

En Roue Libre



ON VOUS RACONTE LE CTC

N° 220
AUTOMNE – oct-nov-dec 2024



À vélo tout est plus beau !



LAFORET IMMOBILIER

VENTE-LOCATION
GESTION

24 rue de Thizy
69400 VILLEFRANCHE

TEL : 04 74 608 608



N°1 de la
confiance
depuis 13 ans.

Merci. Nous aussi on vous aime.



NewBike[®]
Le Vélo... Autrement !

BIANCHI

LOOK

GRANVILLE

FLYER

KTM

MERIDA

MATRA / EASYBIKE

+33(0) 474 098 068
newbikecafe@hotmail.com

www.new-bike.fr



ZAC d'Épinay
100 rue du Tacot Beaujolais
69400 Gleizé

François Pralus
MAÎTRE CHOCOLATIER

758 rue Nationale - 69400 VILLEFRANCHE SUR SAÔNE
Tél. 04 74 68 89 67 - www.chocolats-pralus.com

La Praluline[®]

créée en 1955 par Auguste Pralus,
est sans conteste la vedette de la Maison Pralus.
Cette brioche aux pralines haut de gamme, souvent imitée mais jamais égale,
est confectionnée à base d'amandons de Valencia et noisettes du Piémont
choisis chez les meilleurs producteurs.
Celles-ci sont d'abord grillées puis enrobées de sucre et enfin concassées
avant de se lover en douceur au cœur d'une pâte moelleuse.
Envoûte dans la grande tradition de la pâtisserie française,
la Praluline[®] est exportée partout en France ainsi que dans le monde entier.
Les aficionados de la Praluline[®] ne s'embarassent pas de convenances:
dorée à souhait, ils la fendent à la main.
Sublime !

758 Rue Nationale à Villefranche – 04 74 68 89 67

Induscopies

Graphisme
Impression
Signalétique

04 74 68 83 36
pro@induscopies.fr
www.induscopies.com
57 Boulevard Gambetta
69400 Villefranche sur Saône

La revue En Roue Libre est imprimée chez Induscopies



29 Rue de Bourgogne 69220 Belleville-en-Beaujolais
04 74 66 43 84 / aubraquetbeaujolais@outlook.fr

GUYOT
Tôlerie Industrielle
www.guyot-tolerie.com

À vos côtés depuis 1966
84 Route du champ de la Croix
69640 LACENAS
Tél 04 74 67 33 78 \ Fax 04 74 67 31 02

Merci de penser à l'environnement avant d'imprimer ce message.

Assurance & Protection
Épargne & Retraite

abeille
ASSURANCES

AUTO, HABITATION, SANTÉ, PRÉVOYANCE, ÉPARGNE, RETRAITE...

DEVOUCOUX CARRESE SARAT

ABEILLE VILLEFRANCHE

N° Oras 1029812 - Licence N° 1

160 Rue de la République

69400 Villefranche sur Saône

04 74 04 01 64

villefranche@abeille-assurances.com

abeille-assurances.fr



AU PETIT COIN FLEURI

217, rue d'Anse
69400 Villefranche-s/S
Tél. 04 74 68 72 67



BUREAU D'ETUDE D'ARCHITECTURE
MAÎTRE D'ŒUVRE

310 Rue d'Anse
69400 Villefranche-sur-Saône

04 37 55 20 28

www.villa-design.fr



OCCASIONS JULIAN



Mécanique / Carrosserie et
Vente véhicules toutes
marques

769 Av de l'Europe
69220 Belleville en Beaujolais

04.74.66.27.80
juliancompta@orange.fr

La Boucherie de Fleurie

Johann Desgouttes
Artisan Boucher - Boucher-Traiteur
04 74 67 73 49



Présent au marché de Villefranche

SEA

EPINAY AUTOMOBILES
Parc épinay • 421, rue de la chapelle
69 400 GLEIZE

Allianz

Stéphane PERROT
Agent Général d'Assurances
N° Orias 09 049 572

PARTICULIERS - PROFESSIONNELS
SANTÉ - ÉPARGNE - PLACEMENTS

108 rue Nationale
69400 Villefranche

Tél. 04 74 62 49 50
Fax 04 74 62 49 54

stephane.perrot@agents.allianz.fr

DU MARDI AU VENDREDI
9H 12H - 14H 19H
LE SAMEDI
9H 12H - 14H 18H

TÉL. 04 74 68 09 62
2125 ROUTE DE VILLEFRANCHE
ZAC VIADORÉE - 69480 ANSE

ESPRIT-VELO@ORANGE.FR
ESPRIT-VELO.COM

ESPRITVELO

Au SOMMAIRE

La Semaine Fédérale
page 6

Sur la Via Rhôna et la Voie
du Piémont Pyrénéen
page 16

Au fil des Tours de France
des années en 4
page 22

Séjour avec les CHIMORLAN
à Semur en Auxois
page 26

une balade entre
Dombes, Bresse et Val
de Saône
page 30



L'EDITO du président

INFOS

CT CALADOIS n° Fédéral : 00692
(N° à rappeler pour correspondance avec la FFCT)

Siège :

Maison des Associations Sportives
535 avenue Saint-Exupéry
69400 VILLEFRANCHE-SUR-SAONE

ctcaladois@gmail.com

Site Internet : www.ctcaladois.com

Courrier

Cyclotouriste Caladois
Maison des Associations Sportives
535 avenue Saint-Exupéry
Boîte à lettres n° 18
69400 VILLEFRANCHE-SUR-SAONE

Présidence

Didier Petit
06 01 95 29 11

Secrétaire

Christian DUBOST

Responsable Sécurité

Bernard REBENAQUE

En Roue Libre

Christophe GRAVELEAU

Envoyez vos articles et photos à :
cgraveleau.perso@outlook.fr

Trésorerie

Colette DARMET



Bonjour à toutes et à tous,

L'été est fini, les journées ont une luminosité plus courte et nos sorties en groupe aussi. Mais j'ai encore le plaisir de revoir des sourires, (après une absence trop longue parmi vous) au départ de nos sorties devant le stade Armand Chouffet et quand les groupes passaient tout près des vendangeurs et vendangeuses (surtout). Nous avons aussi fêté les 100 Ans de notre Antonin Rolland pendant le rallye de St Euphémie le 8 Septembre où nous étions 45 à sillonner les routes de l'Ain plus quelques-uns venus le saluer et passer un agréable moment en sa compagnie. Messieurs Serge Barle, Bernard Thévenet, Robert Alban et le Journaliste Jean Paul Savart étaient aussi présents. J'ai eu le plaisir de revoir Josette et Jacques qui se remet doucement mais sûrement de sa chute du début de saison.

Sachons profiter de ces bons moments en prenant soin de nous pour tous se retrouver le 29 novembre 2024 pour notre assemblée générale .

Didier PETIT
Président



RAPPEL :

Assemblée Générale le 29 novembre

Calendrier du 2nd semestre :

(merci André)

7 h 30		7 h 30		8 h 00		8 h 30		9 h 00		9 h 00	
JUILLET		AOÛT		SEPTEMBRE		OCTOBRE		NOVEMBRE		DÉCEMBRE	
LUN 1		JEU 1		DIM 1		MAR 1		VEN 1		DIM 1	
MAR 2		VEN 2		LUN 2	56	MER 2		SAM 2	156	LUN 2	04
MER 3		SAM 3		MAR 3		JEU 3		DIM 3	167	MAR 3	
JEU 4		DIM 4	68	MER 4		VEN 4		LUN 4		MER 4	
VEN 5		LUN 5		JEU 5		SAM 5		MAR 5		JEU 5	
SAM 6		MAR 6		VEN 6		DIM 6	Notre Rallye	MER 6		VEN 6	
DIM 7	112	MER 7		SAM 7		LUN 7		JEU 7		SAM 7	
LUN 8		JEU 8		DIM 8	60	MAR 8		VEN 8		MER 8	
MAR 9		VEN 9		LUN 9		MER 9		SAM 9		LUN 9	
MER 10		SAM 10		MAR 10		JEU 10		DIM 10	154	MAR 10	
JEU 11		DIM 11	106	MER 11		VEN 11		LUN 11	159	MER 11	
VEN 12		LUN 12		JEU 12		SAM 12		MAR 12		JEU 12	
SAM 13		MAR 13		VEN 13		DIM 13		MER 13		VEN 13	
DIM 14	116	MER 14		SAM 14		LUN 14	19	JEU 14		SAM 14	
LUN 15		JEU 15	105	DIM 15	103	MAR 15		VEN 15		DIM 15	164
MAR 16		VEN 16		LUN 16		MER 16		SAM 16		LUN 16	
MER 17		SAM 17		MAR 17		JEU 17		DIM 17	162	MAR 17	
JEU 18		DIM 18	117	MER 18		VEN 18		LUN 18		MER 18	
VEN 19		LUN 19		JEU 19		SAM 19		MAR 19		JEU 19	
SAM 20		MAR 20		VEN 20		DIM 20	153	MER 20		VEN 20	
DIM 21	120	MER 21		SAM 21		LUN 21		JEU 21		SAM 21	
LUN 22		JEU 22		DIM 22	115	MAR 22		VEN 22		DIM 22	17
MAR 23		VEN 23		LUN 23		MER 23		SAM 23		LUN 23	
MER 24		SAM 24		MAR 24		JEU 24		DIM 24	08	MAR 24	
JEU 25		DIM 25	53	MER 25		VEN 25		LUN 25		MER 25	
VEN 26		LUN 26		JEU 26		SAM 26		MAR 26		JEU 26	
SAM 27		MAR 27		VEN 27		DIM 27	155	MER 27		VEN 27	
DIM 28	121	MER 28		SAM 28		LUN 28		JEU 28		SAM 28	
LUN 29		JEU 29		DIM 29	Reco. Rallye	MAR 29		VEN 29		DIM 29	
MAR 30		VEN 30		LUN 30		MER 30		SAM 30		LUN 30	
MER 31		SAM 31				JEU 31				MAR 31	

No des parcours : se reporter à la base de données pour le détail de ces parcours

5 janvier 2025 : 01

Calendrier 2024 : 2^{ème} semestre.

La semaine fédérale

Cette année la semaine fédérale se déroulait du 20 au 28 juillet à Roanne. En bon voisins nos CTTistes étaient présents et c'est 2 récits que nous pouvons lire dans les pages suivantes : celui de Daniel Geay et celui de Didier Sol.

85^{ÈME} SEMAINE FÉDÉRALE
INTERNATIONALE DE CYCLOTOURISME

20-28 JUILLET
2024 ROANNE

CYCLOTOURISME
VTT
GRAVEL
RANDONNÉES
EXCURSIONS
HANDISPORT
ANIMATIONS

La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

Loire
LE DÉPARTEMENT

roannais
AGGLOMÉRATION

Roanne
L'esprit sport

La semaine fédérale

Le récit de Daniel Geay

Les semaines fédérales, c'est le dépaysement garanti ou presque.

Nous avons connu Oloron Sainte Marie avec les fameux cols pyrénéens. Nous avons découvert l'océan dans la région de Nantes, dégusté le pâté de ragondin dans les marais poitevins du côté de Niort. Saumur et Périgueux, c'était la bonne bouffe et des boissons à la hauteur pour faire glisser (foie gras du Périgord avec un petit Coteau du Layon, essayez!). La Bretagne avec Quimper et Loudéac nous ont fourni l'occasion de voir les deux aspects de cette région, le côté côtier qui est vraiment splendide et l'intérieur des terres beaucoup plus quelconque. Valognes près de Cherbourg et ses parapluies donne un peu de légèreté au souvenir des plages du débarquement d'Omaha Beach et Sainte Mère l'Eglise. Flers près de la Suisse Normande nous a fourni des parcours à travers les prairies peuplée de vaches normandes bien sur, dont le lait se transforme en un tas de produits dont la crème, le camembert et même des caramels. Avec Caen et Vire certains disent que c'est le pays des andouilles. Je demande solennellement pardon à Michel Drucker mon conscrit, cycliste entre autre et natif de cette région pour avoir osé faire un tel rapprochement. Saint Omer c'est le « noord » si les routes pourtant côtières comme le cap Blanc Nez et Gris Nez piquent un peu les cuisses à cause de leur fort pourcentage, la traversée des champs de patates, de lin et de houblons donnent vraiment l'envie de se taper la boisson locale, le Picon bière. L'est de la France avec Verdun nous a ranimé le souvenir de cette horrible boucherie que fut la guerre de 14-18. L'Ossuaire, le Chemin des Dames, et tous ces vestiges de villages a jamais rayés de la carte par la furie des hommes, plus la dizaine de millions de morts n'ont pas servi à grand-chose quand on voit les peuples qui au jour d'hui se bouffent la rate pas très loin de chez nous. Comme d'habitude ils sont tous convaincus d'être dans leur bon droit. Heureusement la Lorraine nous a réservé Pont a Mousson où là nous avons enfin découvert d'où venaient les plaques d'égout qui ornent nos route et sont autant de pièges à cyclistes.

Cernay, comme son nom ne l'indique pas est en plein dans l'Alsace. Là bas, il y a une profusion de ballons que nous avons consommé avec plus ou moins de modération. Pour ma part j'ai de loin préféré le petit ballon de riesling ou de sylvaner au Grand Ballon qui nous oblige à pédaler jusqu'à 1325 mètres d'altitude. C'est sur que du haut du Grand Ballon la vue sur les vignobles alsaciens est bien plus belle que celle disponible du troquet du coin.

Cette année nous avons failli battre le record de l'an 2000 où la semaine a eu lieu à Bourg, à trente bornes près c'était foutu.

Roanne dans le département de la Loire vu de notre contrée, c'est surtout un lieu où on ne va jamais ou presque. Le restaurant super étoilé de Roanne ne nécessite pas de nombreux voyages dans cette sous-préfecture. Jusque dans les années 80 l'Arsenal était le moteur économique de Roanne. On y fabriquait des mastodontes de 36 tonnes équipés de canons de 105 les chars d'assaut AMX 30. Il a été fabriqué autour de 3500 de ces petits bijoux pour tous les pays qui avaient les moyens de les payer. On ne sait pas s'il faut s'en réjouir ou le déplorer mais je ne pense pas qu'il sorte encore un de ces engins de mort de l'Arsenal de Roanne. Mais il n'y a pas de doute, d'autres ont bien dû reprendre cette très rentable fabrication, seulement employée pour « maintenir l'ordre » bien sur.

Comme pour nos vélos il se faisait du montage plus ou moins à la carte et certains de ces modèles de technologie étaient peints en rose bonbon. Il est vrai que c'est moins traumatisant de prendre un obus de 105 sur la gueule sortant d'un canon aux couleurs pastel plutôt que celui qui serait tiré d'un engin kaki ou camouflé que l'armée française s'obstine encore à utiliser.

Bien que situé à Riorges, le village fédéral était installé au sein d'un ensemble avec une immense salle de spectacle pouvant contenir plus de 5000 personnes. Sa forme et aussi sa couleur dorée lui valurent le nom de Scarabée. Ce fut un site parfaitement adapté pour accueillir notre quatre-vingt-cinquième Semaine Fédérale.



*

*





**



* Le défilé
** les dépliants avec les circuits
*** le Scarabée

Après avoir reçu notre bracelet laissez-passer orné de notre porte monnaie on ne peut plus virtuel, (il faudra bien payer les sandwichs et les mousses du midi et même du soir) Il est temps de consulter nos feuilles de route nous indiquant les prévisions de chaque jour. Nous pouvons ainsi étudier avec précision à quelle sauce nous allons être bouffés. Cartes routières, distances, dénivelés, tout est parfaitement détaillé, y'a plus qu'a...

En dehors des bords de la Loire, la région roannaise ressemble au nord de notre département, la Buche et le Pavillon ne jureraient pas dans le paysage, il est vrai que Cours n'est qu'à 25 kilomètres de Roanne. Quelques parcours nous faisant longer la Loire et le canal c'était des sorties bucoliques avec un dénivelé à la portée de tous. Pour les autres jours nous avons le choix de parcours allant de 60 à 160 bornes en passant par des cols qui culminaient vers 1200 mètres. Les paysages étaient agréables et si les cols n'étaient pas très nombreux, une multitude de cotes anonymes plus ou moins pentues se dressaient sous nos roues. Pas de quoi passer sa journée sur le petit plateau mais on était contents de l'avoir de temps en temps. Imaginatifs, nos organisateurs ont trouvé un parcours de 142 kilomètres avec un dénivelé de 2438 mètres positifs, il faut se creuser fortement la tête pour trouver un tel parcours dans la région roannaise

Le Bourbonnais, les Gorges de la Loire, les plaines du Forez, le Brionnais, les Monts de la Madeleine et même le Beaujolais Vert ont vu des milliers de cyclotouristes s'époumoner sur les routes qui les sillonnent.

Sur les 6000 ou 7000 participants (je n'ai jamais bien su, c'est comme pour les manifestations, les chiffres entre la police et les syndicats...) Une grosse douzaine ou plutôt une petite quinzaine de caladois avaient parcouru les 80 kilomètres qui nous séparent de Roanne pour participer à la Semaine Fédérale 2024.

En 2007 à Périgueux, le nombre de participants avait été limité à 15000... Tous ceux qui ont pédalé lors de cette semaine fédérale roannaise étaient satisfaits de l'organisation et des bénévoles du pays Roannais. A ne pas confondre avec les coteaux du roannais qu'on a dégusté avec beaucoup de modération, inutile de vous le préciser.

Si la pluie nous a accueillis le matin du premier jour, elle s'est vite calmée laissant la place à un beau soleil qui nous a accompagné tout le reste de la semaine. Ceux qui n'ont pas roulé leur saoul ne peuvent pas mettre ce manque sur le dos du temps.

Comme le veut la tradition, la Semaine Fédérale s'est achevée par le défilé humoristique du dimanche matin. Tous les participants qui le veulent défilent dans la ville qui les a reçus en mettant en valeur les caractéristiques de leur département. C'est ainsi qu'on voit des cyclistes affublés de toutes sortes d'accessoires vantant une spécialité régionale.

En 2012, à la Semaine Fédérale de Niort, les cétécistes ont participé à cette rude épreuve. Ils étaient revêtus du tablier beaujolais et portaient une tassée autour du cou. Des mauvaises langues prétendent que les tassées n'étaient pas que décoratives puis qu'elles servaient à offrir un « chti canon » aux spectateurs. Les bidons qui étaient sur les vélos ce jour là ne contenaient pas que de l'eau. Depuis le temps que les gens du beaujolais étaient soupçonnés d'avoir du vin dans leurs bidons et bien cette fois, c'était vrai et personne ne s'en ai plaint.

Comment avoir séjourné à Roanne sans parler de la Maison Troisgros la troisième génération de chefs super étoilés. Ce prestigieux établissement est maintenant installé à Ouches à une huitaine de kilomètres de Roanne. Les parcours nous ont fait passer plusieurs fois à Ouches et même en écarquillant bien les yeux nous n'avons pas vu la moindre trace la Maison Troisgros. En réfléchissant bien on en conclue que cette structure de renommée mondiale ne se focalise pas sur le touriste de passage... Il me semble qu'en passant au bord de la Saône vers Collonges, j'ai vu un établissement pour le moins flamboyant et très étoilé. Il faut croire que monsieur Paul (Bocuse) ne voyait pas la célébrité comme monsieur Pierre (Troisgros). Et comme chantait Henri Salvador dans Zorro... Et alors, et alors.....

2025 va arriver.... sans s'presserOrléans, c'est une autre partie de la vallée de la Loire qui nous attend l'an prochain. La préfecture du Loiret est située près de Chambord et Châteauroux qui a accueilli la semaine fédérale en 2006. Nous verrons bien ce que nous réserve la cité de la Pucelle d'Orléans.

Nantes, Saumur, Orléans, Roanne, la vallée de la Loire est vraiment une source...d'inspiration pour les organisateurs de Semaines Fédérales. Il faut dire que ce fleuve traverse la France sur mille kilomètres. Après Nantes à son embouchure, à quand une SF à sa source, le Mont Gerbier de Jonc....

Le récit de Didier Sol

SAMEDI 20 JUILLET 2024 :

Vers 15h00, j'arrive à Roanne chez Marie Claire et Jean Marc (oncle et tante par alliance) qui m'ont gentiment offert de m'héberger pour cette semaine. Ils habitent près de l'hôpital de Roanne, à environ 5 kms de la Permanence où je dois retirer mon dossier d'inscription et y prendre mes petits déjeuners ainsi que mes repas du soir.

La Permanence est située dans la salle de spectacle du Scarabée (5000 places) qui doit son nom à la forme et la dorure de son toit. Vers 17h00 je retire mon dossier d'inscription qui contient les cartes/parcours, des informations touristiques sur le département mais surtout le bracelet NFC (sans contact) qui sert de porte-monnaie virtuel et contient déjà toutes les prestations que j'ai réservé et payé en ligne à l'inscription.

Il est 18h00 et il fait de plus en plus lourd, de gros nuages noirs s'accumulent sur les Monts du Forez. Une première averse me fait rentrer à l'intérieur du bâtiment.

Je déambule parmi les stands de matériel vélo, de fabricants de vélo et accessoires (Cyfac, Berthoud) mais aussi de viticulteurs (Côte Roannaise, Graves...) de charcuteries, de nougats et même un breton perdu en pays roannais qui fabrique et vend des Kouign Amann. Bref, c'est la grande foire.

J'attends 19h30 pour le service du repas du soir.

Dehors, il tombe des hallebardes et les exposants ayant leur stand à l'extérieur font tout pour protéger la marchandise. Vers 20h30, après un repas très correct en compagnie de convives charmants (le parcours de vie de chacun est toujours enrichissant) je retourne avec mon vélo chez Marie Claire et Jean Marc profitant d'une accalmie dans les averses. Juste après mon arrivée, la pluie redouble. Les orages, les éclairs et surtout le vent violent vont se déchaîner toute la nuit.

Dans toute l'organisation de la SF il n'y a aucun argent liquide qui circule. On peut tout payer avec ce bracelet (nourriture, boissons, prestations diverses...) dans tous les points d'accueil de la SF. A la fin du séjour, l'argent restant est recrediter sur le compte bancaire. Même en cas de perte du bracelet, cet argent virtuel peut être recrediter par le système central, c'est super pratique ! Vers 17h30 je retrouve Michelle et Gérard Miquel de mon club des Amicyclos Misérieux qui ont déposé leur camping-car la veille dans le camping fédéral. On prend un pot et ensuite ils regagnent ensuite leur hébergement avant que la pluie n'arrive.



DIMANCHE 21 JUILLET 2024 :

6h30. Il pleut faiblement mais il pleut. Je décide d'aller prendre mon premier petit dej en voiture à la Permanence. Le service est rapide et copieux. Je reviens à l'appart, la pluie s'est quasiment arrêtée. A 9h05 je prends la décision de me lancer. Au pire, si les conditions météo s'aggravent, je couperai ou ferai un plus petit parcours. L'intitulé du jour est « Le Beaujolais Vert ».

A la sortie du Coteau, le parcours est dévié car des arbres sont tombés dans la nuit sur la chaussée. Nous allons trouver beaucoup de branches cassées à de nombreuses reprises, témoignant de la violence des orages de la nuit. Un fléchage d'urgence a été reposé au petit matin par les bénévoles mais les routes détrempées le réduisent rapidement en bouillie (rose fluo pour cette journée) merci à la trace chargée dans le GPS. Près de l'abbaye de Pradines nous retrouvons le parcours originel. Je suis au premier accueil de la journée à Saint Symphorien de Lay vers 10h20 et il ne pleut toujours pas.

J'y prends un café, un pain au chocolat et discute avec des camping-caristes qui ont passé une nuit effrayante et ont bien cru que leur véhicule allait se renverser sous la force des bourrasques. L'accueil suivant est 40 kms plus loin à Cours-la-Ville, mais auparavant passer à Amplepuis, au Lac des Sapins (Le Bancillon), à La Chapelle sous Mardore, au col de Burdet (687 m), à Saint Vincent de Reins et finir par le col du Pavillon (711 m). De quoi ouvrir l'appétit ! Une portion de frites saucisses arrosés d'une bière et d'un café vous retape un homme déjà bien entamé. Lors de cet arrêt je rencontre Pierre Brivet



C'est un organisateur de brevet AUDAX mais surtout, c'est le recordman mondial du Club des Cent Cols (12905 cols à ce jour). Aujourd'hui il est responsable du point accueil de Cours, il est très déçu de la faible participation due à la météo même si seuls les 2 grands parcours passent ici.

Je repars la panse bien pleine mais, après une courte descente dans la ville, il faut appuyer fort sur les pédales pour escalader le col de La Bûche (683 m). Une longue descente sur Belmont de la Loire est contrebalancée par une longue montée passant par les villages d'Ecoches, du Cergnes pour finalement franchir le col de la Croix Couverte (614 m) dernier col répertorié du jour. Pour atteindre le dernier accueil à Coutouvre une montée de 3 kms vient doucher mon enthousiasme. Je ne m'y arrête pas, car en contrebas, au-dessus de Roanne tournent de lourds nuages de pluie. En passant à Perreux, on voit que les routes sont mouillées preuve que des averses sont bien tombées. Heureusement, nous y avons échappé toute la journée et j'ai même rapporté un léger coup de soleil sur les avant-bras.

Bilan de la journée : 121 kms 1868 m de D+ 21.4 km/h de moyenne en déplacement.

LUNDI 22 JUILLET 2024 :

Après une averse dans la nuit, le petit matin est gris mais sec. Je m'équipe et file prendre mon petit dej à la Permanence. Il est presque 8h00 quand je démarre le parcours de la journée intitulé « De la Loire au canal ». Pas trop de dénivelé aujourd'hui car le plus long itinéraire de 147 kms affiche moins de 1000 m. Dès le départ il y a embouteillage de vélo (ce tracé séduit) et la traversée de Roanne est acrobatique. Heureusement, après le pont sur la Loire qui relie Roanne au Coteau nous empruntons une voie verte le long de la rive gauche de la Loire.

A Briennon, nous passons sur la rive droite utilisant une nouvelle voie verte jusqu'à Iguerande. De nouveau je roule en compagnie de Pierre Brivet (responsable de l'accueil de Cours la Ville) que j'ai repéré avec son maillot jaune et rouge de l'AL Cours. Au ravito d'Iguerande nous prenons une viennoiserie et un café en partageant quelques infos. J'apprends que la moyenne d'âge des participants de cette année est de 67 ans. C'est 2 ans de plus que celle de l'année dernière à Pont à Mousson. Difficile de renouveler les troupes à la FF Vélo. Je laisse Pierre, qui ne peut faire que le petit circuit faute de temps, et m'élanche en direction de l'accueil suivant de Paray le Monial (71). Nous suivons la voie verte jusqu'à Marcigny toujours le long de la Loire. Nous croisons de nombreux cyclo-campeurs sur cette partie du circuit. Nous bifurquons vers la droite et sortons du bord de Loire où le relief est un peu plus marqué. Je suis à Paray le Monial vers 11h00 avec 65 kms et 500 m de D+. Nous passons devant la majestueuse basilique qui fait la renommée de la ville depuis près de 1000 ans.

J'ai déjà faim, au point restauration on peut commander un pavé de bœuf charolais avec des frites pour la somme très raisonnable de 9 euros. C'est probablement une des meilleures pièces de viande que je n'ai jamais mangé. 10 cms x 8 cms sur presque 3 cms d'épais c'est saignant, juteux, gouteux et fondant...un régal. On est en pays charolais et ils ont tenu à nous présenter ce qui se fait de mieux. Merci à eux ! Un peu après midi je repars bien réconforté pour faire les 80 kms restants. 13 kms plus loin nous traversons Digoin et passons sur son célèbre Pont Canal qui enjambe la Loire. Très impressionnant.



Il fait un peu chaud, le soleil sort de derrière les nuages, c'est enfin l'été. Mes deux bidons sont pleins largement de quoi atteindre l'accueil suivant de Chambilly 30 kms plus loin. Quelques ondulations viennent ponctuer le chemin mais rien de bien difficile, j'y arrive vers 13h45. Je bois un coca, refais le plein des bidons et ne m'attarde pas car il y a de plus en plus de monde (3 parcours s'y rejoignent) et il reste une quarantaine de kms. 20 kms plus loin nous traversons le village de La Bénissons-Dieu o se trouve une superbe église qui attire de nombreux cyclos mais tous ne s'y arrête pas ...faut pas faire chuter la moyenne.

Puis, par de toutes petites routes et quelques bosses dont une de 500 m à 10% qui a surpris même des cyclos avec assistance électrique, nous rejoignons la banlieue roannaise (Mably, Riorges). En ce milieu d'après-midi de semaine, par notre présence, nous créons quelques bouchons automobiles. Je coupe le tracé au plus court pour rejoindre mon hébergement où j'arrive un peu avant 16h00.

Bilan de la journée : 152 kms, 897 m de D+, moyenne en déplacement 23.5 km/h



MARDI 23 JUILLET 2024 :

Après une nuit où les moustiques se sont régalés de ma personne et un petit déjeuner vite avalé à la Permanence, je m'élançe à 8h10 sur le parcours intitulé « Gorges de la Loire et plaine du Forez ». Hier nous avons longé la Loire plein nord aujourd'hui c'est plein sud. Par contre, de ce côté le fleuve a creusé de profondes gorges qui sont en partie occupées par la retenue du barrage de Villerest.

Comme il n'est pas possible de suivre le fleuve au plus près nous allons découvrir qu'il faut monter, descendre, monter, descendre..... De magnifiques paysages et villages vont se découvrir à notre passage.

Notamment Villerest, Cordelle qui est le 1er accueil de la journée (un café et une part de praluline miam miam) ensuite nous arrivons à proximité du célèbre château de La Roche qui a les pieds dans l'eau depuis la création du barrage mais avait surtout une belle position stratégique sur la vallée.

Les villages de Saint Jodard, Pinay, Saint Georges de Baroille se succèdent avec à chaque fois leur petite montée plus ou moins raide pour y accéder.



Après une belle descente, nous arrivons dans la plaine du Forez. Il n'y a presque pas de dénivelé pour 14h00. Les organisateurs, avant de nous permettre de nous restdépasser les villages de Nervieux, Cleppé et arriver au deuxième accueil à Poncins. Il est 11h15, le ciel est grand bleu et il commence à faire chaud. L'ombre est recherchée par les convives. Après une frite, saucisses, bière, tarte aux pommes, café, je remplis mes bidons et renouvelle ma protection solaire. La route repart plein nord direction l'accueil suivant de Saint Germain Laval. Peu après Saint Agathe la Bouteresse dans une légère descente je rentre en collision avec une guêpe qui me pique sous le cou et rentre dans mon maillot pour me repiquer à l'épaule. Je n'ai pas de dard mais de superbes plaques rouges brûlantes. Je suis à Saint Germain Laval vers aurer, nous ont fait visiter le centre historique qui est magnifique mais est desservi par des ruelles aux pourcentages indécents. Michelle et Gérard Miquel sont présents à l'accueil. Nous prenons un rafraichissement et nous partageons nos impressions sur les parcours. Gérard, qui est blessé au poignet gauche depuis 4 semaines, a du mal à tenir son guidon et changer de plateau. Les vibrations de la route sont impitoyables mais il serre les dents pour profiter cette année encore de cette belle fête du cyclotourisme. Ils sont engagés sur le P2 qui fait 97 kms.

Il fait de plus en plus chaud, il reste 42 kms et encore 400 m de D+, aussi je ne m'attarde pas plus. Nous passons par Vézily/Loire, Dancé, Bully (avec une longue ascension de 5 kms à 3 ou 4 %) enfin c'est le beau village de Saint Jean Saint Maurice sur Loire avec les ruines de son château-fort dominant la Loire.

En sortant du village une descente de 2 kms nous emmène au bord de la retenue du barrage de Villerest. Il manquait 50 m du dénivelé annoncé et je vais les trouver dans une montée de 500 m (10% de moyenne) où de nombreux cyclos sont encore une fois à pied. Les 8 derniers kms en faux plat descendant ne sont qu'une formalité, le Scarabée est atteint à 15h45.

Bilan de la journée : 138 kms 1469 m de D+ Moyenne en déplacement 22.6 km/h

MERCREDI 24 JUILLET 2024 :

Aujourd'hui, c'est le parcours le plus relevé de la semaine, il est nommé « Les Monts de la Madeleine » et compte 4 cols répertoriés pour 142 kms et 2438 m de D+.

Comme à mon habitude je prends mon petit dej à la Permanence. Comme convenu je retrouve Régis Guillot et Gégé Bonelli de mon club, venus pour la journée depuis Misérieux faire la rando VTT. On fait la photo souvenir et nous nous séparons, chacun ayant pas mal de route ou de chemin devant soi.

Les 10 premiers kms sont plats et permettent de s'échauffer. Après Villemontais c'est une longue suite de montées (la Croix du Lac) de descentes et de montées de nouveau (Crémeaux) pour finir par arriver au premier accueil du jour à Saint Just en Chevalet (km 38). Comme le prochain accueil est prévu au km 107, j'achète en plus de mon café/viennoiserie un sandwich au jambon cru. Cela m'oblige à le trimbaler mais je sais que les 65 prochains kms vont être rudes et peu denses en commerces alimentaires alors ne pas risquer la fringale est important. Il est 10h20 quand je pars à l'assaut du col Saint Thomas (930 m) qui sépare la Loire du Puy de Dôme. C'est le 1er col répertorié du jour.



Les 5 premiers kms en sortant de St Just en Chevalet sont en pente très raisonnable voire en faux plat jusqu'au village de Chausseterre. Ensuite la route se cabre (le mot est faible) à 10% de moyenne sur les 3 kms suivants, certains virages dépassent les 15% et les rampes sont souvent à 11 ou 12% mon développement 30 x 36 n'est pas de trop. Une vraie purge que je suis heureux d'avoir derrière moi.

Deux kms de descente vertigineuse (le coté Puy de Dôme du col est encore plus dur) nous emmènent à Arconsat petit village réputé être la « capitale mondiale de la saucisse aux choux ». Pour nous c'est le départ de la deuxième difficulté du jour, le col de La Charme (1106 m point culminant de la SF) avec ses 300 m de D+ en un peu plus de 5 kms, pente moyenne 8%. C'est plus long mais moins dur que le St Thomas et de plus la route est ombragée quasiment tout le long. On n'y a pas vu une voiture et le seul moteur entendu était celui d'un exploitant forestier, un vrai bonheur.



Saint Priest la Prugne est rallié après 8 kms de descente. Je refais le plein des bidons à la fontaine du village qui a un débit très faible. Je suis paré pour la suite, il ne fait pas encore chaud mais le ciel est bleu et le soleil brille. 1 Km plus loin les parcours se séparent, comme les jambes tournent bien je décide de partir sur le plus grand même si les difficultés sont loin d'être terminées quitte à rentrer tard (personne ne m'attend vraiment). Tout de suite il faut se hisser au col du Beau Louis (824 m) sur 3 kms à 5% de moyenne, c'est le 3ème col répertorié sur le parcours. On bascule pour 10 bornes de descente dans la vallée du Sichon. A Ferrières sur Sichon, je fais la pause, il est 12h30 j'ai faim et j'ai besoin d'une pause. Je mange mon sandwich que je trimbale depuis St Just en Chevalet, il est 12h30 et aucun commerce n'est ouvert.

Après 7 kms d'une succession de montées et descentes j'arrive au Mayet de Montagne. J'imaginai un village perché dans la montagne, il n'en est rien nous sommes à moins de 600 m d'altitude ! Sur la place centrale je refais le plein des bidons car il commence à faire chaud et le prochain accueil est encore loin.

5 kms plus loin je suis à Saint Clément, à la sortie du village mon GPS émet le bip caractéristique qui avertit des montées. Il m'annonce la couleuvre avec 19 kms et 678 m de dénivelé devant moi. Autant le savoir pour gérer l'effort, les 5% de pente moyenne seront surtout de nombreux passages à 6 ou 7% ponctués de quelques faux plats et virages élargis. Heureusement, la route reste la plupart du temps ombragée alors que le soleil n'est pas loin du zénith. Là encore très peu de véhicules croisés ou nous dépassant, les petits oiseaux rien que pour nous.

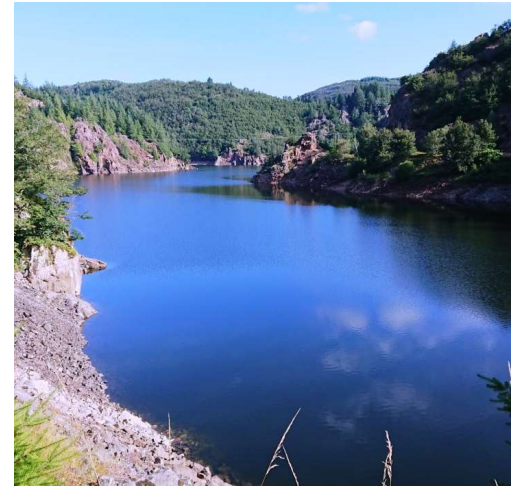
A Saint Nicolas des Biefs, le parcours de 125 kms rejoint le 142 et il y a plus de cyclos sur la route. Nombre d'entre eux ont choisi de faire une pause à l'auberge locale, les commerçants ont dû faire le chiffre de juillet en un jour. Je ne m'arrête pas car l'accueil de La Verrerie est 3 kms plus loin. J'ai bien fait de ne pas couper mon effort car de nombreux passages à 8/9% ponctuent la distance qui me sépare de l'accueil. J'y suis à 14h30. Il ne reste plus grand-chose mais je fais mon bonheur d'une portion de salade de museau de porc, d'un quart de baguette et d'un Schweppes. C'est reparti pour les 5 kms qui me séparent de la Loges des Gardes (1077 m). Ce sont essentiellement des montées douces ponctuées de descentes sur une route tranquille avec beaucoup d'ombre mais un revêtement fraîchement gravillonné.

Maintenant 35 kms me séparent de Roanne dont 30 de descentes, je suis au Scarabée à 16h45.

Bilan de la journée : 146 kms 2448 m de D+ Vitesse moyenne en déplacement 20.6 km/h.

JEUDI 25 JUILLET 2024 :

Aujourd'hui c'est la « Journée Cyclo Festive » aussi appelée par les habitués de la Semaine Fédérale Journée Pique-Nique. Cette année une paella géante nous attend à l'Etang Merlin, base de loisirs située à Mably, dans la grande banlieue de Roanne. Avant les agapes de midi, l'organisation nous propose 2 parcours pour s'y rendre, un de 55 kms et 420 m de D+ accessible à tous et un de 78 kms et 1078 m de D+ un peu plus sélectif. Comme je n'ai pas trop mal récupéré de la veille, après le petit déjeuner au Scarabée je pars sur le plus grand, la matinée pour le faire me paraît un challenge pas trop compliqué. A 8 h00 je m'élanche pour une belle matinée avec soleil et grand bleu. La fraîcheur nocturne se fait encore sentir, que du bonheur ! Les 10 premiers kms, comme la veille, sont plats et permettent un bon échauffement. Dès St André d'Apchon la pente est plus accentuée. Nous allons en fait remonter les 10 derniers kms que nous avons descendus hier en fin de parcours. C'est régulier à 5 ou 6 %, un km avant la Croix Trévingt nous basculons à droite sur une petite route forestière qui va nous descendre sur 8 kms au lieu-dit « Les Barrages » réservoir d'eau potable pour tout le Roannais.



Nous continuons de descendre jusqu'à l'entrée de Renaison où nous prenons la route qui va à la Croix du Sud (763 m). Cela semble facile car les 2 premiers kms dépassent à peine les 3%. Un coup d'œil sur l'altimètre du GPS me permet de calculer un pourcentage équivalent sur les 8 prochains kms qui nous séparent du sommet. C'était sans compter avec le facétieux traceur du parcours qui nous a fait quitter cette route agréable pour nous faire passer par le village de Saint Rirand. Nous y accédons par une toute petite route, ombragée, avec faible pourcentage et même quelques parties descendantes, un vrai paradis... Après Saint Rirand, fini la rigolade, bienvenue en enfer cyclotouriste, 2 bornes à 10% de moyenne et beaucoup de passages à 12% sans aucun répit. La Croix du Sud s'offre à nous.



Ensuite 20 kms de descente sont devant nous, à Saint Germain l'Espinasse une ou deux bosses viennent compléter le dénivelé annoncé pour la journée.

Vers 11h30 je suis arrivé sur le site de la concentration de l'Etang Merlin. J'y retrouve Michelle et Gérard Miquel avec qui je déguste, sous l'ombre de gigantesques platanes, une excellente paella avec fromage et tarte aux pommes. Un peu après nous sommes rejoints par Josette et Christian Vailloud, eux aussi des Amicyclos qui ont fait ce matin pour l'une de la marche à pieds et pour l'autre du VTT. Je reviens à mon hébergement vers 14h00, la chaleur commence à s'installer.

Bilan de la journée : 75 kms 992 m de D+ Vitesse moyenne en déplacement 20.5 km/h.

VENDREDI 26 JUILLET 2024 :

C'est mon dernier jour cyclo sur cette Semaine Fédérale de Roanne. Marie Claire et Jean Marc, qui m'ont gentiment hébergé toute cette semaine, partent rejoindre Champagny en Vanoise où les attendent des vacances en famille. Par conséquent les circuits du samedi se feront sans moi. Ce n'est pas une punition car aujourd'hui, avec la chaleur de l'après-midi, j'en ai bavé pour boucler le grand parcours appelé « La Découverte du Brionnais ».

Les 27 premiers kms nous amènent à Charlieu où est situé le 1er accueil.

C'est une charmante cité que j'avais traversé à de nombreuses reprises sans jamais m'y arrêter (faudra prévoir d'y revenir en famille). Jusqu'ici c'était tout plat en longeant la Loire, mais dès la sortie de Charlieu les cotes s'enchaînent ponctuées de descentes courtes et raides qui se paient de remontées équivalentes. Nous passons à St Julien de Donzy (on en bave aussi pour y arriver sur les BRM 600 de Bour en Bresse), à Sémur en Brionnais, à St Christophe en Brionnais (célèbre pour son marché aux bestiaux du mercredi et haut lieu de l'élevage du charolais), à Oyé (beau village médiéval) et à St Symphorien des Bois (où l'on peut voir, de loin car c'est privé, le château de Drée)



Puis c'est le 2ème accueil de La Clayette et son célèbre château.

Rien n'empêche de lier cyclotourisme et gastronomie, je commande donc un escarboeuf (spécialité bourguignonne) à base d'une daube de bœuf et d'escargots mitonnés dans une sauce crémée et servi avec une timbale de riz. Comme dit ma petite fille Lucie « déééiiiiicieux » ! Accompagné d'une bière (là, Lucie n'est pas concernée elle a 2 ans et demi) me voilà prêt à affronter les 70 kms restants du parcours. La Clayette et Chauffailles (accueil suivant) ne sont séparés que de 24 kms mais entre les 2 se dresse la Montagne de Dun (696m). Sur le graphique d'élévation cela fait une dent saillante colorée toute en rouge. Après quelques ondulations, dès la sortie de La Clayette, et sous une chaleur bien présente, nous sommes dans la vallée du Sornin. Le GPS bipie et indique une montée de 4.8 kms et 400 de D+ pente moyenne 9% pas de la petite bière! On ne va pas s'affoler, il faut dans un premier temps atteindre le village de Saint Racho, au début c'est du 5 à 7% bien gérable mais rapidement on dépasse les 10%. Au village les P3 et P4 se séparent. De nombreux cyclos font une pause je ne m'arrête pas car il reste 2 kms et plus de 200 m de D+. C'est très dur, il faut arracher le vélo, certains passages dépassent les 15%, il fait chaud, la partie ombragée de la route est très convoitée, on se demande pourquoi on est là, pourquoi on s'inflige ça !

La récompense arrive enfin quand le sommet est franchi. Hélas, aucun panneau ne signale le passage du sommet, même pas de photo souvenir à faire. Pas grave, à Mussy sous Dun, après une descente vertigineuse de 2 kms (les pourcentages sont équivalents des 2 cotés) un magnifique viaduc ferroviaire désaffecté s'offre à nous.



Nous sommes très vite à Chauffailles, je fais un arrêt express pour prendre un coca et remplir mes bidons d'eau fraîche. Il me reste une cinquantaine de kms pour rallier l'arrivée. Il est 14h30, il fait 37° et il n'y a quasiment plus d'ombre. Ce n'est plus le Brionnais mais c'est quand même bien cabossé, c'est de plus en plus dur d'enchaîner les toboggans et les montées. Depuis la Montagne de Dun, un rossignol m'accompagne, situé dans l'arrière de la transmission, je n'entends plus que ça et ça m'énerve (depuis j'ai trouvé la source le galet supérieur de la chape manquant de lubrifiant). Nous traversons les villages de St Igny de Roche, Coublanc, Mars et Chandon. Dès qu'il y a un endroit ombragé des grappes de cyclos s'entassent pour lutter contre la chaleur accablante. Après St Hilaire sous Charlieu, un faux plat descendant de 7 kms nous permet de rejoindre Briennon sur le bord du canal qui va nous ramener à Roanne. Plus de difficultés mais le chemin de halage n'est malheureusement pas du côté ombragé du canal. Je suis à Roanne vers 16h30, bien content d'en finir.

Bilan de la journée : 156 kms. 1938 m. Moyenne en déplacement 21.4 km/h.

CONCLUSION :

Cela faisait depuis 2014 à Saint Pourçain sur Sioule que je n'avais pas participé à une Semaine Fédérale. C'est vraiment une excellente façon de découvrir à vélo une région par la diversité des parcours proposés. En plus, on fait aussi beaucoup de rencontres avec des passionnés qui viennent de la France entière voire au-delà, riches de leurs expériences qu'ils n'hésitent pas à partager. Chaque jour on parle vélo, on mange vélo, on dort vélo. C'est le secret d'un séjour réussi. J'en profite pour remercier aussi mon épouse Isabelle de me laisser la liberté de m'adonner à ma passion et encore une fois mes hôtes Marie Claire et Jean Marc pour leur gentillesse et leur écoute.

Bilan de la Semaine : 815 kms. 9656m de D+. 37h40 en selle pour une moyenne en déplacement 21.6 km/h.

Sur la Via Rhôna et la Voie du Piémont Pyrénéen.

Avec l'arrivée de l'été, Michel BONNARD s'est lancé en juin 2024 sur une nouvelle randonnée cyclotouriste : La Via Rhôna suivie de La Voie du Piémont Pyrénéen.

ici un résumé de son périple.

→ La Via Rhôna

→ La Voie du Piémont Pyrénéen

13 Départements traversés :
Rhône – Loire – Isère – Ardèche – Gard – Vaucluse
Bouches-du-Rhône – Hérault – Aude – Ariège Haute-
Garonne – Hautes-Pyrénées – Pyrénées-Atlantiques.
+ une incursion à Jaca en Espagne.

Villefranche – Condrieu → La Via Rhôna → Roussillon – Bourg-St-Andéol – Arles
Arles – Pézenas – Carcassonne – Saint-Girons – Montréjeau – Oloron – Jaca – Pau.



La Via Rhôna



Le Col du Portet d'Aspet



Les Pyrénées



La Via Rhôna à Condreu

1ère étape : Villefranche – Roussillon

Je démarre dans le Beaujolais jusqu'à Chazay-d'Azergues et à Civrieux-d'Azergues. Je contournais Lyon à l'ouest par les Coteaux du Lyonnais parce que la Via Rhôna entre Lyon, Givors et Vienne est très urbaine et peu agréable (Vallée de la Chimie). Cet itinéraire par les Coteaux du Lyonnais est vallonné. Les paysages deviennent ruraux et les villages défilent : Grézieu-la-Varenne, Brindas, Soucieu-en-Jarrest, St-Laurent-d'Agy et Mornant à l'ouest de Givors. A l'approche de Rive-de-Gier, je bifurque vers Trèves et je rejoins la ville de Condrieu au bord du Rhône où j'emprunte la Via Rhôna jusqu'à Roussillon.



La forteresse de Rochemaure

2ème étape : Roussillon – Bourg-St-Andéol

Une journée ensoleillée essentiellement en Ardèche et le long du Rhône qui me permet de côtoyer les vignobles AOC réputés des Côtes-du-Rhône septentrionales : Saint-Joseph, Crozes-Hermitage, Cornas, Saint-Péray... J'alterne entre la Via Rhôna et les petites routes qui desservent Serrières, Tournon, La Voulte, Cruas. De nombreux ponts et passerelles enjambent le Rhône pour assurer les liaisons de part et d'autre du fleuve. Parfois des forteresses ou des édifices historiques témoignent du passé des lieux : Rochemaure, Viviers. J'arrive à Bourg-Saint-Andéol située à proximité de la grotte Chauvet et de sa réplique ouverte aux touristes.



Le palais des Papes à Avignon

3ème étape : Bourg-St-Andéol – Arles

Je quitte Bourg-Saint-Andéol pour un itinéraire touristique qui me conduira dans 4 départements : l'Ardèche, le Gard, le Vaucluse et les Bouches-du-Rhône. Je poursuis ainsi la route des vins des Côtes-du-Rhône référencés en AOC méridionales : Lirac, Tavel, Gigondas, Châteauneuf-du-Pape... A Saint-Marcel d'Ardèche, je délaisse la route des Gorges de l'Ardèche, dommage ce n'est pas ma route. J'arrive à Avignon en fin de matinée, une superbe ville surnommée la « cité des papes » parce qu'elle fut le siège de la papauté au XIVème siècle. Le palais domine la cité, sa ceinture de remparts et les vestiges d'un pont du XIIème siècle, le pont Saint-Bénézet. Je fais halte à Arles qui compte des vestiges gallo-romains, comme son superbe amphithéâtre.



Les chevaux Camarguais.

4ème étape : Arles – Pézenas

Ce matin je m'oriente vers l'ouest en direction de la petite Camargue pour rejoindre Saint-Gilles puis par une piste cyclable Aigues-Mortes et le Grau-du-Roi. A Arles, le Rhône, se divise en 2 branches : le grand Rhône, qui draine 85 % des eaux, et le petit Rhône, qui n'en draine que 15 %. Je poursuis ma route en empruntant d'autres pistes pour traverser les différentes stations balnéaires qui se sont développées au sud de Montpellier : La Grande-Motte, Carnon-Plage et Palavas-les-Flots. La densité et l'étendue de ces stations balnéaires sont impressionnantes, c'est un peu le symbole du tourisme de masse. Mon étape se termine à Pézenas, un lieu qui possède un riche patrimoine historique, Molière y ayant séjourné.

5ème étape : Pézenas – Carcassonne

Je quitte Pézenas pour une autre ville historique : Béziers qui aurait été construite au VIIème siècle avant J.C et serait la plus vieille ville de France. On marche dans les traces de la civilisation romaine avec son amphithéâtre antique et ses arènes et dans l'héritage médiéval avec la Cathédrale Saint-Nazaire. Je poursuis vers des sites de Compostelle : la collégiale de Capestang et l'église romane de Pouzols-Minervois. J'arrive à Trèbes au bord du canal du Midi Je rejoins enfin la ville de Carcassonne pour redécouvrir sa cité médiévale restaurée par Viollet-le-Duc au XIXème siècle et inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1997. Située sur la rive droite de l'Aude, la cité médiévale est encore habitée.



La cité médiévale de Carcassonne

6ème étape : Carcassonne – Saint-Girons

Je quitte cette belle ville de Carcassonne en direction de Montréal et de Fanjeaux, 2 communes situées sur les chemins de Compostelle et qui étaient au Moyen-Age au cœur du pays cathare. Je redescends dans la plaine en direction de Mirepoix qui a connu aussi le destin conflictuel des bastions cathares du Languedoc. Après une pause déjeuner à Pamiers, je reprends ma monture pour rejoindre le Mas d'Azil et sa grotte mythique. Emblématique, inoubliable et tout simplement impressionnante, la grotte du Mas d'Azil en Ariège est la seule grotte traversée à la fois par une rivière et une route ! J'arrive dans l'après-midi à Saint-Girons située au carrefour des 18 vallées du Couserans, entre montagne et plaine. Saint-Girons est la capitale du Couserans.



Eglise ariégeoise de Sabarat

7ème étape / Saint-Girons – Montréjeau

7ème étape et 7ème journée de beau temps. Ce sera une étape de moyenne montagne dans les Pyrénées Centrales. Je passe à Castillon-en-Couserans qui est à un carrefour stratégique de 4 vallées (Bethmale, Biros, Bellongue, Balaguères). Après Saint-Lary, j'enchaîne successivement 4 cols : Le Portet d'Aspet en m'inclinant devant la stèle de Fabio Casartelli, puis je bifurque vers Sengouagnet pour monter le col de Buret, le col de Bech et le col des Ares. Je prends ensuite la vallée de la Garonne pour rejoindre le bourg de Montréjeau une ancienne bastide royale datant du XIIIème siècle et située au pied des Pyrénées. Montréjeau fait partie des 350 bastides construites au Moyen-Age dans le Sud-Ouest.



La bastide de Montréjeau

8ème étape : Montréjeau – Oloron

Aujourd'hui, c'est un relief de type "montagnes russes" avec des montées et des descentes, sans pour autant être en haute altitude. Après la station thermale de Capvern se profile le château de Mauvezin perché sur un promontoire. Je rejoins une autre station thermale, Bagnères-de-Bigorre située au pied des Pyrénées Je poursuis ensuite vers la cosmopolite et mythique ville de Lourdes dans les Hautes-Pyrénées où se trouve l'un des plus hauts lieux de pèlerinage catholique dans le monde : le Sanctuaire de Lourdes. En suivant la route de Compostelle, j'accède à Saint-Pé-de-Bigorre puis Lestelle-Bétharram, A Bielle je monte le col de Marie-Blanque pour basculer dans la vallée d'Aspe puis vers Oloron une des plus anciennes villes du Béarn.



Le château de Mauvezin



Dans le col du Somport



La citadelle de Jaca en Espagne



Lac de barrage de Búbal



Dans le col du Pourtalet.



Pau



Pau











9ème étape : Oloron – Jaca

Les jours se suivent mais ne se ressemblent pas. Les prévisions météorologiques sont exécrables pour la journée dans la Vallée d'Aspe : pluies intenses et orages au programme avec une amélioration seulement en fin d'après-midi en Espagne en descendant sur Jaca. Au départ d'Oloron j'enfile mon Gore Tex et je bâche aussi la sacoche avant de mon vélo. Je remonte progressivement les villages qui jalonnent la vallée d'Aspe jusqu'au tunnel du Somport que j'éviterai bien entendu en montant le col du Somport (1650 m). Je passe à Asap, Escot, Sarrance, Bedous, Accous et Etsaut où je fais une petite halte pour me réchauffer dans l'épicerie du village. Je commande un café allongé et quelques viennoiseries. Je grimpe le col avec le tonnerre qui gronde et la pluie orageuse et comme la pluie s'intensifie au sommet je m'abrite sous le porche d'un bâtiment de l'ancien poste frontière. Je vais y rester plus de 2 heures un peu frigorifié, parce que le brouillard s'est levé et que la pluie redouble. Il reste une descente de 35 km vers Jaca le long du Rio Aragon mais je préfère attendre que cela se calme. Vers 16 h, la pluie daigne enfin s'arrêter et le temps s'éclaircit. Je suis soulagé, j'entreprends la descente vers Jaca avec prudence toutefois (800 m de dénivelé négatif). Quelle journée !

10ème étape : Jaca – Pau

L'inverse d'hier, c'est un soleil matinal qui pointe ce matin pour cette dernière étape et rentrer en France avec 2 cols au programme : le Puerto de Hoz de Jaca (1272 m) et le col franco-espagnol du Pourtalet (1794 m). Le col du Pourtalet côté Espagnol fait 32 km depuis Biescas en intégrant du 8ème au 12ème km la variante du Puerto de Hoz de Jaca. Le parcours est jalonné par plusieurs lacs de barrage à Búbal (Embalse de Búbal) dans la vallée de la Tena et après Escarrilla (Embalse de Lanuza). Le col du Pourtalet est un passage frontalier entre la France et l'Espagne. Ce col relie la vallée d'Ossau et la vallée de la Tena, il surplombe le cirque d'Anéou en offrant une vue magnifique sur le Pic du Midi d'Ossau. Puis c'est le retour dans les Pyrénées Françaises. La descente du col du Pourtalet en direction de Laruns est longue de 30 km et très agréable. Le village de Laruns est aussi le point de départ pour le col d'Aubisque et le col du Pourtalet. A Laruns, je poursuis dans la Vallée d'Ossau jusqu'à Rébénacq puis j'arrive à Gan porte d'entrée du vignoble de Jurançon, réputé pour son vin moelleux élaboré à partir de cépages locaux : le Gros Manseng et le Petit Manseng. Je termine ma randonnée à Pau, capitale du Béarn, cité royale où naquit Henri IV. Parlementaire, historique, royale, cosmopolite, très contemporaine, Pau est tout cela à la fois.

Via Rhône jusqu'à Arles + Piémont Pyrénéen d'Arles à Jaca et Pau

Date	Itinéraire	Km	Autres caractéristiques
<u>Mercredi 12 juin</u> Rhône – Loire – Isère	Villefranche – Anse – Dommartin – Mornant – Châteauneuf – Condrieu – Roussillon	120	Moyenne : 20,5 - Dénivelé : 1300 m Température : 23° 
<u>Jeudi 13 juin</u> Isère – Ardèche	Roussillon – Tournon-sur-Rhône – Saint-Péray – La Voulte – Le Teil – Bourg-Saint-Andéol .	135	Moyenne : 23 - Dénivelé : 650 m Température : 30° 
<u>Vendredi 14 juin</u> Ardèche – Gard – Vaucluse – Bouches-du- Rhône	Bourg-Saint-Andéol – Pont-Saint-Esprit – Bagnols-sur-Cèze – Avignon – Beaucaire – Arles .	125	Moyenne : 22 - Dénivelé : 550 m Température : 23° 
<u>Samedi 15 juin</u> Bouches-du- Rhône – Hérault	Arles – Aigues-Mortes – Palavas-les-Flots – Fabrègues – Montagnac – Pézenas .	150	Moyenne : 21 - Dénivelé : 800 m Température : 28° 
<u>Dimanche 16 juin</u> Hérault – Aude	Pézenas – Béziers – Capestang – Pouzols-Minervois – Trèbes – Carcassonne .	115	Moyenne : 22 - Dénivelé : 700 m Température : 35° 
<u>Lundi 17 juin</u> Aude – Ariège	Carcassonne – Mirepoix – Pamiers Côte de Pamiers (412 m) – Pailhès – Mas d'Azil et la Grotte – Saint-Girons .	135	Moyenne : 22 - Dénivelé : 1400 m Température : 29° 
<u>Mardi 18 juin</u> Ariège – Haute-Garonne	Saint-Girons – Castillon-en-Couserans – Col Portet d'Aspet (1069 m) – Col du Buret (599 m) – Col de Bech (718 m) – Col des Ares (797 m) – Antichan-de-Frontignes – Montréjeau .	110	Moyenne : 19 - Dénivelé : 1600 m Température : 30° 
<u>Mercredi 19 juin</u> Haute-Garonne – Hautes-Pyrénées – Pyrénées- Atlantiques	Montréjeau – Capvern – Bagnères-de-Bigorre – Lourdes – Mifaget – Louvie-Juzon – Bielle – Col du Porteigt (875 m) – Col de Marie-Blanche (1035 m) – Oloron .	140	Moyenne : 17 - Dénivelé : 2000 m Température : 20° 
<u>Jeudi 20 juin</u> Pyrénées- Atlantiques – Espagne	Oloron – Asasp – Escot – Etsaut – Fort du Portalet – Col du Somport (1650 m) – Jaca .	105	Moyenne : 16 - Dénivelé : 1700 m Température : 15° 
<u>Vendredi 21 juin</u> Espagne – Pyrénées- Atlantiques	Jaca – Sabiñánigo – Biescas – Puerto de Hoz de Jaca (1272 m) – Escarrilla – Col du Pourtalet (1794 m) – Laruns – Pau .	145	Moyenne : 17 - Dénivelé : 1800 m Température : 19° 

Distance parcourue : 1 280 km - Dénivelé : 12 500 m - Cols : 10

Moyenne : 19,50 km/heure - Temps total : 66 heures



Avignon



L'amphithéâtre d'Arles (ou arènes d'Arles)



Palavas-les-Flots



Béziers



Lestelle-Bétharram

Au fil des Tours de France des années en 4

Comme tous les ans Michel Bonnard nous raconte le Tour de France. Cette année évidemment les années en 4 depuis 1914

1914 : 5 405 km



Philippe THYS

1924 : 5 425 km



Ottavio BOTTECHIA

1934 : 4 363 km



Antonin MAGNE

1944

Aucun Tour de France de 1940 à 1946.

En 1947, Jean ROBIC remporta le Tour de France d'après-guerre.

1954 : 4 865 km

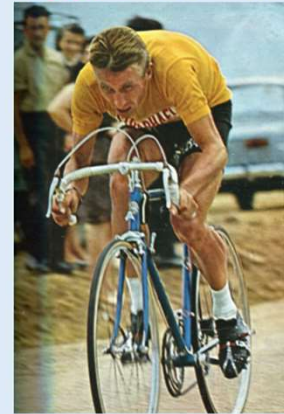


Louison BOBET

Antonin ROLLAND

19^{ème} lors de ce Tour de France

1964 : 4 505 km



Jacques ANQUETIL

1974 : 4 098 km



Eddy MERCKX

1984 : 4 021 km



Laurent FIGNON

Robert ALBAN

38^{ème} lors de ce Tour de France

1994 : 3 978 km




Miguel INDURAIN

2004 : 3 391 km



**Titre non attribué
suite à la destitution
de Lance AMSTRONG**

2014 : 3 660 km



Vincenzo NIBALI

2024 : 3 498 km



Tadej POGACAR

Evolution du Tour de France par décennie depuis 1914

Années	Vainqueur	Caractéristiques	Moyenne
1914	<i>Philippe THYS</i> (Belgique)	5 405 km – 15 étapes 145 partants – 54 classés	27,2 km/h
1924	<i>Ottavio BOTTECHIA</i> (Italie)	5 425 km – 15 étapes 157 partants – 60 classés	24,2 km/h
1934	<i>Antonin MAGNE</i> (France)	4 363 km – 23 étapes 60 partants – 39 classés	31,2 km/h
1944	<i>Aucun Tour de France de 1940 à 1946</i>		
1954	<i>Louison BOBET</i> (France)	4 865 km – 23 étapes 110 partants – 69 classés	34,6 km/h
1964	<i>Jacques ANQUETIL</i> (France)	4 505 km – 22 étapes 132 partants – 81 classés	35,4 km/h
1974	<i>Eddy MERCKX</i> (Espagne)	4 098 km – 22 étapes 130 partants – 105 classés	35,6 km/h
1984	<i>Laurent FIGNON</i> (France)	4 021 km – 23 étapes 170 partants – 124 classés	34,9 km/h
1994	<i>Miguel INDURAIN</i> (Espagne)	3 978 km – 21 étapes 189 partants – 117 classés	38,3 km/h
2004	<i>Tour disputé mais titre non attribué</i>	3 391 km – 20 étapes 188 partants – 149 classés	40,5 km/h
2014	<i>Vincenzo NIBALI</i> (Italie)	3 660 km – 21 étapes 198 partants – 164 classés	40,6 km/h
2024	<i>Tadej POGACAR</i> (Slovénie)	3 498 km – 21 étapes 176 partants – 141 classés	41,8 km/h



1914 : Philippe THYS



1924 : Ottavio BOTTECHIA



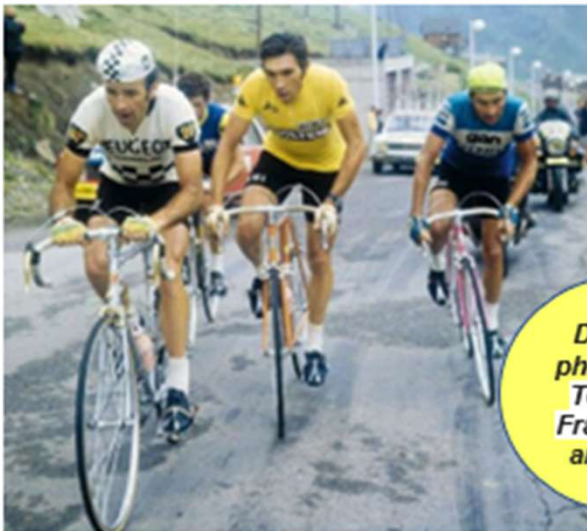
1934 : Antonin MAGNE



1954 : GEMIGNANI et Louison BOBET



1964 : Jacques ANQUETIL et POULIDOR
dans l'ascension du Puy-de-Dôme.



1974 : DELISLE, Eddy MERCKX et POULIDOR



1984 : Greg LEMOND et Laurent FIGNON

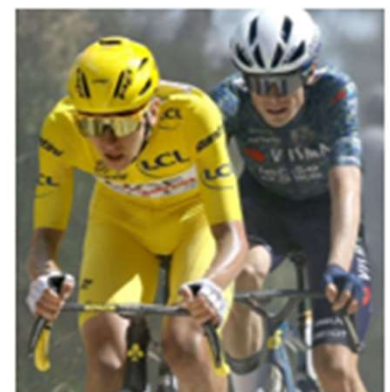
*D'autres
photos des
Tours de
France des
années 4*



1994 : VIRENQUE et INDURAIN



2014 : PERAUD, NIBALI et PINOT



2024 : POGACAR et VINGEGAARD

Nos champions locaux (en 1954 et 1984)



Portrait Antonin ROLLAND Juillet 1954

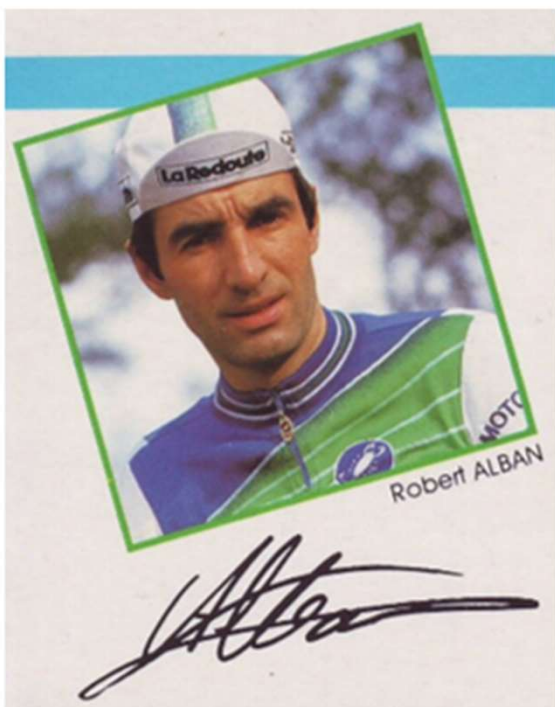
Antonin ROLLAND 19^{ème} du Tour de France 1954.

En 1954 Antonin ROLLAND a été sélectionné en équipe de France. Il a terminé 19^{ème} de ce Tour.

1 - Louison BOBET	1
2 - André DARRIGADE	49
3 - Adolphe DELEDDA	26
4 - Jean FORESTIER	27
5 - Raphaël GEMINIANI	n.p. 18 e
6 - Nello LAUREDI	11
7 - Pierre MOLINERIS	11
8 - Raoul REMY	38
9 - Antonin ROLLAND	19
10 - Lucien TEISSEIRE	23

Au cours de sa carrière professionnelle, Antonin ROLLAND a bouclé **10** Tours de France, **2** Tours d'Italie et **1** Tour d'Espagne. Détenteur d'un palmarès exceptionnel, il a été l'un des « géants de la route » dans les années 1950.

En 1955, 🟡 maillot jaune du Tour de France pendant 12 jours. En 1957, 🟠 maillot rose du Tour d'Italie pendant 1 jour.



Carte cycliste de Robert ALBAN
Equipe LA REDOUTE 1984

Robert ALBAN 38^{ème} du Tour de France 1984.

En 1984 Robert ALBAN a été sélectionné dans l'équipe de la Redoute. Il a terminé 38^{ème} de ce Tour.

31 - Stephen ROCHE	25
32 - Robert ALBAN	38
33 - Alain BONDUE	99
34 - Etienne DE WILDE	ab. 10 e
35 - Christian LEVAVASSEUR	110
36 - Paul SHERWEN	116
37 - Jérôme SIMON	36
38 - Régis SIMON	111
39 - J.-Luc VANDENBROUCKE	ab.17
40 - Ferdi VAN DEN HAUTE	106

Au cours de sa carrière professionnelle, Robert ALBAN a bouclé **6** Tours de France :

- 1979 : 19^e
- 1980 : 11^e
- 1981 : 3^e, vainqueur de la 16^e étape.
- 1982 : 11^e
- 1983 : 5^e
- 1984 : 38^e

Texte - Infographie : Michel BONNARD Photos : Sites Internet

Séjour avec les CHIMORLAN à Semur en Auxois

par Marie Thérèse GOUTTEFANGEAS et Françoise MARVALIN

Du 23 Juin 2024 au 29 juin 2024 dans un VVF situé au bord du lac de Pont dans un superbe cadre de verdure, nous étions une quinzaine de cyclistes et une douzaine de marcheurs.



1^{er} jour : Nord Ouest de la Bourgogne.
Epoisse son Château et son fromage.
Pique-nique autour d'un lavoir où les
femmes venaient rincer leur linge et le
bétail s'abreuver.



2eme jour : Nord Est : Montée dans le village d'Alésie pour atteindre la statue de Vercingétorix (côte à 12%) . Site d'Alésia. Arrivée ensuite à la Source de la Seine pour un pique-nique bien mérité.



3ème jour : Journée détente. Visite de l'Abbaye de Fontenay, restaurant et pour les plus courageux visite de Semur en Auxois.



4^{ème} jour : Le MORVAN avec ses lacs et ses belles forêts.



5^{ème} jour : Le canal de Bourgogne et ses écluses



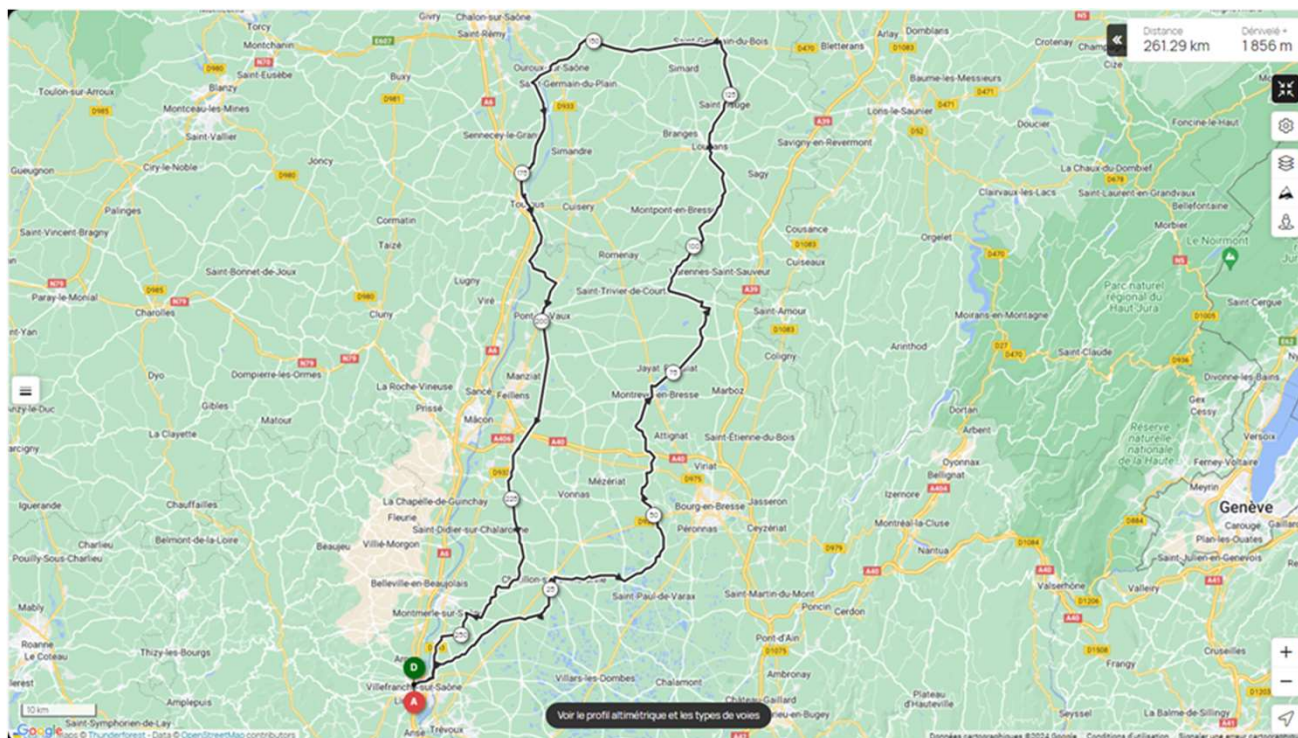
Montée à Châteauneuf



Nous remercions Maurice pour ses beaux parcours, Alain pour le prêt de son camion qui nous a permis d'apprécier chaque jour les supers piques niques préparées par Arnaldo et Isabelle.

CYCLO-CAMPING DU 26 AU 28 AOÛT 2024

Didier Sol nous raconte sa 1^{ère} expérience cyclo-camping, une balade entre Dombes, Bresse et Val de Saône



Cela faisait longtemps que je souhaitais me lancer dans la pratique du cyclo-camping, encouragé par mes partenaires de club, Martine et Alain Tribout, Michelle et Gérard Miquel, mais aussi par Henri Desvignes et Christian Poupard rencontrés lors d'épreuves longue distance et eux-mêmes cyclo-campeurs. Sans eux ce récit n'aurait jamais vu le jour, qu'ils en soient ici remerciés.

Dimanche 25 août :

J'ai préparé mon matériel en suivant une liste prête depuis plusieurs jours (et rallongée à plusieurs reprises), sacoches arrières, sacoches de guidon, tente, matériel de couchage, popote, change, chaussures, téléphone, batterie externe, câbles... j'ai environ 3 kgs sur le guidon et 14 kgs sur le porte-bagages. Le vélo a, lui aussi, été contrôlé pour éviter de mauvaises surprises. Seul le gonflage sera effectué avant le départ. J'avais envisagé un itinéraire sur 4 jours mais les conditions météo défavorables (alerte orages les 24 et 25 08) et

mon emploi de temps m'ont contraint à raccourcir cette sortie sur 3 jours et 2 nuitées. Comme je suis néophyte, j'ai tracé un parcours sans dénivellé (261 kms et 1850 m de D+) à travers la Dombes, la Bresse et le Val de Saône. L'application RandoCamping (merci Martine) m'a aidé à trouver des hébergements que j'ai fait coïncider avec mon parcours. La distance des étapes (environ 90 kms) était aussi une inconnue car je n'avais roulé qu'une fois avec le vélo en pleine charge.

Lundi 26 août :

Après une bonne nuit et un copieux petit déjeuner, je charge mes sacoches, sangle ma tente, installe mes bidons pleins et lance le parcours sur mon GPS.



Il est 8h25, c'est parti. Je traverse la Saône sur la passerelle de Beauregard. Comme j'ai choisi un tracé sans trop de difficulté, je passe par Fareins pour « monter » sur le plateau dombiste. Les 30 premiers kms se déroulent sur des routes que nous avons l'habitude d'emprunter. Chaleins, Saint Triviers sur Moignans, Relevant se succèdent avant d'arriver à Chatillon sur Chalaronne vers 10h00.

Ici ce sont les Halles du 15ème Siècle où se déroule le marché du samedi.

Je fais une pause et comme nous sommes lundi je pars à la recherche d'une boulangerie ouverte. Bingo ! Je peux y acheter un pain au raisin (consommé sur place) et un pan bagnat au poulet pour ma pause méridienne.

Depuis le départ, le vent est orienté au nord. Je l'ai de face ou au mieux de trois quart face. S'il freine ma progression, il apporte une fraîcheur bienvenue. La charge du vélo se fait bien sentir notamment quand la route s'élève (danseuse déconseillée) en jouant du dérailleur et étant pas trop exigeant sur la vitesse, ça passe. Sur le plat, une fois l'inertie vaincue, il n'est pas trop difficile de passer les 20 km/h voire plus, je reste prudent car je ne sais pas si je pourrai tenir une trop forte cadence sur les 3 jours.

Il est 10h30 quand je repars de Chatillon/Ch, ensuite je passe à Romans (la côte à l'entrée du village est grimpée à 9 km/h) à Saint André le Bouchoux, Saint André sur Vieux Jonc. A Montracol, je suis à moins de 7 kms de Bourg en Bresse.



Le village de Polliat devait être le lieu de ma pause méridienne mais il est 11h45 et je n'ai pas encore très faim. Je décide de pousser 12 kms plus loin et de manger à Montrevel en Bresse. J'y trouve une autre boulangerie ouverte et complète mon pan bagnat avec un financier aux framboises et un soda. Le boulodrome, et surtout ses platanes, m'offre un agréable lieu pour mon casse-croute. Un café pris dans un établissement voisin vient compléter cette pause bienvenue. Il me reste moins de 20 kms pour rejoindre le Camping du Domaine de Mèpillat situé 2 kms avant Saint Nizier le Bouchoux.



J'y arrive vers 14h00 et la réception vient d'ouvrir. La gérante me propose de choisir un des 4 emplacements réservés aux randonneurs (sans borne électrique notamment) à ma convenance. J'en prends un pas trop loin des sanitaires, il m'arrive de me lever la nuit comme beaucoup de pépés. Je suis assez inexpérimenté en camping, ma dernière nuit sous la tente remonte à août 1982 pendant les classes de mon service militaire. J'ai déjà monté ma tente une fois à la maison et en 30 mn j'ai un abri correct malgré une légère déclivité mais avec une tendre pelouse sous le tapis de sol. Matelas pneumatique, oreiller gonflable et duvet sont installés, y'a plus qu'à attendre la nuit ...il est 15h30 !



Heureusement, lors de la réservation, j'avais pu voir qu'il y avait une piscine (chauffée svp), j'ai donc fait suivre 50 grammes de maillot de bain. Une baignade de 30 mn me délasse les muscles. Pour occuper le reste de l'après-midi, j'ai emporté un roman policier sur les conseils de Louis Pierre LOY.

Difficile de lier connaissance avec les autres campeurs autour de moi car ils sont en majorité étrangers (belges, néerlandais, allemands) et aucun n'est cyclo. Ce camping en pleine nature est très calme mais situé au milieu de nulle part (à mi-chemin entre Varennes-St-Sauveur 71 et Saint Trivier de Courtes 01) il n'y a pas grand-chose à visiter.

Vers 19h00 je vais manger. Le gérant du camping propose de la petite restauration. Une pizza suivie d'une gaufre et arrosé d'une bière suffisent à mon bonheur.

A 20h30 je rejoins mon roman policier et ne tarde pas à avoir les yeux qui piquent. Extinction des feux avant 22h00. Je me réveille plusieurs fois dans la nuit (pas pour aller faire pipi) car même avec le matelas gonflable la couche est raide.

Mardi 27 août :

Le petit déjeuner étant servi à partir de 8h30, j'ai mis le portable à sonner pour 7h00. Cela va me laisser le temps de plier le campement avant de manger et de partir dans la foulée. La nuit a été fraîche (10°), je n'ai pas eu froid dans mon duvet, mais une rosée importante s'est déposée sur mon double-toit. De plus, les ouïes d'aération de la tente semblent insuffisantes pour évacuer la condensation produite par ma respiration et la chambre aussi est mouillée. Je n'ai pas prévu de chiffon ou d'éponge pour essuyer le plus gros, et je plie la guitoune ruisselante.

Il est presque 9h00 quand je décolle pour ma deuxième étape : 91 kms entre Saint Nizier le Bouchoux et Tournus. Le début est plein nord mais le vent a faibli par rapport à la veille. Il fait frais et c'est bien agréable. Je progresse sur de toutes petites routes en suivant scrupuleusement le tracé GPS (heureusement qu'il est là) au milieu des prés, des bois et des maïs. De simples ondulations m'amènent à Sainte Croix en Bresse. Ensuite c'est une route à grande circulation, venant de Bourg en Bresse, qui va me conduire à Louhans.



Je fais une pause pour visiter cette ville que j'ai toujours traversée sans m'arrêter durant les BRM 200/300/400 de Bourg en Bresse. L'église St Pierre avec son toit de tuiles vernissées mérite le détour. Sa Grande Rue (pavée à l'ancienne et bon test pour l'accroche des sacoches) est remarquable avec ses 177 arcades et ses maisons à colombages typiques de l'architecture médiévale. Hélas, comme notre Rue Nat, cette belle rue commerçante n'est pas mise en valeur du fait de la trop grande place faite à la voiture. Je repars encore plein nord pour rejoindre Saint Germain du Bois. Les villages traversés sont magnifiques, certaines fermes bressannes avec leurs colombages et leurs carrons (briques) sont restaurées superbement comme celle-ci à Saint Usuge.

A 11h45 je suis à St Germain du Bois, j'ai fait 45 kms, c'est la mi-parcours. J'avais prévu d'y manger, mais grâce au copieux petit dej du camping, je n'ai pas encore faim. La boulangerie du village est fermée pour congé annuel, il me reste le Super U local pour aller acheter du ravitaillement mais j'hésite à laisser mon vélo (même cadennassé) sans surveillance devant le magasin.

Je prends le risque d'aller chercher à manger un peu plus loin sur le parcours, je roule plein ouest avec le vent de $\frac{3}{4}$ arrière. Au bout de 15 kms, à Lessard en Bresse, je trouve une épicerie de village où j'achète une salade niçoise en boîte, un brugnion et un coca. Maintenant j'ai bien faim ! Je m'installe sur la place du village sur un banc à l'ombre des platanes, seul bémol, le wc public est condamné ce qui va m'obliger à trouver de l'eau plus loin.



A L'Abergement Ste Colombe, je trouve de l'eau au cimetière et je prends la direction plein sud avec le vent dans le dos pour les 30 derniers kms. A l'entrée d'Ouroux sur Saône (10 kms au sud de Chalon/Saône) je me fais doubler par un camion d'équarrissage. Comme il fait très chaud, la puanteur dans son sillage est puissante. Avec les différents stops et feux du village je vais faire 2 kms en sa compagnie ...olfactive. Je viens de rejoindre la Voie Bleue qui à cet endroit est une route départementale, nous sommes rive gauche.

A Marnay je franchis la Saône et passe rive droite, toujours sur la Voie Bleue. Quelques kms avant Tournus, je la quitte pour rejoindre le village de Vénrière où m'attend une bonne rampe me rappelant combien ma machine est bien lestée. A 14h15 je suis à la réception du camping de Tournus.

Comme la veille, j'ai le choix des emplacements. Je monte mon campement, ma toile est bien humide du matin mais en l'espace d'une demi-heure elle est quasi sèche. Je vais ensuite prendre une douche (sanitaires nickel) et m'habille en « civil » car j'ai prévu d'aller visiter la ville en cette fin d'après-midi. En moins d'une heure les cyclo-campeurs sont arrivés à l'étape.

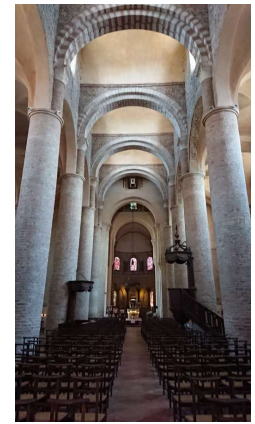
A ma gauche, un couple qui arrive de Lons le Saunier, vont rejoindre demain la banlieue lyonnaise après un périple de 15 jours sur les euro-vélos. Madame a un vélo assisté et Monsieur roule sur musculaire chargé de 5 sacoches (près de 40 kg) qui, m'explique-t-il, le limite trop dans les montées malgré tous ses efforts et de tous petits développements.

A ma droite, un papy, une mamie et un de leur petit fils d'une dizaine d'année. Ils montent au nord et viennent de faire 50 kms entre Cormoranche/Saône et Tournus. Papy a un VTT musculaire, le jeune un VTT 24 pouces et mamie avec son VTAE tire la remorque avec tout le matériel (elle m'avoue qu'elle en bave) et ils ont mis près de 4 heures pour faire l'étape.

Un peu plus tard arrive une famille avec 4 enfants (entre 8 et 12 ans). Papa et maman tirent les carrioles avec le matériel de bivouac, les enfants sont sur leurs vélos de tous les jours. Tout le monde connaît son rôle et le campement est monté en deux temps trois mouvements. Je suis impressionné par l'organisation et l'implication de tous.



Je pars à vélo rejoindre le centre-ville de Tournus situé à 2 kms du camping. Je le cadenas devant l'office du tourisme où j'en profite pour demander un plan des sites remarquables du lieu. Nous habitons à 80 kms et nous n'y avons jamais mis les pieds. Je commence par l'incontournable abbaye Saint Philibert construite entre le 11ème et le 12ème siècle. Près de mille ans qu'elle est debout, majestueuse avec ses puissants piliers, ses vitraux modernes sont magnifiques. Les bénédictins n'ont pas chipoté sur la qualité de la construction et la décoration.



Je vais ensuite me promener plus d'une heure dans le centre historique en suivant le parcours proposé par l'office du tourisme. Je termine par les quais sur les bords de Saône qui sont bien aménagés.

Je commence à avoir faim et me mets à la recherche d'un resto. Ce sera une assiette Kofté accompagnée d'une glace dans un kebab.

Vers 20h30 je suis au camping. En plus d'autres cyclos arrivés durant mon absence, une ribambelle de caravanes belges, allemandes, anglaises et bien sûr hollandaises se sont installées autour de nous. J'ai l'impression d'être dans un western avec le cercle des chariots formé pour la nuit. Un peu de lecture, et extinction des feux vers 22h00.





Mercredi 28 août :

Le petit déjeuner est servi au camping à partir de 8h00. J'ai programmé le réveil à 6h30 afin d'avoir le même délai de démontage du campement que la veille. Mes voisins de gauche qui descendent sur Lyon ont une grosse étape devant eux et sont déjà en train de prendre leur petit dej sur leur popote. Je plie duvet, oreiller, matelas, range mes vêtements et remplis mes sacoches. Vient ensuite le démontage de la tente en commençant par les sardines. Les 11 premières viennent sans soucis la douzième résiste. Pour m'aider, j'en accroche une autre et tire comme un beau diable. Ça ripe et je m'arrache un bout de l'index gauche sur le crochet, ça pisse le sang. Dans l'urgence j'emmailote mon doigt dans un mouchoir en papier.

J'ai une petite trousse à pharmacie dans laquelle j'ai des compresses désinfectantes et des pansements. Me voyant dans la peine, ma voisine vient à mon secours avec de la pommade Cicatryl et surtout ses 2 mains valides pour me faire un pansement soigné. Grâce à elle, je peux finir mon démontage. A 8h15 je suis devant un copieux petit déjeuner qui me permettra d'accomplir le début des 82 kms qui m'attendent.

Dès la sortie de Tournus, je suis de nouveau sur la Voie Bleue. Bizarrement, le premier km est en gravier alors que les 10 suivants sont sur un goudron à grain fin impeccable. Je quitte la Voie Bleue à Uchizy(photo ci-dessous). Je passe sur la rive gauche pour éviter l'agglomération mâconnaise que j'aurais été obligé de contourner par les coteaux (Viré, Clessé, Charnay...) ajoutant beaucoup de dénivelé au parcours.

Un peu avant 10h00 je suis à Pont de Vaux, c'est jour de marché et tout le centre-ville est bloqué. Je prends la déviation dans une circulation dense. Comme je connais un peu la ville, je suis vite sur la bonne route sans perdre trop de temps. Si avec cet itinéraire j'évite les côtes des vignobles mâconnais, je vais me faire de magnifiques lignes droites dignes de la forêt landaise. A peine 2 légères courbes sur les 21 kms qui séparent Pont de Vaux de Pont de Veyle. Le vent de sud a forcé, non seulement il me freine mais en plus il me dessèche. Il fait de plus en plus chaud.



A Pont de Veyle, je fais une halte ravitaillement car je sais que sur les derniers 40 kms je ne trouverai aucune épicerie ou boulangerie. Ce sera un pain bagnat au thon et une tartelette poire/chocolat embarqués dans la sacoche avant. Désormais, je suis sur des routes fréquemment empruntées. Une succession de montées et de descentes me font traverser Cruzilles les Mèpillat (plein des bidons), Illiat, Dompierre/Chalaronne. Dans ce dernier, sous l'abri bus, je me restaure de mes délicieuses victuailles achetées plus tôt. Il fait 33° au compteur. Les 25 derniers kms sont éprouvants car il fait de plus en plus chaud et il n'y a plus beaucoup d'ombre sous les arbres.

Par de toutes petites routes désertes, choisies pour ça, je passe à Valeins, Chaneins, Francheleins, Lurcy, Messimy, Fareins et Beauregard. A 14h15 la boucle est bouclée, je rentre dans mon parking souterrain où règne une agréable fraîcheur. Je décharge mon vélo, le remise dans notre cave puis monte rejoindre mon épouse dans notre appartement. J'en profite, une fois de plus, pour la remercier de me permettre de m'adonner à ma passion. En conclusion, le cyclo-camping ça ne s'improvise pas. Difficile de partir à l'aventure sans un minimum de préparation (hébergement, ravitaillement, parcours...) Mes liaisons étaient probablement trop longues (même s'il n'y avait pas trop de dénivelé) pas sûr que j'aurais pu tenir cette cadence sur une semaine voire 15 jours. Il vaut mieux privilégier le lieu d'étape que la distance quitte à faire des sauts de puce. Côté équipement, je vais acheter un petit fauteuil pour le bivouac, mieux équiper ma pharmacie, prendre une corde pour faire sécher le linge, une éponge ou un linge dédié pour essuyer la tente, des colliers de serrage plastique pour réparer n'importe quoi... Cette première expérience est globalement concluante, dès les beaux jours l'année prochaine, je programmerai une rando sur une plus longue distance et durée.

mb MAT & BRILLANT

PEINTURES - PAPIERS PEINTS
PARQUETS - CONSEILS EN DÉCO

04 74 62 30 22
129 Rue de la Farnière, Parc d'Activités
d'Épinay 69400 GLEIZÉ

www.matetbrillant.fr

PASQUIER
MÉTAL SOLUTIONS
FAVRE

QUALIBAT MASE

Tél: 04 74 65 30 88
Z.I Nord Avenue de Joux
196 impasse Grange-Morin 69400 ARNAS
www.pasquierfavre.fr

ANTHÉA CONSEILS
AMÉLIORONS ENSEMBLE

QSE - RSE - SÛRETÉ

AUDIT
CONSEIL
FORMATION

Qualiopi
processus certifié

+ 33 (0) 6 80 31 16 32
fboulteau@anthea-conseils.com

anthea-conseils.com
279 chemin de Joutecrôt - 69400 ARNAS

Cordonnerie artisanale
F. et J. NAVARRO

156 rue ROLAND
69400 VILLEFRANCHE s/S
Tél. : 04 74 68 50 14

TOUTES REPARATIONS
- CHAUSSURES, MAROQUINERIE
- VÊTEMENTS DE CUIR
- FERMETURES "ECLAIR"
VENTE DE PRODUITS
D'ENTRETIEN

MATERIEL-VELO.COM

cervélo PINARELLO TREK Wilier
Lightweight FOCUS MAVIC BMC

ZA Epinay, 671 rue de la Farnière, 69 400 Gleizé
04.74.694.694 - www.materiel-velo.com

Vente de véhicules
neufs & d'occasion

Centre d'essai véhicules neufs Mécanique Carrosserie Pièces de rechange & accessoires

NOMBLOT VILLEFRANCHE
1193 Avenue de l'Europe, 69400 Villefranche s/S
04 74 68 90 90
www.groupe-nomblot.com

A.ROLLAND
cycles

01480 JASSANS

04.74.60.90.05

LAPIERRE DECEALCOGAS XLC HUTCHINSON FARESTATE

FAÇADIER : C'EST UN MÉTIER

Un projet pour votre maison ? Appelez-nous!

Vincent SASU

www.facade-vincent.fr

42, impasse des Arbousiers - ZI Nord - 69400 Arnas - Tél. 04 74 60 36 52 - Fax 04 74 62 04 46
Mail sas.vincent@facade-vincent.com

BOULANG & JOH

122 rue Paul Bert.
69264 Villefranche-sur-Saône
Tél. 04 37 55 05 97

f @

RAGOT SELLIER - BÂCHISTE
EMBARQUEMENT - INSTALLATION

VOILES D'EMBARCATION BÂCHES TECHNIQUES SELLERIE

ATELIERS DE FABRICATION & SHOWROOM VILLEFRANCHE
04 74 68 73 22
234 rue de Chavanne 69400 ARNAS

SHOWROOM LYON
04 74 68 08 95
1 rue Cuvier 69006 LYON

www.ateliers-ragot.com

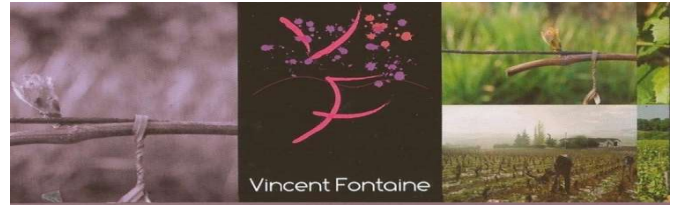
Crédit Mutuel

Belleville

16 Rue de la République - 69220 BELLEVILLE

Tél. : 04 74 06 73 12

Courriel : 07355@creditmutuel.fr



Vincent Fontaine

beaujolais **domaine de la rocaillère**

Dégustation-Vente de Beaujolais

Blanc, Rouge, Rosé

et Crémant de Bourgogne

384 montée de Corbay - 69480 Pommiers

Tél. 06.21.36.43.95

DME

CONSTRUCTION METALLIQUE
SERRURERIE



Denis LAROCHE

Didier CHAMPION

54 route des Prêles
01480 SAVIGNEUX
Tel: 04 74 00 77 07
Fax: 04 74 00 78 83

contact@dme-sa.fr
www.dme-sa.fr



GARAGE GRIFFON

AGENT

Z.I Nord - 70 avenue de Joux
69400 Arnas

Tél : 04 74 68 10 89

garage.griffon@wanadoo.fr - www.garage-griffon.com



GROUPE NOEL

Le partenaire de tous vos projets métalliques
3 impasse Grange Rouge 69400 LIMAS
04 74 62 02 16 www.groupe-noel.fr

POMPES FUNEBRES FAMILIALES FRETISSE



127 rue de Belleville
VILLEFRANCHE

N° Heb. Pref. : 23-49-0016

En cas de décès 24h/24 - 7/7 - nuits et fériés
en composant le 04.74.07.11.99

Conception et construction de Bâtiment d'Entreprise

GROUPE - M



www.groupem.fr / 04.78.57.95.25

ETUDE
ET REALISATION
DE BATIMENTS INDUSTRIELS
ET COMMERCIAUX

V.M.B.C.

S.A.S. au capital de 750 000 E
6, rue des Rubis - Z.A.
38280 VILETTE-D'ANTHON
Tél. 04 78 31 28 55
Télécopie 04 78 37 15 48

R.C. Vienne B 354 077 562
N° Identification Intracommunautaire FR 543 540 77 562
Siret 354 077 562 00024

PISTON

L'AUTO SOLUTION

TOUTE LA PIÈCE
AUTOMOBILE

04 74 62 06 89

www.piston.fr

PISTON VILLEFRANCHE

268 RUE DES FRÈRES BONNET - VILLEFRANCHE