



# LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud  
Chilly-Mazarin

Semaine 22

**SATORY (78)**  
**VAINQUEUR BAPTISTE VERDIER**  
**BOISSY-SOUS-ST-YON (91)**  
**BAPTISTE VERDIER 3<sup>EME</sup>**

## CYCLOTOURISME

### LAURENT

#### Samedi 27 mai - La Ballainvilloise

Nous étions 3 pour représenter le club, Christian (125 km avec un départ vers 7h00), André (pour 80 km départ vers 7h15) et moi (125 km avec un départ vers 7h15). Départ avec 2 cyclos jusqu'à Brétigny. L'allure trop rapide pour moi je les laisse filer. Sur les hauteurs de Cheptainville, je retrouve Christian + un cyclo de Houdan (halte prostate). Je m'arrête et décide de continuer avec eux. Ayant le vent de dos, la progression me convient et on discute jusqu'à Méréville. Je quitte mes 2 compagnons (qui font une pause casse-croute) et je continue avec un cyclo de UC Arpajonnais jusqu'à Mulleron. De Méréville jusqu'à la maison, vent de face. J'assure la plupart des relais, mon compagnon me soulageant de temps en temps.

De retour à Ballain, vers 12h15, un p'tit casse-croute, une p'tite discussion avec les bénévoles du SCASB et retour à la maison pour 12h45.

Au final : 133 km, 1120m de D+, moyenne 26,3.

#### Dimanche 28 mai - Sortie club

Nous étions 3 au RDV de carrefour Market, Pierre (seul du G2), Thierry et moi pour le G1. Enfin groupe, c'est un bien grand mot. Depuis le début de l'année, le mot groupe a dû servir 2 ou 3 fois. La plupart du temps, nos sorties se font avec Thomas, Thierry et moi. Les autres ??? Si, il y a le groupe dissident WhatsApp, qui fonctionne. Rallye de Savigny, 5 du G1 (dont Thomas et moi, qui se servent du site pour s'informer de leurs intentions) et 4 des anciens du club toujours en contact sur ce groupe WhatsApp.

A quoi sert le site ? Pourquoi prendre une licence au VCBS pour ne jamais participer, ou venir au RDV du club ?

Avec Thierry, on récupère mon gendre à Nozay. De Dourdan à la décharge, Thierry et moi avons du mal à finir. François restera avec nous jusqu'au bas de la décharge, puis rentrera directement à Nozay. La route jusqu'à Villejust fut menée à un rythme tranquille, tranquille. Plus beaucoup de jus.

Au final : 116 km, 1083m de D+, moyenne 26,7

## ROBERT

Mercredi 24 mai - Course FSGT à Boissy-sous-St-Yon (91)**Le commentaire de Baptiste...**

« Bah franchement, je n'ai rien foutu. Ils sont tous malades à la baraque, je n'avais rien dans les jambes, mais au final, ça arrive au sprint, et ça... même malade, je peux le faire ! »

Baptiste Verdier 3<sup>ème</sup>, Romain Nogueira abandon.

Dimanche 28 mai - Course « Pen Ar Bed » VTT FSGT à Trézien (29)

Romain a fait le déplacement, Trézien, c'est tout là-bas, là où finit la terre ! Un aller et retour d'environ 1200 km en voiture. Il faut aimer et être jeune ! Les Bretons sont costauds et départ en dernière ligne, seulement 5<sup>ème</sup> !

**Le CR de Romain...**

« Il a fait beau, c'était vraiment top et sentir l'air marin en se baladant le samedi était agréable. Je suis allé reconnaître le circuit (2,6 km). J'ai croisé le président et il me dit que nous aurons 7 tours. Le circuit est très sinueux (avec beaucoup d'arbres dans tous les sens), et presque impossible de doubler juste quand on retourne sur la ligne d'arrivée, avec un morceau de prairie de 500m. Le dimanche je fais un bon échauffement. Ils font d'abord partir les espoirs 30'' avant (16u). Nous partons ensuite. Je pars en dernière ligne sur 30. Le départ est donné sur les 150 derniers mètres de la prairie. Je fais le forcing, mais je serai dans le trafic. Impossible de doubler, obligé de rester dans les roues et de doubler les personnes devant moi dans la prairie avec vent de face ou dans un saut de 60 cm. (beaucoup de coureurs prenaient la partie non dangereuse, mais moins rapide). J'ai tapé plusieurs fois des arbres au niveau des épaules (celle de gauche, j'ai même saigné...). Je prends un coup de fouet au bout de 1h06 de course en sortant du bois, c'était déjà la fin... 1h08 de course, 5<sup>ème</sup> dans ma catégorie et 8<sup>ème</sup> au scratch en partant après les ESPOIRS.

Domage qu'ils n'aient pas rajouté au moins 2 tours pour avoir 1h30 de course pour les premiers. J'avais quand même des bonnes jambes. Ils auraient pu le savoir car les juniors dans la course d'avant ont couru en 48' pour le premier. Je me suis mis dans le rouge au départ (un peu obligé pour garder ma place). Mais ensuite, j'ai presque tourné à la même cadence ».

Dimanche 28 mai - Course FFC à Satory Access 1 et 2

Baptiste Verdier, Victoire 🏆 🙌 pour le VCBS 🌟



## Lundi 29 mai - Course FSGT à Plessis-Pâté (91)

### **Le CR de Gaël Poumarat...**

« Nous sommes 2 Vécébécistes, Romain et moi au départ. Je fais toute la course dans l'échappée, à 4 tours de l'arrivée le groupe s'attaque. Un peu juste, j'explose à 2 tours de l'arrivée. Plus rien, j'ai tout donné, le paquet me reprend dans le dernier tour, à la flamme. On va retenir l'essentiel, les jambes sont de retour. Derrière, Romain est resté au chaud, sûrement émoussé de sa performance de la veille. Vivement la prochaine, on va pouvoir s'amuser. Franchement, je suis super content, je n'ai rien à regretter, que des costauds à l'avant. J'aurais peut-être pu rester plus caché, mais au risque de dérégler le groupe, alors j'ai assumé. Cuit de chez cuit ! »



### **Le CR de Romain...**

« Je suis allé à la course à vélo avec un bon vent de face pour l'échauffement ! Une échappée de 4 coureurs partira dès le 2<sup>ème</sup> tour. J'essayerais de partir ensuite. Gaël essaye 2 fois, la 3<sup>ème</sup> c'est la bonne. Cette fois ci tous les gros clubs sont représentés, donc le peloton sera cadennassé par l'USRO. Je resterais quand même dans les 10 premiers tout le long de la course pour anticiper les chutes ou cassures. Dans le dernier virage je suis bien placé pour un podium en 3<sup>e</sup> caté. Ça frotte de trop, un coureur me touche même la jambe avec son vélo donc je laisse partir.

Ensuite, je pars direction la bosse d'Écharçon qui se trouve après le parc de Mennecy (qui est fermé aux voitures maintenant). Je décide de la monter au moins 6 fois, mais au bout de la 5<sup>ème</sup> fois je crève de la roue arrière. Je répare et je rentre à la maison ».

## LA VIE DU CLUB

### LAURENT

Réflexions du président sur ces 5 premiers mois :

**Félicitations aux cycloports du club.** Etant peu nombreux mais ayant de bons résultats. Content de votre dynamisme.

**Pour les cyclotouristes,** chacun pratique dans son coin ou en petit comité.

**Triste réalité, mais l'esprit club n'y est plus.**