



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° 57
- MAI 2008

EDITO d' André CLETY

Les « Carbones » et les « Couraillons »



Inutile de ranimer les vains débats sur les vrais cyclotouristes et les « couraillons » : ces derniers l'ont emporté depuis longtemps par leur présence majoritaire dans nos clubs ; ce qui ne les empêche pas d'avoir du respect pour une autre pratique et pour certains de pratiquer les deux. Le regretter n'y change rien. S'y opposer reviendrait à condamner la plupart de nos clubs. A l'ACT on accepte volontiers toutes les pratiques.

Force est de constater que les vélos de type course ont supplanté les vélos de randonnée et les « Carbones » font aujourd'hui une percée remarquable... même s'ils sont aussi superflus que nos puissantes berlines. Pourtant, quel que soit le vélo, le goût de l'effort est le même, la camaraderie aussi et le plaisir de rouler est là : plaisir futile de sprinter en vue des poteaux d'agglomération, d'accélérer dans les côtes, de se défoncer un peu, avant d'attendre le reste du groupe. Même fluet, le mâle a un besoin naturel d'exhiber sa force et sa musculature ! Nous ne sommes que de grands enfants ? Restons-le !

Les randonnées en Artois et en Haut-Doubs resteront des moments inoubliables et, à sa façon, chaque participant y a sûrement trouvé son bonheur. A ceux qui le peuvent et qui hésiteraient encore, je recommande d'essayer les randonnées de plusieurs jours : de vrais moments de bonheur, de convivialité et de découverte de nos régions par les petits chemins : Ah la vallée du Doubs par la vélo-route ! Demandez à Didier dont c'était la première participation !

Enfin la semaine fédérale de Saumur sera un autre temps fort et nos « Amis Bidasses » se préparent sérieusement à y faire une apparition remarquable.

plein cadre sur Marie Thérèse DELSART



Marie-Thérèse, racontes-nous ton histoire :

J'aurai bientôt 65 ans, toujours aussi petite, trois garçons dont je suis fière et deux magnifiques petits enfants.

Mais tout cela ne s'est pas fait tout seul ?

Oui, il faut que je commence par le début, j'étais secrétaire dans une entreprise qui venait de recruter un jeune responsable, il me téléphonait souvent, il m'a séduite (ou c'est moi, je ne sais plus), on s'est mariés, une vraie vie de bonheur depuis.

Et le Vélo, comment es-tu venue à réaliser de longs parcours ?

Le vélo a toujours été omniprésent chez nous, mon mari, licencié à ACT depuis 1974 et nos trois garçons, avant la moto, ont été et demeurent des pratiquants, en VTT et plus occasionnellement sur route.

Moi, j'étais plus assidue à la lecture, la marche, la gym et...la cuisine (au grand désespoir des kilos pour Jacques... dit-il !), jusqu'à ce jour de 2003 où un magnifique vélo, juste à mes mesures, m'incita à tourner les pédales plus volontiers.

Un accident de santé m'a mise au repos quelque temps mais l'ambiance des semaines fédérales et les quelques ballades avec le club m'ont poussée à relever le challenge en 2007 ; je voulais passer le cap des 100 Kms, je l'ai fait à Périgueux, l'ambiance a été formidable et valorisée par Jacqueline et Jean-Marie avec nos amis d'ACT, de Bretagne, du Jura, quels souvenirs !

Cette année mon programme s'étoffe un peu plus avec le tour du Ternois, le tour du Haut Doubs, la semaine Fédérale à Saumur où j'espère faire un maximum de longs circuits .

Mais Que t'apporte le vélo ?

Encore plus de bonheur et le plaisir de côtoyer des gens charmants qui deviennent des amis sincères. Et puis, le sport, pratiqué régulièrement, qui est indispensable à une bonne santé.

Tu sais que vous êtes peu de femmes à ACT, qu'en penses-tu ?

Je voudrais convaincre les épouses et les copines. Il faut tout d'abord un bon matériel, être motivée, bien sûr, et savoir que les premières difficultés, les petites douleurs, le doute, tout cela s'estompe pour laisser place au vrai plaisir de vivre ensemble des instants fabuleux. J'ai eu la chance d'avoir un manager patient qui m'a établi un programme progressif, l'œil au cardio (il y a eu des témoins), sans jamais chercher la performance, ce qui reste mon but, j'avais peur de le lasser avec mes 18/20 de moyenne mais il m'affirme qu'il est encore plus heureux comme cela et ...je crois que c'est vrai .

Jacques, deux mots, seulement : C'est vrai !

Nous sommes nombreux à pouvoir témoigner de la patience d'un Jacques aux petits soins et de la volonté de Marie-Thérèse à aller jusqu'au bout des 120 kms de la dernière étape de la randonnée du Haut Doubs.

RANDONNÉE en FRANCHE COMTE

En quelques heures d'un voyage sans histoire, nous nous sommes retrouvés au MOUTHEROT, un petit village du Doubs où tout est doux, sauf les deux simples « coups de cul » qui y accèdent.

Là, perchée sur la colline, une merveilleuse demeure familiale restaurée par René et Jacqueline, vue imprenable par temps clair où il est possible d'apercevoir le Mont Blanc..., une bonne mousse à la main dès notre arrivée, nous décompressons, ma foi, de la meilleure façon qui soit, devant des ânes (des vrais...) médusés de voir un tel matos débarqué de la remorque. Incroyables ces ch'tis, que du light, du carbone quooa !...à tous les « étaches »

A peine le temps de découvrir notre gîte de France à JALLERANGE, accueillis par Colombe et Manou, que le briefing de René (notre coach) commençait, c'est vous dire le sérieux avec lequel cette randonnée a été préparée.

Les quinze paires d'oreilles grandes ouvertes, écoutant les commentaires de René sur le profil des différents parcours, oscillant entre « les petites merdes » pour les petites montées et « grosses merdes » pour les plus fortes au « plat montant » pour un faux plat et le fameux « c'est à majorité descendante » (paroles de René).

Après un bon repas chez nos hôtes, une bonne nuit au gîte et un super déjeuner aux confitures « maison », ce fût l'heure de partir du MOUTHEROT pour rejoindre LUXEUIL LES BAINS (Haute Saône) franchissant les Monts du Gy, la difficulté du jour, le détail du parcours (en couleur s'il vous plait) et le tracé sur une carte routière en poche.....

Après un merveilleux pique nique au moulin et sa belle meunière de FONDREMAND, l'après midi se passera sans trop de difficultés pour rejoindre notre destination. Après une courte nuit à l'hôtel Beau Site, nous primes la route des Mille étangs sur un plateau (117 kms), avec une première partie tout en échauffement et récupération. Après un bref rappel au code de la route de nos amis de la marée chaussée pour ne pas avoir mis le pied à terre au stop (passons...) et quelques montées et quelques étangs (magnifiques) plus tard, nous arrivons à RONCHAND (kil. 37), à peine chaud, nous entamons la montée vers Notre Dame du Haut (le Corbusier) 1,5 km d'ascension tout à gauche, récompensés il est vrai par un merveilleux point de vue.

Il nous restait à rejoindre VILLERSEXEL pour la pause déjeuner. L'après midi fut rempli de « petites merdes » sauf à ROUGEMONT où nous dûmes mettre tout à gauche pour un petit coup de cul.

Sur la fin du circuit, nous avons emprunté la vélo route longeant la rivière du Doubs sur quelques kilomètres jusqu'à HYEVRE PAROISSE, notre destination.



Après une nuit réparatrice au Relais de la Vallée, ce dernier jour commença sous les meilleurs auspices : ciel bleu et soleil illuminaient le paysage verdoyant alors que nous longions le Doubs par la vélo route sur une distance de 20 kilomètres, que du bonheur !. En plus, René nous l'a dit : « c'est à majorité descendante » et on l'a cru..., comme il l'a répété : « je ne vous ai pas entendu quand ça descendait ».

En vérité, de difficultés, il n'y en avaient plus, en cyclotouristes aguerris, même le dernier « coup de cul » pour accéder à MOUTHEROT, terminus d'une randonnée de Franche Comté à travers le Doubs, la Haute Saône et Jura, sur une distance totale

de 370 à 380 kms selon les compteurs, ressemblait au final à une course de côte Merci à nos accompagnatrices : Jacqueline, Françoise et Magali qui ont chaque jour, apporté leur savoir faire, leur dévouement et leur bonne humeur à l'organisation du pique nique, des ravitaillements, etc.. Bravo à notre groupe : « homogène » tout au long de ces trois jours : Gérard, Gérard, Gilbert, Jean Marie, Jacques &, Marie Thérèse, Michel, Jean Michel, Didier, Denis, André, Daniel, Pierre, René, Sylvain, mai aussi : pour ne pas avoir eu de crevaisons, de chutes, de problèmes mécaniques, de défaillances, etc..., Standing ovation pour la performance de Marie Thérèse qui a négocié chaque difficulté avec brio....., Merci également au sumo pour la dégustation de sa production vinicole et remerciements à nos chauffeurs pour leur bonne conduite...
A quand la prochaine....

LE TOUR DU TERNOIS

du Lundi 14 au mercredi 16 AVRIL 2008

CARPE DIEM : mets à profit le jour présent, La vie est courte et il faut se hâter d' en jouir
(Horace avait bien raison et Anne aussi)

Nous sommes 17 au départ d'Arras, 13 cyclos et 4 accompagnateurs qui nous ont patiemment suivis durant les trois jours, toujours à l'affût de la petite faim ou du petit bobo – parmi nous , 4 amis de la rando d'Anzin-Saint-Aubin.

Premier jour : tout est prêt et coup de sifflet de Serge pour le départ (rassurez- vous, il ne s'en est servi qu'une fois !)

-125 Kms au programme : Après avoir longé la Scarpe jusqu'à Aubigny-en-Artois ,nous allons à Saint-Pol pour revenir vers Avesnes-le-Comte après un arrêt casse croûte au bord de l'allée des tilleuls où le ciel était couvert et la table un peu basse.... mais l'ambiance était parfaite ; pas de sauce pour le repas mais on sentait que l'après midi serait fourni.

--Luceux, crevaison de Maurice, alerte cyclo de 73 printemps. La première averse arrive- puis la deuxième plus sévère, on est tous trempés jusqu'aux os mais la nature faisant bien les choses, après un bon courant d'air et juste ce qu'il faut de soleil, nous arrivons complètement séchés à Auxi-le-Chateau on en oublie même la côte de Barly.

Le « village des boucles de l'Authie » nous a hébergés ; que du positif : bon accueil, bonne cuisine, joli site, on y reviendra !

Deuxième jour : La météo a dit : fini la pluie et vent plutôt favorable, elle a tenu parole.

--95Kms au programme plus une option long parcours pour quelques-uns : Circuit agréable le long de l'Authie et les beaux villages du Ternois – plus de crevaisons, un peu frais mais beau soleil, la vie est belle malgré les quelques sévères montées et la côte de Bomy qui nous a fait rengainer notre orgueil (pour certains) et finir en piétons, tant pis !

Ce soir on dort à Fléchin ; décor différent mais la cuisine créole et le bon vin ont maintenu l'ambiance jusqu'au dortoir où de terribles machines à ronfler nous ont bercés gentiment jusqu'au matin ; on s'adapte et ça va !

Troisième jour : météo parfaite malgré la fraîcheur matinale ; 80 Kms en ballade avait dit Serge , mais nous sommes quelques-uns

pour gravir le Mont Rôti, il porte bien son nom, rôtis, nous l'étions, même à pied...hein... !

Des villages toujours aussi beaux et de magnifiques photos qui vont garnir le DVD plein de souvenirs que prépare Lucile.

- Nous nous quittons après Aubigny et chacun retourne vers son nid.- Moi je suis plein de joie car je sens à côté de moi le soulagement et aussi le bonheur que ressent Marie-Thérèse, elle vient de faire son premier long périple , nous rentrons sous le soleil et fins prêts pour de futures escapades- « chi va piano, va sano », (qui va doucement va sûrement : proverbe Italien qu'elle adopte et c'est bien)

Le soir nous a rassemblés à nouveau pour un cassoulet maison chez « Biloute », ce fût l'occasion de remercier nos accompagnateurs, Jean-Paul, Monique, Lucile , Anne et.....l'organisation pointilleuse de Serge sans oublier la bonne camaraderie qui nous a tous réunis.



Divers

Le 15 juin prochain les organisateurs de la 34^{ème} Randonnée de l'Ami Bidasse font appel à quelques bénévoles supplémentaires pour que cette fête du Vélo soit une parfaite réussite. Merci à vous de vous rapprocher d'eux.

Renseignements & Administration : Stade Emile Zola -rue E .Zola 62000 ARRAS
Directeur de la Publication : G. DUMETZ - Dépôt légal : à parution - N° ISSN 1767-9109