



# LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud  
Chilly-Mazarin

Semaine 15

## CYCLOTOURISME

### ROBERT

Samedi 11 avril 2026 – « Paris-Roubaix Challenge »

#### Le CR de Laurent Thépault...

« 3 possibilités, 70, 147 ou 170 km. Le 170 course en ligne, trop compliqué (être à 4h du mat à Roubaix pour se rendre au départ + 90€ le transport). Moi j'ai opté pour le 147, départ 7h de Roubaix, arrivée au même endroit. 51 km par la route pour se rendre à « la Trouée d'Arenberg » secteur 19. Trouver un peloton pour faire le moins d'efforts possible. Chose faite en partie. Eh là on rentre dans « La Trouée » et ça tape ! Je reste



sur le haut du pavé, ça passe. En doublant des concurrents, on doit descendre, puis remonter car sur le haut du pavé ça tape moins. Malheureusement, à chaque doublement on perd de la vitesse et ensuite impossible de relancer l'allure. Sur la route, on récupère un peu avant de repartir sur les secteurs pavés. Un coup de moins bien entre les km 90 & 110. Je

m'arrête au dernier ravito (5 mn) bidon + gel énergétique, cela me fera énormément de bien. J'ai tout fait sur le haut du pavé, pas venu là pour faire les bas-côtés. On est sur routes ouvertes, l'arrivée vers Roubaix, pas mal de voitures. Belle organisation, 5h20, 27,4 km/h de moyenne.

Le tout, fait avec mon Gravel Adris (SC'BIKE) pneus de 35.

Le lendemain dimanche, spectateur secteur 7. Énormément de monde pour les hommes, une fois les 3 groupes de tête passés, les belges se barrent. Inouï. Pour les femmes, presque plus personne. Fan de vélo les belges... j'ai des doutes. Fan s'ils ont des vedettes, plutôt ! » 😊

**Robert :** Un super souvenir à n'en pas douter. Perso, d'après Jeannot, c'était en 1992, 250 km, mes ischions s'en rappellent encore ! 😊

Réflexion de Laurent « Presque plus personne pour voir les féminines » dommage, pourtant c'est beau les femmes quand elles pédalent, quand elles tapent dans un ballon rond ou ovale pour ne parler que de ces sports...



## Dimanche 12 avril 2026 – Course Ufolep à Morangis (91)

### Le CR de Jean Christophe Chanlaud...

« Je suis allé courir à Morangis ce matin, en 3 UFOLEP, départ 8h30, une trentaine de coureurs et un tout petit 5 degrés. Le faux plat de ce circuit fait toujours mal d'autant que nous avons vent contraire sur cette portion où j'accuse un petit coup de moins bien après 20 bornes, je prends un tour et termine sans problème avec le paquet. J'ai pris du rythme ». 😊



### Le CR de Patrick Rinaldi...

« La course de Morangis, départ donné à 10h45 pour une distance totale de 86 km, sous une température fraîche de 9°C. »



## ACTUALITES

### ROBERT

#### Mercredi 8 au dimanche 12 octobre 2025 « 41<sup>ème</sup> Delta Plus Roc Trophy »

Beaucoup de vélo actuellement de quoi passer les après-midi, sur ou dans le canapé !

Paris Roubaix, Pays de la Loire Tour, le Tour du Pays Basque avec une superbe perf de Paul Seixas...

