyages (ah ! si je n'avais pas jeté mon vélo aux orties !) ; celle de Jean-Marie (notre éminent trésorier général) : ouf ! pas de déficit ! il jongle avec les chiffres comme avec les quilles !... son avenir est assuré au cirque Pinder ! En parlant de cirque, Sylvain en M. Loyal était parfait ! il ne lui manquait que le « huit-reflets ».

Il y a eu aussi le renouvellement des membres du bureau : ils ont tous été reconduits, pas à la frontière mais dans leurs fonctions qu'ils assument parfaitement pour que vive l'ACT !

RANDONNEE EN FRANCHE COMTE

Après avoir monté le Ventoux en 2007, découvert le Finistère en 2006, cette année votre club vous propose de découvrir le Franche Comté à travers une randonnée de 3 jours les **9,10 et 11 mai** en Haute Saône, le Jura et le Doubs.

Vendredi 9 mai :

Les clochers francs comtois

Cette randonnée de 130 Kms partira du Mouterot pour rejoindre Luxeuil les bains. Vous passerez par les monts du Gy, visiterez le magnifique village de Fondremand (lieu de restauration du midi) ; longerez la Saône pour rejoindre Luxeuil, où vous dormirez près des thermes.

Samedi 10 mai :

Les 1000 étangs

Cette journée de 110 Kms nous fera traverser la région des 1000 étangs pour rejoindre Baumes les Dames. Vous découvrirez à Ronchamp Notre dame du haut, église célèbre de « le Corbusier » si vous êtes courageux car elle se trouve en haut d'une côte de 2 Kms à pourcentage élevé... A midi nous nous restaurons à Villersexel et l'après midi après avoir visité le magnifique village de Rougemont nous rejoindrons notre hôtel.

Dimanche 11 mai :

Les rives du Doubs

Cette dernière journée démarre par 6 Kms de vélo route le long du Doubs. Nous contournerons Besançon par le sud. Le midi nous nous arrêterons à Cléron pour rejoindre tranquillement le Mouterot, terme de cette randonnée. Le soir nous clôturerons cette excursion par le traditionnel repas franc comtois. Et nous retrouverons le gîte de Jallerange où « Le royaume des poupées ».

Détail de l'organisation :

Départ le jeudi 8 mai à 11h du club, rendez vous à 10h30 pour mettre les vélos sur la remorque. Arrivée vers 17h30 au Mouterot. Nuit au gîte de Jallerange.

Vendredi 9 mai, départ de Jallerange à 8h pour la randonnée des clochers francs comtois.

Arrivée vers 17h30 à Luxeuil

Samedi 10 mai départ à 8h pour la randonnée des 1000 étangs.

Arrivée vers 17h à Hièvres paroisse (près de Baume les dames) pour la nuitée.

