

ARRAS CYCLO TOURISME

Complexe Grimaldi -rue E. Zola- 62000 ARRAS

F.F.C.T. n°04183 - Jeunesse & Sports n°62-SP-384

arras.cyclotourisme@gmail.com

LE CANARD DE L'ARRAS CYCLO

- Journal n° 111 de novembre 2022



Peu avant le départ direction Beaurains le 18 septembre dernier

Renseignements & administration : Complexe Grimaldi – rue E.Zola 62000 ARRAS
Directeur de la Publication S. MARCHAND – Dépôt légal : à parution – N° ISSN 2105-7389

Vingt ans !

L'Assemblée Générale de l'Arras Cyclotourisme de décembre 2022 clôturera vingt années d'engagement au service du club, dont onze années au poste de secrétaire, trois comme vice-président et six à la présidence.



Arrivé au club en février 2002, j'ai tout de suite participé aux réunions qui se déroulaient au baraquement du camping municipal situé rue du Temple à Arras. Le président Jean Marie Drelon, me demandera à l'approche de l'AG 2002, de candidater au comité, pour remplacer la secrétaire Jacqueline Leclercq, en partance.

L'aventure durera onze années durant lesquelles, j'ai appris le métier et surtout rencontré de merveilleux camarades de route, de belles personnes, et de bons présidents comme Jean Marie Drelon, Gérard Dumetz, sans oublier un trésorier emblématique : Jean Marie Duhamel.

La vice-présidence m'a permis de m'imprégner plus encore de la responsabilité à venir, grâce à l'enrichissante et innovante collaboration avec le président Pascal Michel. Celui-ci mettra un terme à son mandat de président à l'occasion de l'AG 2016. Seul candidat, c'est sans surprise que je fus élu à l'unanimité ! ». Heureux et fier d'être le nouveau président de l'Arras Cyclotourisme qui m'avait accueilli quatorze ans plus tôt.

Fort de l'expérience acquise auprès de mes prédécesseurs, je n'avais aucune appréhension particulière.

Deux mandats de trois années à la présidence m'ont permis d'améliorer le fonctionnement global de notre club, d'optimiser notre communication grâce aux outils comme Facebook mis en route en 2017, ainsi que le nouveau site du club en 2019. Ce que je retiens : l'augmentation des participations lors de l'Ami Bidasse des éditions 2017, 2018, 2019 et 2022 ; l'attribution de vêtements mise en place pour les anciens et les nouveaux adhérents, pour une meilleure homogénéisation de nos tenues.

La formation aux gestes de premiers secours (PSC1) dès le printemps 2017 avec un recyclage en 2019, répondant à l'attente d'une partie de nos adhérents, sur le thème de la sécurité. La baisse d'effectif de ces dernières années et son équilibre précaire, l'arrivée de nouveaux cyclos en cours d'année 2021 & 2022 nous permet d'entrevoir des jours meilleurs pour un club qui fêtera bientôt cinquante années d'existence.

Je reconnais bien volontiers que durant ces deux mandats, j'ai été bien aidé par Eric Promayrat, rigoureux et précis comme le sont les trésoriers et toujours de bons conseils ; ainsi que par Jean Claude Labruyère et Denis Durbise, aux styles flamboyants et généreux, de bons rapporteurs en somme.



Remerciements aux membres du comité qui ont animé et validé, non sans débattre préalablement chaque point de l'ordre du jour, créant bien souvent, de longs et constructifs débats.

Je transmets le flambeau à mon successeur Jean Marie à qui je souhaite le meilleur pour sa présidence.

Longue Vie à l'Arras Cyclotourisme !

Sylvain

000/000

Plein cadre :
Marie-Claire
Cojean

Nous l'avons accueillie il y a maintenant plus de deux ans et elle a su s'intégrer rapidement de par sa gentillesse, sa disponibilité et une solide expérience de cycliste...



➤ *Merci de bien vouloir te présenter :*

J'ai 60 ans, suis veuve depuis 2 ans. J'ai 2 filles de 34 et 32 ans et un petit-fils de 18 mois. J'habite à Pelvès depuis 2015. Après 40 ans au service de l'éducation nationale essentiellement dans l'académie de Créteil, je profite de ma retraite depuis Septembre 2020.

➤ *Quand et comment es- tu arrivée à l'A.C.T ?*

Je suis arrivée au club l'été 2020, j'étais auparavant dans un autre club qui ne me satisfaisait pas totalement, lors d'une sortie j'ai croisé Thierry W qui m'a suggéré de rejoindre l'ACT, conseil que j'ai suivi. J'ai tout de suite été bien accueillie notamment par Sylvain dont j'avais déjà croisé la route aussi. J'apprécie beaucoup la convivialité, la bienveillance et la bonne humeur qui règnent au club.

➤ *As-tu fait du sport auparavant ? si oui, lesquels :*

Ma vie professionnelle et personnelle ne m'a pas toujours laissé beaucoup de temps pour le sport, toutefois je pratiquais le step et le renforcement musculaire, de la marche en forêt, des balades en VTT lorsque j'habitais en Seine et Marne. De retour dans ma région natale, je me suis finalement mise au vélo ce que mon époux souhaitait depuis longtemps. C'était un cycliste passionné depuis l'enfance : courses sur route, sur piste, VTT, cyclosporives, Etapes du Tour, Paris-Brest-Paris... (moi, je faisais l'assistance en voiture)

➤ *Quels sont tes meilleurs souvenirs ?*

Les vacances à vélo : le canal du Midi, la Vélodyssée et les bords de la Loire qui permettent la découverte de belles régions en toute liberté.



Mes filles m'ont donné l'occasion de faire de beaux voyages en Australie, au Québec, en Colombie...

➤ *Quels projets te feraient envie ?*

Participer à d'autres randonnées sur plusieurs jours avec davantage de participants, idem pour la semaine fédérale et pourquoi pas la semaine européenne ; Participer à des sorties classiques notamment Lille-Hardelot, m'essayer à quelques cols mythiques.

➤ *Peux-tu nous dévoiler tes autres centres d'intérêt ?*

Je pratique le yoga, un peu de J'aime beaucoup les activités notamment mon petit potager. Je lis beaucoup, je fais du de Wancourt où j'accueille les chaque lundi.



renforcement musculaire. de plein air et cultioe

bénévolat à la bibliothèque élèves de maternelle

➤ *As-tu des souhaits, s'agissant du club ?*

Accueillir de nouveaux adhérents, tout en permettant à chacun de profiter pleinement de cette passion commune, à son niveau. Que la bonne ambiance perdure !

Je terminerai par une citation d'Einstein qui me correspond assez bien :

« La vie, c'est comme une bicyclette, il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre »

000/000

Semaine Fédérale de LOUDEAC (Côtes d'Armor)

Cette année la semaine fédérale nous a emmenés en Bretagne, plus précisément dans les côtes d'Armor la première semaine d'août. Nous étions 12 d'Arras cyclotourisme parmi les 7500 participants. Après deux ans de Covid, la fréquentation a baissé, ils attendaient près de 10 000 cyclos sachant que la ligue Bretagne est la plus grande en effectif.

Après une arrivée dans les bouchons que nous retrouvons à la prise de dossiers nous découvrons nos logements, super. La semaine pouvait enfin commencer...



Dimanche 31 juillet : Destination centre Bretagne, le lac du Guerlédan et Mur de Bretagne, que certains ont court-circuité, pas de nom, mais que d'autres ont monté, pas de nom.... !!!

Lundi 1^{er} août : Direction le Morbihan, le château de Josselin, avec un magnifique point d'accueil au château de Kergéhenec.

Mardi 2 août : Direction Pontivy avec un premier col pour monter à Guéméné.

Renseignements & administration : Complexe Grimaldi – rue E.Zola 62000 ARRAS
Directeur de la Publication S. MARCHAND – Dépôt légal : à parution – N° ISSN 2105-7389

Mercredi 3 août : Direction la mer et la baie de St Briec. Mais pour y arriver il fallait passer Yffiniac et sa fameuse côte à 20% que certains ont montée à pied, pas de nom... Nous avons beaucoup pensé à Bernard Hinault qui avait dû faire ses premières armes dans ce raidar.

Jeudi 4 août : Journée de repos pour nous, pas de vigne à l'horizon donc resto fruits de mer que Marie Claire avait l'air de bien connaître.

Vendredi 5 août : En allant vers Rennes, encore un col à 330m en allant vers St Méen le Grand, pays de Louison Bobet. La Bretagne n'est définitivement pas plate.

Samedi 6 août : Direction la côte d'Emeraude et Pléneuf Val André, et au retour un dernier col à 330m au cas où nous aurions encore quelques réserves dans les jambes.

Une très belle semaine où chacun a pu trouver son plaisir ; pour Monique les cyclos découvertes pendant que Denis avalait les kms. Pour Jean Pierre et Geneviève, Gravel et VTT toute la semaine, super enchantés des circuits. Pour Philippe, des circuits le matin pour retrouver sa femme et son camping-car à midi. Pour les routiers environ 800kms pour 8000 m de dénivelé dans une Bretagne qui nous a épargné la canicule. Merci à elle.

Evidemment

un groupe,

une super

ambiance,

une

convivialité

qui ne nous a

jamais quitté

avec

quelques

moments

forts, comme

le soir du feu

d'artifice à

Loudéac où

Eric s'est

rappelé qu'il

avait des

origines bretonnes et qui nous a fait une démonstration de danse bretonne sur la place de Loudéac aidé en cela par Ampouilh que vous ne connaissez pas mais qui est un groupe breton célèbre qui partait au festival de Lorient.

Tout cela s'est terminé par le repas de clôture dans une crêperie bretonne que Denis nous avait trouvée, et là heureusement que tous nous avons pris une petite laine, car alors que la France croulait sous la chaleur, nous nous avons un peu froid vers 22h !!!!!

En conclusion, avant de venir certains avaient déjà attrapé le virus de la semaine fédérale, d'autres l'ont attrapé cette année, il est hors de question de se faire vacciner, et on se retrouve l'année prochaine dernière semaine de juillet à Pont à Mousson pour découvrir la Meurthe et Moselle.

Jean Marie DRELON



000/000

La Fête du Sport

Deuxième édition de la fête du sport le Week-end du 10 & 11 septembre 2022 au jardin du gouverneur, organisé par l'Office des Sports, association au service du sport inaugurée en septembre 2021, adhérente à la Fédération Nationale des Offices Municipaux des Sports.

Selon Silvère Dhalluin, notre principal correspondant de l'Office des Sports, 19000 visiteurs se sont retrouvés durant ces deux jours sur cet espace réservé à l'activité sport-santé associative Arrageoise.

Nous avons eu la chance d'avoir un chalet, une grande table, deux chaises,



suffisant pour entreposer notre matériel. Cela étant, nous nous sommes rendus compte dès le samedi matin, que l'emplacement même du chalet n'était pas idéal. Je l'ai signalé aux responsables de l'Office des Sports.

Renseignements & administration : Complexe Grimaldi – rue E.Zola 62000 ARRAS
Directeur de la Publication S. MARCHAND – Dépôt légal : à parution – N° ISSN 2105-7389

Malgré notre parfaite installation rendue visible grâce à l'oriflamme et le kakemono, nous n'avons vu venir à notre stand, les 19000 visiteurs mais une infime partie d'entre eux, sportifs et passionnés de vélo, à qui nous avons distribué nombre de dépliants de la fédération française de cyclotourisme. Ils n'ont pas hésité à nous communiquer leurs adresses mail afin de recevoir nos invitations aux sorties hebdomadaires,

Attendons la prise de licence pour établir un bilan précis. Une invitation à l'assemblée générale leur a été adressée.

Bien évidemment, nous serons présents lors de l'édition à la fête du sport 2023...

Sylvain

000/000

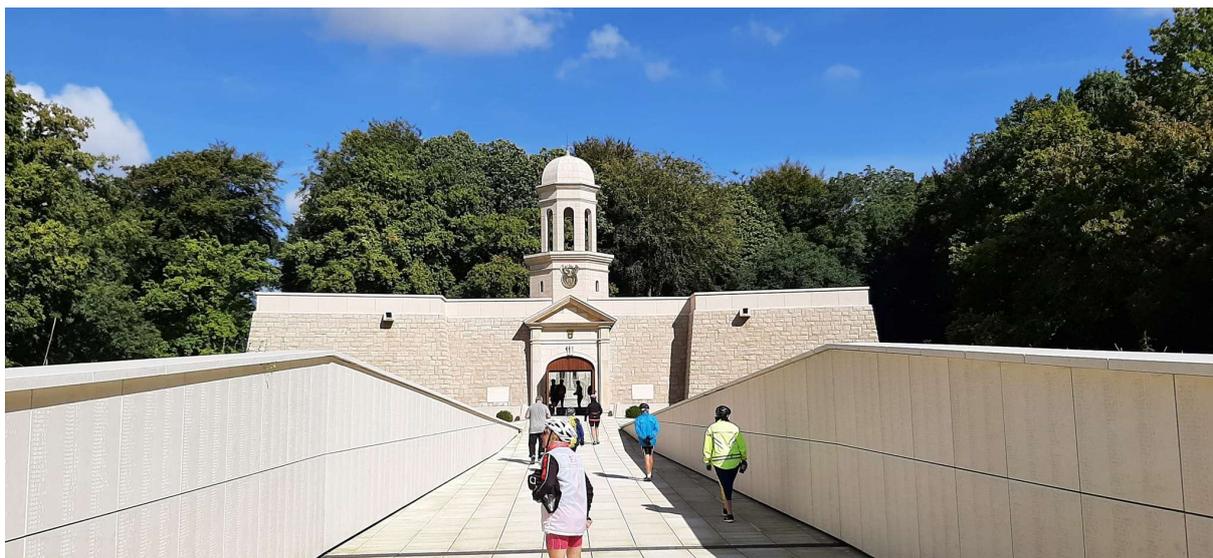
Week-End des Féminines

du 17 & 18 Septembre 2022

Pas moins de 20 féminines et quelques conjoints pour ce week-end organisé dans l'Arrageois, à l'initiative du Codep62 et de l'Arras Cyclotourisme qui proposaient deux circuits :



- ❖ Samedi 17 septembre, 92km sur le circuit du souvenir avec les mémoriaux de Flers, Longueval, Pozières, Thiepval, en autres. Départ 09h15, avec temps frais, sec et vent du nord agrémenté de légères rafales au retour, sans toutefois contrarier notre progression.



Mémorial Sud-Africain de Longueval, superbe !

Pour la circonstance, Jean Marie Drelon, Jean Claude Labruyère et moi-même avons encadré le groupe de plus de 25 cyclos. Pique-nique à Saint-Pierre Divion, tonnelles et bancs, repas froid, boissons énergisantes : rosé, rouge, eau., rien ne manquait, superbe ambiance !

❖ dimanche 18 septembre, 44km direction Vimy avec visite du mémorial puis Notre Dame



de Lorette par la vélo-route avec visite du site de ND de Lorette et de l'Anneau de la Mémoire avant de repartir vers Ablain-St-Nazaire, Carency et Mont St Eloi avec visite de l'Abbaye (en ruine) et descente vers Ecoivres et le bois de Bray pour le pique-nique avec là aussi, une belle ambiance, sous tonnelles où baguettes, pâté de campagne, jambon, fromage et dessert nous ont donné la force de terminer ce périple sous un vent bien présent et sec ... Il ne restait pour le club que Jean Claude et moi pour encadrer.

Un agréable week-end cyclo sur les circuits du souvenir !

Sylvain

Renseignements & administration : Complexe Grimaldi – rue E.Zola 62000 ARRAS
 Directeur de la Publication S. MARCHAND – Dépôt légal : à parution – N° ISSN 2105-7389

000/000

Roc'h des Monts d'Arrée – 2022 (René Vérité)

*ce n'est pas qu'une illusion d'optique, c'est vraiment pentu !
et une ola pour entretenir l'ambiance*



passage à gué pour rafraîchir un peu

Oui je sais, vous allez dire René nous fait encore un article sur les Monts d'Arrée. Mais c'est un événement que vous ne pouvez plus manquer quand vous y êtes allé une fois ;

très beaux circuits dans les forêts et sur les landes bretonnes du bout de la terre qui vous accueille et vous régale.

Après les dramatiques incendies qui ont ravagé la région , Huelgoat point de départ des Roc'h n'est qu'à une dizaine de kilomètres de la chapelle de Braspart qui domine la région et qui a été « miraculeusement » épargnée par le feu infernal, l'organisation a réussi à nous concocter des circuits différents le samedi et le dimanche avec des distances allant de 20 km à 200 km sur 2 jours.

Un pur bonheur que de fouler ces sentiers sous les futées avec des tapis de mousses verdoyantes et de sentir nos pneus s'enfoncer dans ce sol souple et moelleux, de rouler au chaos imposants eux la roche un bloc de tonnes qu'un peut faire condition de faut se placer cette



milieu de ces granitiques avec parmi tremblante, granit de 147 homme seul bouger à la savoir où il pour réaliser performance.

Chutttttt.....c'est comme la fricadelle tout le monde le sait mais y a personne qui l'dit.

Elle a également pensé aux nouveaux adeptes de gravel en balisant un circuit de 65 km le samedi et un de 120 le dimanche. Ces deux jours ont vu, en plus des randonnées, le traditionnel repas du samedi soir, le fameux et difficile plat à digérer le Kig Ar Farz, spécialité bretonne, et bien sûr une ambiance comme les Bretons sont capables de générer.

Bref encore un week-end de feu avec beaucoup de plaisir et de régal à rouler sur ces sentiers bretons du bout du monde qui, comme je le disais en début d'article, ne donne que l'envie d'y retourner.

Renseignements & administration : Complexe Grimaldi – rue E.Zola 62000 ARRAS
Directeur de la Publication S. MARCHAND – Dépôt légal : à parution – N° ISSN 2105-7389

Vivement l'année prochaine en septembre pour aller de nouveau dans ce Finistère pratiquer ce sport ludique qui nous fait découvrir ces petits coins de terre que l'on ne peut voir qu'en VTT ou en randonnée pédestre.

René

000/000

C'était mieux avant

Depuis un certain temps, quand je me rends au club pour nos sorties du Jeudi ou du Dimanche, j'ai tendance à me dire « C'était mieux avant ». N'allez pas croire que je suis le premier presque septuagénaire à succomber à cette perverse litanie.

Déjà les séniors comme on dit maintenant, chez les Romains de l'antiquité avaient cette célèbre formule « ô tempora ô mores » ... Autres temps, autres mœurs.

Et c'est vrai que sur leur machine minimaliste nos cyclos d'aujourd'hui avec, dans la poche arrière de leur maillot, un simple smartphone, bourré d'applications qui leur donne l'impression d'être parés à toute éventualité, n'ont rien à voir avec les cyclos d'avant. Qu'elles paraissent bien obsolètes nos randonneuses acier équipées en tout 28 (pneus de 28, petit plateau de 28 et grande couronne de 28) avec garde-boue, éclairage et la fameuse sacoche de guidon pleine de trucs et de machins inutiles mais qui un jour se révèlent indispensables pour sortir d'un mauvais pas le pauvre cyclo désespéré au bord d'une route.



C'est vrai que c'était mieux avant. Avant, je pouvais rouler des heures, que dis-je, des jours entiers sans avoir les fesses qui brûlent. Avant, jamais, je ne me serais renseigné sur le kilométrage, le dénivelé ou le sens du vent avant d'entreprendre un circuit.

Avant, jamais je n'aurais pensé à équiper Bébert d'un guidon plat tant les yeux, les cervicales et les genoux m'étaient des organes inconnus. Avant je me serais accroché à la roue de nos cadors pour avoir le plaisir de les sauter en haut d'une côte ou d'en remettre une couche entre Rivière et Berles, vous savez... à la mauvaise saison, quand on se demande ce qu'on fait là, alors qu'on serait si bien au chaud devant sa télé ou un bon bouquin.

Si vous me voyez moins souvent lors de nos rendez-vous hebdomadaires, n'allez pas croire que je « r'fais min nez » comme dit l'autre. Non, non, j'aime bien trop le club pour ça. Ne croyez pas non plus que vous me faites peur avec vos machines de course ultra performantes. Je suis sûr qu'avec Bébert je pourrais encore vous en remonter mais pas à chaque fois. Je n'oublie pas que j'ai une licence FFCT, avec un T au bout. La moyenne, les watts, la performance ça n'a jamais été mon truc ou alors un peu de temps en temps pour dire de décrocher la tuyauterie. Ce que j'ai toujours préféré à vélo et de plus en plus avec l'âge, c'est baguenauder. Partir à la recherche des routes où je n'ai jamais mis les roues (ça devient rare dans le coin) ou alors sortir mes cartes et imaginer des itinéraires fabuleux que je ne ferai sans doute jamais... mais qui me permettent de maintenir l'illusion.



Il est temps de citer la sentence favorite de notre grand philosophe (Jean Marie pour ceux qui ne le savent pas encore) : « le vélo c'est la liberté ». On peut aimer en faire seul, en groupe, en sportif, en randonneur ou en touriste et même passer de l'un à l'autre au cours d'une seule sortie. Il y a mille façons de prendre du plaisir le cul sur la selle. Et le plus important quand vous en serez, vous aussi, à dire « Ah, c'était mieux avant », c'est d'avoir toujours autant de bonheur à faire du vélo... même différemment.

Jean Claude

La Loire à vélo :

Balade en 2 actes, du 3 au 16 juillet 2021 et du 1er au 15 juin 2022



Au début ça a pas mal monté ! Il faut dire que la source de la Loire est à 1551 m d'altitude mais grâce à mon moteur, ma cyclote, elle y est parvenue. Les trois-quarts du temps je suivais « Berthoud », un beau baroudeur bleu lourdement chargé de sacoches à l'avant et à l'arrière qui avait préparé tous les itinéraires ; Comme le TGV n'avait pas voulu nous prendre,



il a fallu rejoindre Lyon par nos propres étapes à travers le début c'était à la fois pour nous deux qui plus de 50 kms en un découverte de mes les obstacles sans trop l'assistance électrique. on n'a pas été gâtés le troisième jour je suis km de Lachamp-Raphaël, but de l'étape.



moyens en deux Beaujolais. Pour un une expérience n'avions jamais fait mois et une grande capacités à passer de peine avec Vrai qu'au début, par le temps et que tombée à plat à 1

Mais après une bonne nuit, les vêtements secs et les batteries rechargées, Berthoud et moi sommes enfin parvenus au Mont Gerbier de Jonc. A partir de là on est descendus au plus près du fleuve, enfin du torrent au début, jusqu'à Nevers la première année et Saint-Nazaire la deuxième, soit environ 1330 kms même si le fleuve Loire ne fait que (!)1000kms.

Nos roues nous ont amenés sur des petites routes champêtres, des voies vertes, des chemins de halage, des digues, avec des revêtements parfois très lisses parfois un peu caillouteux mais des parcours toujours tranquilles.



Nous avons croisé quelques autres cyclos aussi lourdement chargés, devant de paisibles Aubracs. Plus loin quelques rapaces, des moutons, et moult oiseaux ont agrémenté nos journées. Nous avons observé cormorans, cygnes, cigognes, sternes, hérons qui se jouaient des attraits du fleuve. Les kms ont défilé très doucement et nous avons découvert l'histoire fantastique de cette Loire indomptée bordée de châteaux et de paysages extraordinaires.



A vos pédales

Monique DURBISE

ARRAS CYCLOTOURISME
ASSEMBLEE GENERALE
DIMANCHE 04 DECEMBRE 2022
Accès dès 08h30

 <https://www.facebook.com/ARRASCYCOTOURISME/>



PASSEZ DE BELLES FÊTES
DE
FIN D'ANNEE

