



ARRAS CYCLO TOURISME

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

Le **CANARD** de L' **ARRAS CYCLO**

- Journal n° 81
- Janvier 2013

EDITO de Gérard DUMETZ

La Formation

Après ces périodes d'assemblées générales et de fêtes, la FORMATION pourra vous sembler un sujet un peu austère pour commencer l'année, et pourtant.....Dans la plupart des clubs rencontrés, on a entendu un peu le même refrain : baisse des effectifs, clubs qui disparaissent faute de responsables, augmentation de la moyenne d'âge...La solution « miracle » existe-t-elle ? Non bien sûr, mais comme je l'avais écrit dans mes motivations pour entrer à la Ligue, la FORMATION peut être synonyme de SURVIE, ou de BON FONCTIONNEMENT, ou de DEVELOPPEMENT des clubs. Dans les trois cas, l'augmentation des effectifs ne peut être que favorable. Quelques solutions peuvent aider à recruter, la signature d'une convention pré-accueil, la mise en place d'une école de cyclotourisme, ou l'intervention de quelques membres dans les établissements scolaires, ou la création d'une section purement féminine, dans ces différents cas il faudra au moins un cadre (animateur, initiateur ou moniteur) et quelques membres ayant une bonne expérience du cyclotourisme. Lorsque le problème de l'effectif ne se pose pas, on peut aussi, pour le bon fonctionnement du club, avoir un ou deux cadres par club, capables de répondre à toutes les questions que se posent les adhérents, capables aussi d'organiser des activités attrayantes, qui par le biais du journal, du site et du bouche à oreilles, joueront le rôle d'aimant, et attireront d'autres membres. Enfin lorsqu'un club tourne bien, avec un effectif pléthorique, il faut d'abord le garder, et pourquoi pas, développer ce qui est en cours, mais les nouvelles idées ne se réalisent qu'avec des membres très bien informés des activités inépuisables de la FFCT.



Donc dans tous les cas, il faut dans les clubs, des gens formés, ayant envie de communiquer, d'expliquer, afin que ceux qui arrivent n'aient pas envie de repartir au bout d'un mois ! C'est notre seule chance d'atténuer la vive concurrence des autres sports, alors si vous voulez que votre club perdure, n'hésitez plus, participez aux différents stages gratuits organisés chaque année, vous avez la chance d'avoir dans votre club le délégué départemental et régional formation qui peut vous donner tous les renseignements utiles sur ces formations.

Bonne année cyclotouriste à toutes et à tous.

*Ne vous fiez surtout pas aux apparences..... et encore moins à la taille de son vélo !
En effet, cet adepte du « 650 », toujours souriant et plein de gentillesse , possède des ressources physiques et intellectuelles insoupçonnables.*

Bonjour Jean-Marie. Tu achèves ta 3^{ème} saison au club, nous voudrions encore mieux te connaître ?
J'ai 65 ans, je suis né dans le Jura d'une mère franc-comtoise et d'un père originaire de Carcassonne où existe d'ailleurs une rue Fédou. Fonctionnaire de l'Etat pendant 35 ans, mon premier poste a été Dunkerque et j'y ai connu mon épouse qui est née en plein Bassin Minier. Nous avons un garçon, policier à Orléans, et une fille, infirmière à Arras. Nous sommes grands-parents de 3 petites filles âgées respectivement de 6, 4 et 2 ans. Nous habitons Saint-Laurent-Blangy depuis 26 ans et nous allons emménager incessamment à Tilloy-les-Mofflaines



Comment en es tu venu au cyclotourisme et à l'A.C.T ?

J'ai toujours été sportif. J'ai pratiqué en alternance le tennis et le football en compétition et j'ai tapé dans le ballon jusqu'à 53 ans. J'ai ensuite pratiqué la course à pied, principalement des courses de 10 kilomètres. A 60 ans, mon tendon d'Achille m'a fauché en pleine gloire et je me suis dit que le vélo était plus approprié. Nos épouses ayant été institutrices dans la même école pendant plusieurs années, Gérard Dumetz m'a parrainé pour intégrer le club.

Connaissais-tu d'autres membres du club ?

Oui, j'ai retrouvé Raymond Caron avec qui j'ai voyagé plusieurs fois en train lorsque nous travaillions tous les deux à Amiens. J'y ai retrouvé aussi Daniel Bertin qui était l'un de mes maîtres de

stage lorsque j'étais en formation de juge de proximité.

A son contact j'ai beaucoup appris et, cela ne vous surprendra pas, dans une excellente ambiance.

Ton activité actuelle est une vocation tardive ?

Oui et qui me permet de découvrir un nouveau métier et un nouveau ministère. Avant j'ai été pendant 20 ans au ministère du travail et 9 ans au ministère des transports. Je n'ai été que 4 ans au ministère de l'agriculture mais c'est là que j'ai battu le record (peut-être mondial) du titre le plus long et le plus ronflant. J'étais en effet cumulativement Adjoint au chef du service régional de l'inspection du travail de l'emploi et de la protection sociale agricoles de Picardie d'une part, et Secrétaire général adjoint pour les sections agricoles de la Cour nationale de l'incapacité et de la tarification de l'assurance des accidents du travail d'autre part. Vous imaginez la carte de visite !

Te plais-tu au sein du club ? As-tu des suggestions à faire ?

Je m'y suis rapidement senti à l'aise ; je reçois d'ailleurs plus de la part du club que je ne lui apporte ; séjournant en effet dans mon appartement de Gap au mois de juin, période où la flore alpine est la plus belle, je ne contribue pas à l'organisation et au bon déroulement de la journée de l'ami Bidasse, ce qui me culpabilise un peu. Je me permets toutefois 2 suggestions : désigner au départ un référent pour chaque parcours (long, moyen, court) ; ne souhaitant pas dépasser 70 km, je suis volontaire pour être référent du parcours court ; je souhaite aussi qu'un trombinoscope avec photo, prénom et nom soit adressé à chaque membre au début de la saison.

Une vie privée et professionnelle bien remplie somme toute !

A l'évidence, le « plein cadre » nous apprend beaucoup sur la face cachée et méconnue de nos compagnons de route.

Jean-Marie en est l'exemple frappant !

LE TOUR DE CORSE

Du 2 au 12 septembre 2013



Après *St Jacques de Compostelle*.....ça se « CORSE » !!!

Effectivement, cette année nous projetons de découvrir l'île de beauté .

Pourquoi la **CORSE** ? Pour les Anciens pratiquants des grands circuits,... **St Jacques** est une randonnée merveilleuse, mais ils s'accordent pour dire que la **Corse c'est le graal**.

Alors nous vous le proposons en 2013..... de Bastia à Bastia, via le cap corse, les Calanche de Piana, Ajaccio, Bonifacio, Porto Vecchio.

Nous partirons le soir de Toulon pour une traversée de nuit et arriverons au petit matin à Bastia.

Après un petit déjeuner, direction **St Florent** par le Cap Corse.

Journée sans grande difficulté, un seul col... celui de St Nicolas à 200m.

Le lendemain **Calvi** par le désert des Agriates et la Balagne.

Journée plus difficile avec 4 cols (dont le col de Salvi à 509m).

Le troisième jour nous rejoindrons **Porto**, par Galéria et le col de la Croix (269m).

La 4^{ème} étape nous emmènera vers **Ajaccio**.

Journée magnifique avec les Calanche de Piana, Cargèse et le golfe de Sagone.

La 5^{ème} étape nous conduira à **Sartène**, via Propriano et 3 cols au menu.

De Sartène, nous partirons vers **Porto Vecchio** en passant par **Bonifacio** et ses célèbres falaises que nous découvrirons en bateau.

Le 7^{ème} jour sera une étape montagnaise. Pour nous rendre à **Solenzara** nous passerons le col de Bavella à 1278m pour découvrir les célèbres aiguilles de Bavella.

Le lendemain nous longerons un moment la côte Est pour atteindre **Aléria**, puis nous prendrons à gauche pour monter vers Piedicroce, terme de notre 8^{ème} étape.

Pour terminer ce périple nous monterons un dernier col de Prato à 985m , et descendrons vers **Bastia** où nous prendrons le bateau le soir.

Nous serons de retour à Arras le jeudi 12 septembre dans la soirée.

Cette randonnée nécessite un minimum d'entraînement. Je pense qu'il faut l'affronter avec 2000 kms dans les jambes pour qu'elle vous apporte toutes les joies attendues.

En conclusion, ce voyage sera passionnant, enrichissant, et sûrement magnifique. Il faut donc le préparer dans la tête mais surtout dans les jambes.

PARCOURS :

Bastia – St Florent : 110kms

St Florent – Calvi : 104kms

Calvi – Porto : 90kms

Porto – Ajaccio : 90kms

Ajaccio – Sartène : 90kms

Sartène – Porto Vecchio : 85kms

Porto Vecchio – Solenzara : 80kms

Solenzara – Piedicroce : 102kms

Piedicroce – Bastia : 80 kms

Soit un total de 909 kms en 9 jours

HEBERGEMENTS :

Les hébergements se feront en hôtel en demi pension (repas du soir – nuitée - petit déjeuner). Les chambres seront doubles afin d'économiser les coûts (les personnes désirant une chambre individuelle paieront le supplément).

Les départs seront prévus vers 8h30 pour une arrivée vers 17 H. L'allure sera cyclotouriste et puisque nous passerons dans des lieux formidables que nous ne reverrons peut être plus , nous nous arrêterons alors naturellement pour visiter.

Un dossier plus complet sera remis aux participants avant le départ.



Bonifacio

ASSEMBLEE GENERALE DU 9 DECEMBRE 2012



Comme chaque année le mois de décembre voit se dérouler l'Assemblée générale du Club. Une soixantaine de licenciés était présents et ont pu découvrir les différents rapports et bilans d'activités ...lesquels ont été approuvés à l'unanimité... ainsi que la réélection de Michel FOURNIER et l'élection de Gérard DUMETZ au bureau du comité d'administration.

Madame Annie LOBBEDEVZ conseillère municipale et adjointe aux sports est venue conclure cette A.G. en rappelant le soutien de la mairie au Club d'Arras Cyclotourisme.

Cette matinée s'est terminée par le pot de l'amitié.

REPRISE à l'ARRAS CYCLOTOURISME

Comme le veut la tradition le 1^{er} dimanche de Février verra la reprise de la saison à l'Arras Cyclotourisme. Le 3 février prochain nous partirons du Club vers Pas en Artois après s'être restauré d'un croissant et d'un café préparés par Michel Fournier. Nous n'échapperons pas non plus à la traditionnelle photo de groupe. Nous vous demandons de venir vêtu du maillot du Club, même s'il ne fait pas beau...ce dont je doute fort...afin de fixer l'image des copains pour l'année à venir.

Rendez-vous donc le 3 février vers 8H30...photo à 9H précises...et départ vers Pas en Artois.

TOUS en VTT

Chaque année une sortie VTT est organisée au club pour ceux qui possèdent la « monture » adéquate et qui font essentiellement de la route. Cette sortie organisée par Denis Durbise, Eric Promayrat et F.P.

Decroix vous emmènera sur le circuit de l'Ami Bidasse.

Rendez-vous le dimanche 20 janvier au club pour un départ à 9H30...en espérant que le temps sera plus clément que l'année dernière où la boue avait « durci » (ou ramolli) le circuit ... !!!

L'ACT vous propose une sortie en Alsace le week-end de l'Ascension **du 08 au 12 mai 2013**.
Nous éirons domicile dans le gîte d'Orbey situé au « Pré du bois » au cœur des montagnes.
La capacité d'accueil et les prestations sont détaillées sur la fiche ci-dessous.

Trois parcours ont été choisis pour l'occasion.

- ❖ Le premier parcours nous emmènera vers le château médiéval du Haut-Kœnigsbourg (haut-château du roi). Situé à 750m d'altitude et à 12 km de Sélestat d'où on peut le voir.
Ce circuit formera une boucle de 111 Km.
- ❖ Le second nous fera découvrir le Markstein. Station de ski située entre 1040 et 1265 m. Ce site est réputé pour le ski de fond l'hiver et ses parapentes l'été.
Ce circuit formera une boucle de 117 km.
- ❖ Enfin le troisième jour nous irons à la rencontre du Champ du feu, situé à 1099 m point culminant du bas rhin. Pour les plus téméraires le mont Ste Odile fera partie de la randonnée.
Perché à 764 mètres d'altitude ce mont est surmonté d'un couvent fondé par sainte Odile.
Ce circuit formera une boucle de 146 km pour le champ du feu et 158 km pour le mont Sainte Odile.

Venez nombreux !!!

LE HAUT KOENIGSBOURG



LE MARKSTEIM



LE CHAMP DU FEU



LE MONT SAINTE ODILE



-Prestations : Hébergement situé à 850 m d'altitude au « Gite d'Etape et Equestre du Pré du Bois »
249 , Pré du Bois - 68370 ORBEY

Ce gîte est composé de 3 dortoirs de 3, 6, et 7 places.

Les draps et serviettes de toilette ne sont pas inclus.

-Il dispose également d'une chambre d'hôtes de 6 places pour laquelle les draps et serviettes de toilette sont inclus. Il faut compter 64€ de plus par couple et par jour.

-4 nuits, 4 petits déjeuners, et 4 repas du soir.

-Les repas comprennent : apéritif, plat, dessert, café et ¼ de vin ou d'eau par personne.

-Trajet : 500 Km environ par autoroute et route (6 à 7 h arrêts compris).

-Détail de l'organisation :

Départ le mercredi 08 mai à 08H00 du club ;

Arrivée aux alentours de 17H, puis pot de bienvenue.

- Jeudi 9 mai : randonnée cyclo de 100.5 km « le Haut Koeingsbourg »
- Vendredi 10 mai : randonnée cyclo de 117 km « Le Markstein »
- Samedi 11 mai : randonnée cyclo 146 ou 158 km, « le champ du feu et/ou le mont ste Odile »
- Dimanche 12 mai : retour sur Arras prévu vers 17H00 au club.

Estimation du **prix de revient** par personne: **160€**

INSCRIPTION SEJOUR EN ALSACE

Elle se fera au plus tard pour le 15 Février auprès de Pascal MICHEL avec un chèque de réservation de 50 euros à l'ordre d'Arras cyclotourisme.

Le solde sera demandé début mai 2013

Pour tous renseignements : P.MICHEL ☎ : 06 73 24 53 91

Coupon à renvoyer à :

**Arras cyclotourisme –Pascal MICHEL
12, rue Berthe WARRET
62000 ARRAS**



NOM : _____ **PRENOM :** _____

Nombre de personnes : _____

Je m'inscris à la randonnée d'Arras Cyclotourisme « l'Alsace» du 08 au 12 mai 2013

Ci-joint un chèque d'arrhes de _____ € à l'ordre d'Arras cyclotourisme

Signature

Comme dit notre président, « *quand ça fait du bien, on aurait tort de s'en passer* ».

Il sera « soubrette » d'un jour en pleine campagne et servira une bonne boisson chaude à ses cyclos « dévélottés » et leur famille au beau milieu du parcours.

Cyclos, femmes de cyclos et parfois enfants ont tellement apprécié ce bon moment qu'il serait dommage de s'en passer.

Il est juste temps de décrotter les chaussures et venir respirer le bon air non pollué de fin janvier dans les champs et pour ceux qui le voudront, apprécier la visite du parc de Tilloy.

Il ne faut pas changer une équipe qui gagne (...dans notre estime)

Eliane nous refera des crêpes bien girondes à l'arrivée.

Marie-Thérèse préparera avec dextérité la même bonne soupe aux légumes.

Nadine mettra tout son cœur dans le café assorti de petits gâteaux avec chocolat et vin chauds qu'elle viendra généreusement servir sur notre parcours.

Convivialité et discussions agréables seront de mise au travers la campagne et le sentier de la crête Picarde que nous aborderons **à partir du club**.

C'est le **Dimanche 27 Janvier 2013**, RDV au club à 8H30 pour le café.

Départ à pied à **9H00** - soupe et crêpes vers 11H30 dès le retour.



Elles ont courageusement reconnu le parcours ; elles ont dit qu'il est bien !