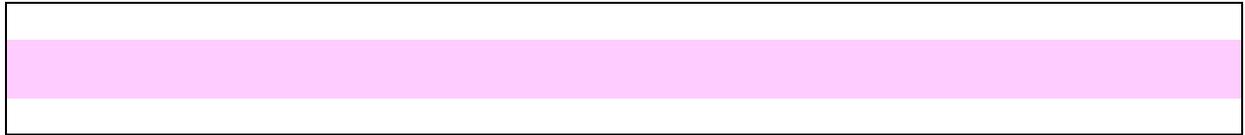




LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud
Chilly-Mazarin

Semaine 35



CYCLOTOURISME

CHRISTIAN

Edition 2023 du Paris-Brest-Paris

La grande fête de la longue distance vient de se dérouler à Rambouillet. Comme chaque fois, des moments magiques de rencontres, de souffrances, de bons moments et un grand soulagement à l'arrivée.

Pour cette édition, j'avais proposé mes services à l'ACP (Audax Club Parisien), organisateur de ce rendez-vous. Voir de l'intérieur est complètement différent, déjà moins fatigant... ; je suis resté à Rambouillet, prêtant main forte aux départs et à



l'enregistrement des arrivants, mais j'ai vécu de grands moments avec les réactions des participants, des larmes de joie quand la pression retombe, surtout des participants étrangers.

Ce sont donc 6 820 participants, répartis en 27 vagues (4 pour les « - de 80h », 7 pour les « - de 84h » et 16 pour les « - de 90h ») qui ont pris le départ sous un soleil de plomb, soleil qui ne les a pas quittés et qui a laissé des traces sur les organismes... (1 724 abandons, soit 28 %, et 238 hors délais).

Parmi ces 6 820 baroudeurs au long cours, des félicitations particulières pour ceux qui ont porté les couleurs du club (actuellement ou dans le passé...) : **Fred Ducancel et Thierry Fillion en 86h20, JB Souquet en 77h28 et Fabrice Rota en 68h46...**



Pour les amateurs de statistiques :

- 494 femmes, soit 7 %, contre 8% lors de l'édition de 2019.
- 4 395 nouveaux (64 % de néophytes) qui ont découvert PBP pour la première fois et 2 anciens avec 12 PBP au compteur... ; seul un est devenu recordman avec 13 participations (homologuées...) ; Chapeau M. Jean-Claude Chabirand.
- 71 nationalités de tous les continents étaient représentées. C'est la fierté de PBP de réunir tant de pays autour d'une même passion. Tous ces randonneurs se sont qualifiés dans des « brevets de randonneurs mondiaux » (les fameux BRM dont le 200 de Longjumeau en mars, bravo chers voisins) dont les règles sont exactement les mêmes sur la terre entière. 759 allemands – 556 anglais – 461 américains – 379 italiens – 364 japonais.
- 1 979 étaient français, soit 29 %, dont 1 468 (74%) de la FFvélo, 66 FSSGT, 43 Ufolep et 67 FFC.
- Les départements les plus représentés : 29 (166 participants), 35 (128 p), 78 (107p), 53 (91p) et assez loin, l'Essonne.
- Et pour finir : le PBP, ce sont 9 départements traversés – 207 communes – 1 219 km – 11 000 m de dénivelée... - 11 sites d'accueil et 2500 bénévoles !!, une aventure hors norme. Félicitations à tous les participants, aux bénévoles qui ont permis que la kermesse soit belle (beaucoup de témoignages étrangers à l'arrivée sur la qualité de l'organisation), aux collectivités qui se sont appropriées l'évènement dont la ville de Rambouillet et à la FFvélo qui soutient cette épreuve.



La grande kermesse mondiale est finie, vive l'édition 2027.

Tous les résultats : <https://track.rtrt.me/e/CC-2023#/tracker>

Je me dois d'évoquer également le **Paris-Brest-Paris des jeunes**.

Il est né en 1991 et n'est organisé que tous les 4 ans, en parallèle de la grande organisation adultes. Il est ouvert aux garçons et filles de 14 à 18 ans et est organisé sous la forme d'un voyage itinérant d'une durée de treize jours ; les 1200 km à 1400 km sont découpés en 12 étapes variant de 85 à 135 km selon les hébergements disponibles et agréés.

Une journée de repos est prévue à Brest. L'itinéraire aller permet de visiter les régions traversées ; l'itinéraire retour emprunte le parcours du PBP officiel : ainsi, les jeunes croiseront les randonneurs, puis, dans un second, se feront doubler par ceux-ci. Les jeunes pourront donc « goûter » à l'atmosphère particulière du Paris-Brest-Paris tant dans les contrôles qu'à l'arrivée prévue à Rambouillet, le jour même que les participants adultes.

Objectifs :

- Permettre aux jeunes licenciés FFCT de participer à un voyage itinérant.
- Découvrir des régions sur le plan touristique et culturel.
- Favoriser les échanges et rencontres entre les jeunes des différentes régions.
- Placer le respect de l'environnement au cœur des préoccupations.

Ils étaient 35 jeunes pour cette édition, accueillis en fanfare sur le chapiteau au centre-ville de Rambouillet par la maire. Bravo à eux, peut-être des futurs adeptes de la longue distance...



ROBERT

Perso, après une bonne gamelle dans la descente de La de soleil, trou dans la chaussée, pas assez gonflé, bref tout ce qu'il fallait pour percer à l'avant et me vautrer, ce, fin juillet. Nous avons repris avec Irène ce dimanche la route à Janvry. Il faisait, avec le vent, frisquet après tous ces jours de canicule. Parcours, un peu à l'envers, selon Irène, par rapport aux habitudes. Gometz, Les Molières (avec un nouveau feu tricolore !), Longchêne, Bullion, Rochefort-en-Yvelines, Le Marais, Saint-Maurice-Montcouronne, Bel-Air et sa côte, il fallait bien en monter une ! Une bonne sortie, avec des lunettes claires et gonflé... 50 km au compteur !

Jeannot et Thearith ont, eux, évolué dans le sud, dans le Périgord, en Provence, puis en Seine-et-Marne, Thearith à vélo et Jeannot trop souvent en voiture ! 😊

Pour rappel, la sortie club sur le Rallye des Vignobles à Cosnes-sur-Loire, les 7 et 8 octobre prochains. La réservation pour 14 personnes a été faite par Jeannot Laroche. Veuillez confirmer rapidement votre participation à Jeannot.

ALBERT

Petit voyage itinérant en autonomie de Bordeaux à Sète.

L'idée de ce voyage m'est venue suite à l'annonce du club cyclo de Bordeaux de cette randonnée. J'ai appris alors qu'il n'y avait déjà plus d'hébergement possible par ce club, et j'ai conçu un parcours inspiré du leur, que j'ai proposé au VCBS. Personne ne fût intéressé si bien qu'il n'était donc plus envisageable d'avoir un transport et accompagnement par le véhicule du club. Le train pour Bordeaux et l'autonomie s'imposaient. Il existe heureusement des TGV avec vélos non démontés pour Bordeaux ce qui nous a permis à Lucie et moi d'arriver en cette ville le dimanche 30 avril à 14h pour enfourcher aussitôt vos vélos.

1^{ère} étape : 30 avril, Bordeaux - Langon (en fait St-Macaire, faute d'hôtel à Langon)

Il fait beau et l'on profite des pistes cyclables pour quitter la ville. A la sortie, c'est la circulation du dimanche donc peu de trafic et nos muscles bien préparés par le séjour Coreg à Argelès nous mènent sans problème sur la départementale jusqu'à St-Macaire près de Langon après 48 km à bonne allure (21,4) avec un vent favorable, seulement ralenti par deux fêtes locales en chemin. Nous arrivons avant la fermeture de la petite épicerie du village pour acheter le petit déjeuner que ne nous fournira pas l'hôtelier, absent. St-Macaire est un petit village au passé médiéval et assez dynamique pour que nous y assistions à un apéritif concert avec fanfare.

2^{ème} étape : 1^{er} mai, Langon – Villeneuve-sur-Lot

Nous quittons St-Macaire pour traverser Langon qui ne nous retient pas, et très vite commençons à suivre le canal latéral de la Garonne : la route est bonne et nous nous remémorons notre croisière sur le canal du midi réalisé 2 semaines plus tôt. Comparativement il y a bien peu de trafic ici malgré que les accostages soient bien garnis de bateaux immobilisés. Le parcours est assez plat avec des courtes rampes habituelles à chaque écluse côtoyée. Nous quittons le canal pour nous restaurer au Mas d'Agenais après une cinquantaine de kilomètres ; pour accéder au village nous devons gravir un raidard à plus de 12% avec nos sacoches... trop lourdes, nous veillerons à ne pas trop nous charger la prochaine fois ! Après cela nous continuerons à suivre le canal que nous quitterons ainsi que la Garonne à Tonneins. A la sortie de cette ville la friche industrielle a été convertie en œuvre d'art. Nous poursuivons ensuite notre route au milieu des cultures pour retrouver le Lot à Castelmoron. Mais il n'est pas possible de suivre cette rivière que nous apercevons au loin puis plus près en passant à Villeneuve-sur-Lot pour rejoindre notre hôtel au sud de cette ville, après 104 km à 18,5 de moyenne. C'est le 1^{er} mai et le restaurant de l'hôtel est fermé ; on s'y fera livrer des pizzas.



3^{ème} étape : Villeneuve - Nègrepelisse.

Quitter Villeneuve n'est guère aisé : notre hôtel est situé "naturellement" sur une rocade qui contourne la ville, rocade que nous devons emprunter sur quelques insupportables kilomètres ; nous trouverons à en échapper par une zone industrielle qui n'avait pas séduit BaseCamp. Nous rejoignons enfin une départementale, encore trop passante, qui nous éloigne définitivement de la ville jusqu'à dépasser le Penne-d'Agenais où nous attend une route bien tranquille. C'est que notre route nous emmène plus au sud pour gagner la vallée du Tarn, qui doit nous guider pour trois jours. C'est de la campagne, vallonnée ! car nous croisons quelques cours d'eau alimentant le Lot puis le Tarn. Nous avons bien monté et recevons la récompense d'une longue descente sur Moissac et le Tarn, où nous pique-niquons. Nous ne suivons pas la rivière qui fait trop de méandres mais la retrouvons au Saula très brièvement, car nous allons éviter Montauban par le nord pour arriver à Nègrepelisse, ville au nom étrange bien que d'origine locale. L'hôtel est au calme et accueillant donc ce qu'il nous faut après 107 km à 18 de moyenne.

4^{ème} étape : Nègrepelisse Villeneuve sur Tarn

On traverse tout de suite la D115 suivie un peu et sans plaisir la veille, pour aller au sud-est par la D65 dite route de Revel. 16 km de route tranquille et 2 bosses nous amènent à la vallée de la Vère que nous suivons en remontant la D964. Celle-ci quitte la vallée pour passer à Castelnau-de-Monmirail, après une forte rampe où je n'ai pas pu suivre Lucie ; c'est une première alerte. Heureusement cela descend vers Gaillac que nous contournons par le nord pour accéder à la D988 qui mène tout droit, c'est peu dire, à Albi. Cette horreur de route très passante finit de m'épuiser ; Lucie me trouve de plus en plus tordu, à droite, sur mon vélo. Albi est atteint après avoir abandonné la départementale à Marssac-sur-Tarn, puis dépassé à St-Juery. (Photo, les rapides du Tarn !). A partir d'Arthes nous avançons facilement le long de la rive droite du Tarn. Malheureusement nous restons sur la D70 au lieu de la quitter et suivre le Tarn. La D70 adopte alors un fort pourcentage (10% et plus), longue grimpe que je ne peux franchir qu'à pieds et lentement. Je rejoins Lucie sur le



plateau où nous constatons notre erreur... et mon piteux état ; je roule couché sur la droite de mon cintre. Ma jambe droite, incapable de forcer, me mène dans le caniveau au moindre pourcentage. Nous quittons le plateau par une descente étroite et incertaine au bas de laquelle nous sommes heureux de trouver la D700 qui nous mènera à Ambialet (à ne pas manquer), puis à notre hôtel après plusieurs changements de rive. Nous aurons fait 104 km à 16,6 km/h de moyenne, au bout desquels ma jambe et mon pied droit sont HS. Toutefois, ils ne me feront pas souffrir très longtemps après l'arrivée. Nous pensons néanmoins ne pas pouvoir continuer à rouler ainsi et renonçons à notre objectif d'autant que la suite s'annonçait plus sévère. Nous ferons demi-tour le lendemain et chercherons un train au départ d'Albi.

5^{ème} jour : Villeneuve - Albi

Pour retourner à Albi nous rebrousserons chemin mais resterons sur la rive gauche à partir d'Ambialet, car la route en empruntant deux tunnels réduit notablement le trajet. Nous ferons donc seulement 33 km à 19,4 de moyenne, ma jambe semblant avoir retrouvé sa bonne forme. Par la suite j'ai repris le vélo timidement, puis plus sérieusement (Vercors) sans la moindre gêne : cet épisode de douleur est resté incompris et oublié.

CYCLOSPORT

ROBERT

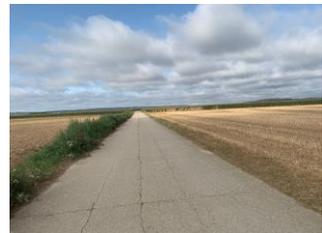
Dimanche 27/08 – Course UFOLEP à Villiers-le-SEC (95)

Le CR de Jean Christophe Chanlaud...

« Salut tout le monde, ce matin je suis allé courir dans le 95 à Villiers-le-Sec. Circuit de 4 km empruntant pour les trois quarts des pistes à travers champs. Revêtement pas terrible et totalement à découvert.

2 coureurs du club organisateur s'échappent à mi-course qui ne seront pas revus. Le peloton restera groupé jusqu'à la ligne. Nous étions 45, je finis au milieu du paquet. »

Une bonne reprise sur un parcours, il me semble, à voir les photos, de misère ! Juste le mérite d'exister, mais, merci quand même aux organisateurs.



ROBERT

Samedi 26 et dimanche 27 août - 24 heures Vélo Skoda sur le circuit Bugatti du Mans

Engagé en défi solo Sébastien Papinaud. Son CR...

« Il est temps de faire le bilan de cette épreuve ! Après une très bonne nuit, je me réveille le samedi matin, bien et motivé. La météo incertaine me stresse déjà, mais j'essaie de rester concentré. A 13 heures, c'est la catastrophe, un orage de 10 mn détrempé tout. A 14 heures, dispo sur la piste et nouvelle déconvenue, le départ des solos est fait en peloton. L'organisation a accepté plus de participants et pour simplifier, choisi de nous lancer ensemble derrière. Pas un drame en soi, mais cela faisait partie du mythe. 14 h 50 la pluie refait son apparition histoire de retremper la piste. Stress supplémentaire !



SEBASTIEN PAPINAUD
24 heures vélo Skoda 2023

15 h départ lancé, le plus prudemment possible, la pluie s'intensifie, je flippe dans tous les virages. A 15 h 20 après quelques tours, je rentre aux stands, c'est l'hécatombe, j'ai vu trois chutes déjà et il y en a deux de plus. L'organisation neutralise l'épreuve, c'est trop dangereux. 30 mn plus tard on peut repartir, la pluie s'est arrêtée, et la route est toujours mouillée. Je reste donc très prudent pendant ce premier vrai relai qui se stoppe à nouveau vers 17 h, après une nouvelle très grosse averse, qui rend pour ma part quasi impossible de rouler sans risque. Il fait froid et continuer risque de compromettre la suite. Je fais une pose douche et me change pour repartir sec, avec une veste de pluie, improbable en août ! Vers 20 h la route commence enfin à sécher, c'est une belle opportunité d'avancer réellement et de tenir des groupes sans être en flip dans les virages. La nuit se passe bien, et un petit

appel inattendu de Guillaume Rose m'a bien reboosté. J'espérais ne pas avoir besoin de dormir, mais comme l'an dernier une pose s'impose aux alentours de 1 h 20 du matin. 310 km parcourus malgré tout, Cindy m'a permis d'optimiser la pose en dormant 1 h 30. Je repars à 4 h 40 du matin, un peu dans le gaz. Prudemment je parviens à faire 2 h 45 sur ce relai, notamment grâce au soutien de mon pote Mathieu qui a fait cette heure avec moi. Ensuite, je m'accroche à des groupes, sans me mettre dans le rouge, quitte à rouler seul régulièrement. Ne pas refaire l'erreur



de l'an passé avec des relais trop appuyés dans des groupes trop rapides. Vers 10 h je suis à environ 480 km, je ne sais pas si je serai en mesure de passer mon score de l'an dernier (614 km).

Il reste 5 h d'épreuve et la météo est encore incertaine pour la fin de l'épreuve. Je raccourcis les stops autant que possible, notamment l'avant dernier.

Je repars pour 2 h 30 environ et je commence à calculer dans ma tête pour savoir si ça passera ou non.

J'ai mal un peu partout, sans que ce soit insupportable, mais ça tire bien ! Le dernier stop se passe sous un soleil magnifique, il reste 2 h 30 je me dis que tout est jouable. Je repars avec une grosse motivation, j'approche des 600 km, à ce stade c'est déjà une victoire vu la météo du début d'épreuve. J'ai du mal à y croire, à 1 h 10 de la fin, je me dis qu'il faut que je me lâche pour passer les 614 km. Dès qu'un groupe vraiment costaud me rattrape je me dis « il faut que je les tienne... » je n'ai pas eu besoin d'attendre longtemps et c'est parti pour quatre tours à bloc. Les gars jouent un top 10 au scratch, ça envoie sévère, chaque tour en haut du Dunlop. Je suis dans le rouge cette fois, on peut le dire. Je passe mes 614 km, toujours pas de pluie, et là, plus besoin de motivation, plus rien, j'ai déjà réussi en partie mon objectif minimum.

Mais dans un coin de ma tête, les 650 km étaient vraiment une barre importante. Il reste 40 mn ça risque d'être short. Je relance donc à une grosse allure en suivant des groupes plus rapides que sur toute la durée de l'épreuve. La cloche sonne le dernier tour, malheureusement impossible d'aller chercher les 650, je m'arrête à 648 km. Je finis complètement vidé, j'ai mal partout. Dans le dernier relais, j'ai le pied gauche qui me lance à force de rester dans les chaussures et avec l'humidité qu'on a eue. Content oui /déçu, oui ! Epreuve énorme par l'investissement qu'elle m'a demandé, mais aussi à ma chérie pour ma préparation et l'organisation de tout pendant l'épreuve.

Merci à mon père pour son soutien et les massages. La neutralisation de l'épreuve était du bon sens, mais cette météo capricieuse m'a coûté une performance encore meilleure. J'en suis sûr !

Merci à ceux qui m'ont soutenu c'était super ! »

538^{ème} scratch sur 3012 participants, 16^{ème} dans sa catégorie, 155 tours et 648 km parcourus !

Une belle performance pour un amoureux du vélo ! 😊 Bonne récupération...



ROBERT

Vous avez, à priori, lu le texte ci-dessous envoyé à Tous par mail, il nous a semblé, avec Jean-Louis Taravant, bon de le mettre aussi dans La Lettre...

« La dernière « Lettre » du club est sans doute une des plus belles lettres de ces derniers mois, voire années... ce, malgré les réflexions de notre Président et la rubrique nécrologique dont on aimerait se passer !

Les récits de Daniel Calmels et Brice Chériaux sont vivants, passionnants, mais tout aussi importants et intéressants les activités de Laurent notre président.

Depuis un bon moment plus rien, ou si rarement, des activités des cyclotouristes. Même les « anciens » sont discrets, certes en vacances, pourtant Thearith Laroche vient de monter Le Ventoux !

Pourtant, certains pédalent, ont préparé pendant des mois, font des épreuves prestigieuses, dont par exemple, actuellement PBP (Paris-brest-Paris) peut-être la semaine Fédérale.

Il serait bon que tous les membres du club sachent ce qui se passe au VCBS, de la plus modeste rando, aux plus importantes épreuves, c'est important, c'est motivant... C'est la vie du club.

Sinon à quoi bon être dans un club si c'est pour pédaler chacun dans son coin ou en groupuscules.

Manque de temps... Envoyer un compte-rendu, quelques lignes, point n'est besoin dans faire une tartine, à Jean Louis Taravant (avant le mercredi soir pour parution dans la Lettre de la semaine)

Laurent ne se juge plus apte à diriger le VCBS à notre époque (on pourrait en parler de notre époque...) et pourtant, il a fait et fait vivre le club en menant la barque depuis des années !

Des avis divergents, la critique, c'est facile, c'est bien connu, pourtant il y a une Assemblée Générale chaque année, c'est le moment d'exposer de nouvelles idées, de se proposer pour prendre en charge le gouvernail, à l'aube de ce nouveau cinquantenaire...

A priori, réagissez, manifestez-vous, puisque la place est libre... »
