



LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud
Chilly-Mazarin

Semaine 15

LA HAUTE MAISON (77)
VAINQUEUR BAPTISTE VERDIER

SAINT SULPICE DE FAVIERES (91)
VAINQUEUR BRICE CHERIAUX

CYCLOSPORT

ROBERT

Samedi 8 avril – Course FFC à Haute Maison (77)

Le CR de Baptiste Verdier...

« La roue tourne... LA VICTOIRE 🏆 »



Le VCBS 🌀 fraîchement affilié à la FFC, je me décide d'aller y faire un tour. 😎 Ça sera la course du Tour du Mans à la Haute Maison dans le 77 en catégorie Access. Un circuit de 5,5 bornes, avec beaucoup de vent, dans la campagne profonde sans une voiture à l'horizon !

Une trentaine de coureurs sont au départ. 🚲 A 14h30 le départ est donné pour 70 km. Au kilomètre 0, la première attaque ! C'est un coureur du club organisateur Team Allcycles. Je me dis que ça peut être la bonne... En effet on prend vite du champ. C'est parti pour une « galère » à deux. 😬 On prendra jusqu'à 1'50. Derrière 5 coureurs s'échappent. On gère... Pas vraiment, puisqu'en 15 bornes ils reviendront sur nous. 😞 A la cloche 🛑 c'est le regroupement ! Sur les 5 derniers kilomètres chacun essaiera de sortir, mais c'est finalement au sprint que la victoire va se jouer ! J'arrive finalement à trouver un petit peu d'énergie pour m'imposer au sprint. 🏆 Ce fut une belle partie de manivelle 🛠️ avec, au final 70 bornes d'échappée ». 😊

Les résultats 📄 <http://www.cif-ffc.fr/menuCif/archivesresultats/20230408hautemaisonA.pdf>

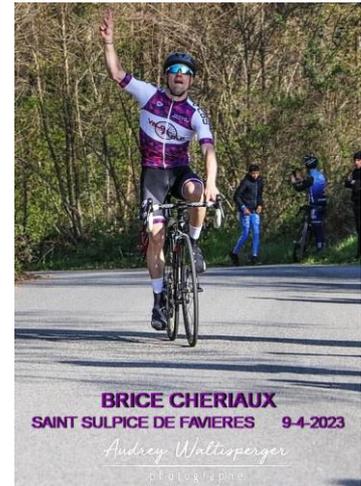
Les photos c'est par la 📷 <https://photos.app.goo.gl/NGihGaTe3qBVyzqV9>

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

Dimanche 9 avril Course FSGT à Saint Sulpice de Favières (91)

Le CR de Brice Chériaux...

« Mon dernier dossard à la Jacques Gouin, début mars, m'avait fâché avec les compétitions de vélo, mais en voyant le dynamisme de mes coéquipiers ces dernières semaines, qui ne rechignaient pas à s'entraîner et prendre le départ des courses malgré une pluie de malchances ou déconvenues, je me suis fait violence en revenant à la compétition ce week-end. En plein milieu du bloc de mon futur objectif, je devais faire ce dimanche de Pâques 5 heures de vélo et quelques intensités. Je me suis donc levé à 6h30 pour être sur mon vélo à 6h45 habillé et illuminé (sécurité avant tout) avec mon petit déj. à la main, direction Saint-Sulpice-de-Favières pour un échauffement de 45'. Une fois sur place mon compteur m'annonce 0°. Je vois Romain, Patrick et Gaël qui eux sont bien réchauffés par leur motivation. Quelques minutes après, c'est déjà le départ. La côte de Saint Sulpice-de-Favières, La Briche, avec ses passages à 10% se monte à vive allure, mais c'est sur le plat, au 3^{ème} tour que le peloton fait « rideau » et laisse partir 10 coureurs. J'ai la chance d'être devant. Derrière, Romain, Patrick et Gaël font bien en sorte de bloquer les « contres ». Devant les relais sont fluides, difficile pour moi de ressentir bonne ou mauvaise sensation. J'essaie surtout de me réchauffer. C'est finalement Baptiste qui me réchauffera par ses encouragements au bord de la route. Il rayonne encore de sa victoire de la veille. Il a fait le déplacement pour venir nous encourager... Bon ça y est, comme à la TV, je retire, mon bonnet, mes manchettes, mes gants longs. Je suis chaud, chaud, chaud au pied de la bosse pour l'arrivée, je vais mettre une attaque à la Mathieu Van Der Poel en bas de la bosse... Ok c'est bon, j'ai mis mon attaque... mais cela va beaucoup moins vite qu'à la TV ! Je suis complètement planté... Je me retourne, je ne vois plus mes adversaires qui doivent-être encore plus mal en point que moi. Donc tout va bien, je gagne ! J'ai une photo sympa pour mes vieux jours et le moral pour encore faire 2h00 de vélo avant de rentrer chez moi, manger plein de chocolats de Pâques et faire une bonne sieste ».



Lundi 10 avril - Course FSGT route à Boutigny--ur Opton (28)

Récit de Baptiste Verdier 🍷

« 2^{ème} course pour ma part en 3 jours. C'est reparti pour un tour avec un circuit de 5,5 km vallonné, avec cette fois-ci énormément de vent, des rafales allant jusqu'à 60 km/h ! Départ à 15h30 avec une cinquantaine de coureurs en 1/2/3^{ème} catégories. Ça roule vite, d'un côté du circuit le compteur affiche 60 km/h vent de dos, de l'autre côté c'est plus vallonné avec un gros vent de côté, ça bordure 🍷 mais ça ne casse pas. 😊 Il faudra attendre à l'entour du 30^{ème} kilomètre pour qu'un groupe de 4 coureurs sorte. La cassure se fait juste devant moi, je n'ai pas les jambes pour faire le jump. 😞 Je n'ai pas récupéré de ma « balade » de samedi, ou alors j'ai mangé trop de chocolats 🍫 la veille. 😊. Nous ne reverrons plus ces 4 coureurs qui prendront plus de 2 minutes... 4 costauds, sans regret ! Derrière ça « roulotte » tout le monde a compris que c'était plié ! Dans les 2 derniers tours, 4 coureurs réussiront à sortir. C'est finalement un reste de peloton qui arrivera pour une place de 9. Je finis 14^{ème} bien rincé, 6^{ème} dans ma caté ». 😊

Les résultats 📄 [https://s3.static-](https://s3.static-clubeo.com/uploads/fsgt78velo/Medias/2023%2004%2010%20Classements%20Boutigny%20sur%20Opton_rsx6nq.pdf?_ga=2.171662691.271787634.1680878144-1018476158.1678198837)

[clubeo.com/uploads/fsgt78velo/Medias/2023%2004%2010%20Classements%20Boutigny%20sur%20Opton_rsx6nq.pdf?_ga=2.171662691.271787634.1680878144-1018476158.1678198837](https://s3.static-clubeo.com/uploads/fsgt78velo/Medias/2023%2004%2010%20Classements%20Boutigny%20sur%20Opton_rsx6nq.pdf?_ga=2.171662691.271787634.1680878144-1018476158.1678198837)

Les photos c'est par là 📷 <https://photos.app.goo.gl/dCUKGXS7an4Zn7Ls8>

La sortie c'est par ici 📍 <https://strava.app.link/ZkdbO84ZUyb>

Ce WE, ont participé également à...

Saint-Sulpice-de-Favières (91) : Romain Nogueira 4^{ème}, Patrick Rinaldi 17^{ème}, Gaël Poumarat 14^{ème}
Forges (77) : Jean Christophe Chanlaud, pas complètement rétabli de son ancienne chute, prend 1 tour et s'impatiente de descendre de catégorie... Sébastien Papinaud est lui encore en récupe de son Tour des Flandres...



ROBERT

Dimanche 9 avril - Les G4...

Irène et Robert en balade dans l'Indre-et-Loire, pour changer de Janvry, 28 km sous le soleil et en pleine nature, superbe en ce début de printemps... 😊

Thearith, elle descend des km à Villemaréchal...

