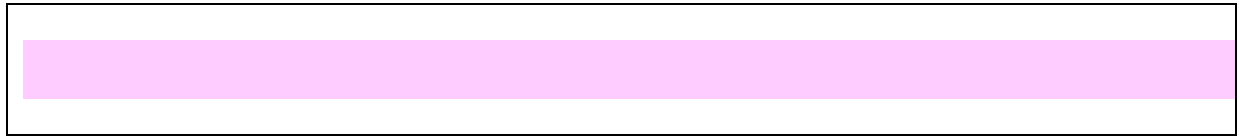




LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud
Chilly-Mazarin

Semaine 02



CYCLOSPORT

ROBERT

Samedi 07 janvier 2023 - Réunion préparatoire à la saison 2023

Pour se faire, rien de tel qu'une pizzeria, pour ce coup-ci, « **Gusto e Passione** » à Chilly Mazarin (Après la côte de Longjumeau). Etablissement sympa, personnel Italien et c'était bon ! Etaient présents, Gaël Poumarat (le maitre d'œuvre), Baptiste Verdier, Patrick Rinaldi et Madame, Jean Christophe Chanlaud, Brice Chériaux, Denis Verdier, Arnaud Tissot, Irène et moi. Une bonne soirée !



Dimanche 08 janvier 2023 Le récit de Baptiste Verdier...

Ça y est, les compteurs sont remis à zéro. Rien de mieux que de retrouver les copains le dimanche matin pour repartir sur de bonnes bases !

Étaient présents ce dimanche matin, Brice, Patrick (de retour, suite à une pneumonie, mais le bonhomme est « increvable », Jean-Christophe, Gaël, Baptiste et Romain Nogueira qui nous rejoint pour la saison 2023.

Malheureusement Sébastien et Stéphane n'ont pas pu être présents.

Un parcours de 82 kms était prévu en partie en Vallée de Chevreuse.

Par miracle nous avons échappé à la pluie ☁️ mais, pas au vent 🌬️. Ça devient récurrent, il faudra s'y habituer. 😊 Par chance nous avons le vent dans le dos au retour. 😊

Ça discute, ça rigole et on parle des objectifs pour la saison 2023.

Le groupe est homogène, la sortie se déroulera sans problème, juste une crevaison pour Romain pour se faire remarquer pour sa première avec nous 😊 et une de Brice sur ... le parking !

Pour résumer, une belle sortie. 😊

Merci à Robert et Arnaud pour leur présence dans la RobertMobil. 🚗 🛵

Rendez-vous la semaine prochaine et bonne récupération la Team... 😊

La sortie c'est par ici 📍 <https://strava.app.link/M1bGilyOtwb>



BONNE
ANNEE



ROBERT

Samedi 07 janvier 2023 - Réunion du comité directeur

Une réunion chargée, à 9h00, avec en toile de fond les « 50 ans » du club, puis à 11h30, la traditionnelle « galette » préparée par Jeannot... pour bien commencer la saison !

Prochaine réunion et permanence le samedi 4 février.

PHILIPPE

Rétrospective – Tour de l'Hexagone 2015

Rétrospective de la Vie du Club « Le Tour cyclotouriste et le Tour de l'Hexagone » (Philippe DROIT).

À vélo tout est plus beau !

Parcourir la France à vélo est une idée de voyage qui offre d'en découvrir toute sa richesse en termes de variétés. Cette idée la Fédération (FF VELO) la propose à ses licenciés depuis 1992 pour ce qui est du « Tour Cyclotouriste » et 2015 pour « le Tour de l'Hexagone ».

Quelles sont les spécificités du Tour cyclotouriste ?
C'est le plus ancien. Il se déroule sur trois semaines. Les parcours différents en fonction de la ville départ et les étapes sont en moyenne de 150 km. C'est une épreuve ressemblant un peu au Tour de France professionnel : 21 jours et 3 300 km au total. Il est à classer dans la catégorie des randonnées sportives. Il faut donc être en capacité de parcourir des étapes assez longues et parfois avec des dénivelés supérieurs à 3 000 m.

le Tour de l'Hexagone ?
Tout d'abord, il s'agit de faire le tour de la France en suivant au plus près nos frontières et ce sur deux années. Notre choix de circuits est d'abord touristique. La longueur des étapes (100 km en moyenne) diffère en fonction des difficultés et des hébergements retenus. Lors de la première partie les participants parcourent le côté Ouest de la France en partant de Honfleur (14) pour terminer à Sète (34). Pour la deuxième année, c'est l'Est qui est à l'honneur, avec un départ de Sète pour terminer à Honfleur.

Ces 2 épreuves sont de beaux défis sportifs et humains qui sur la durée 21 jours pour la 1^{ère} et 30 jours pour la seconde nécessitent face au vent, les intempéries climatiques, les difficultés du terrain, d'être forcément bien préparé et exact avec soit même.

> **Témoignage**
ALBERT DUQUENOY, UN PARTICIPANT
Lors de vos participations, quels ont été les moments les plus forts ?
Pour les deux Tours (cyclotouriste et Hexagone) le moment le plus fort est l'arrivée à l'étape finale, mélange intense de satisfaction partagée et de nostalgie naissante d'une aventure qui s'échoue.

Notre ami ALBERT

Quels conseils donneriez-vous à quelqu'un souhaitant se lancer dans le Tour cyclotouriste en 2018 ?
Le TC est un beau projet. Cela est ressenti, je pense pour la plupart, comme un véritable challenge, mais une fois parti le plaisir de rouler et de durer jour après jour l'emporte sur la crainte. Pour l'aborder, il faut partir avec 3 000 à 4 000 km dans les jambes et avoir gravité déjà 3 ou 4 cols de manière assez rapprochée dans le temps ; si on a l'habitude d'arriver en juin avec ce bagage, on n'a pas à craindre de s'engager sur le TC.

21 étapes / 3230 km
Tour cyclotouriste 2018

Nos représentants du VCBS!
LUCIE Honfleur, le groupe prêt à partir, et ALBERT

Tour de l'Hexagone 6000 km en 60 jours
aux plus près des frontières
2017 : Sète - Honfleur

avec, notamment quatre étapes en Bretagne pour ensuite rallier les Vosges et l'Alsace en passant par l'Auvergne et la Savoie. Il traversera les villes et régions de Verdun, Saint-Malo, Dinard, Vanves, Colmar, Nancy, Reims, Compiègne et bien d'autres...