

# Amicale Cyclotouriste de la Banlieue Est



## LE PERREUX SUR MARNE



**Numéro 23**

**PROGRAMME DES SORTIES DU 1<sup>er</sup> JUILLET AU 30 SEPTEMBRE 2005**

### **Editorial**



Chers ACBEistes,

Avant toute chose, je dédie ce bulletin à Laurent Paupardin. Au-delà de la peine que nous ressentons tous, nous continuerons à vivre le plaisir de nos rallyes et randonnées à vélo ! Et son souvenir sera avec nous sur les routes : c'est maintenant le meilleur hommage à lui rendre ! Dans ces pages, vous trouverez les 2 derniers articles qu'il avait préparés. Sa femme Catherine me les a transmis pour qu'ils soient publiés dans ce bulletin.

Les mois écoulés ont été riches. « *Les Boucles de l'Est* » et « *La Perreuxienne* » ont été réussies. Nos organisations sont de très bonne qualité et il est normal, à cette époque, que « *La Perreuxienne* » rassemble moins de monde que « *Les Boucles de l'Est* ». Je ne nommerai pas tous ceux qui ont contribué à ces réussites. Que les autres ne m'en veuillent pas cependant de citer Daniel (Cossec) qui a pris en charge la liste des achats pour « *La Perreuxienne* », Astrid qui était à la salle en mars et juin, Bernard Weiss ... L'apport des « nouveaux » est réconfortant ! Et c'est évidemment grâce au nombre suffisant des organisateurs que d'autres, fidèles aux contrôles depuis de longues années, ont pu rouler sur « *La Perreuxienne* ».

Bravo à ceux qui ont tenu les contrôles avec chaleur et sont rentrés contents. L'atmosphère à la salle était aussi très amicale : il est très important à mes yeux que ces moments de « service » soient aussi de très bons moments entre nous !

Un petit effort de renouvellement sera nécessaire pour le fléchage car nous n'étions que 3 équipes de 2 pour « *La Perreuxienne* ». Il faudrait 4 équipes de 2 et des nouveaux pour relayer les anciens. C'est une activité plutôt agréable et facile en pratiquant comme nous l'avons fait le 11 juin (et qui peut même se faire à vélo en ville).

Les 2 jours ont été aussi une très grande réussite. Merci à André Jouve qui s'est beaucoup investi pour nous permettre ces très bons moments. Merci à Lucien pour son aide, à Patrick pour le parcours, à Eduardo qui l'a accompagné en repérage, ... et à vous tous qui avez apporté votre bonne humeur et votre solidarité face au vent !

Enfin, je salue bien amicalement les ACBEistes de province. Parmi eux, Jean-Pierre Leconte a participé à « *Mennecy-Montargis* », aux « *2 jours* » et à « *L'Ardéchoise* », Philippe Kauffmann a fait un bout de chemin et pris le repas du soir avec nous lors des « *2 jours* » à Troyes, Gilbert Duchesne a fait plusieurs centaines de kilomètres en voiture pour participer au dernier après-midi de la randonnée « *Des Sources à la Mer* », de Tourville au Havre ! Ils nous ont fait un très grand plaisir à ces occasions.

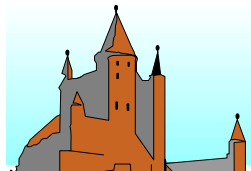
Je souhaite un très bon été à tous, de bonnes vacances reposantes et sportives.

Bonne route !

**Rendez-vous : Salle Yvette Maillard, 43 quai d'Argonne, LE PERREUX**  
**Sortie tous les dimanches matin : voir départ sur programme**  
**Tous les jeudis, départ à 13 heures 30 carrefour N34 et N370, « La Charrette ».**

**SAM 2 JUIL :**

**93. Brevet PARIS-JOIGNY.** Départ de 6h30 à 7h30, Maison des Sports, rue Honoré d'Estienne d'Orves, Pantin. 210 km.



**77. Randonnée des Châteaux.** Départ de 6h30 à 8h00, Château de Fontainebleau. 100, 160 ou 220 km.

**68. Brevet Cyclo Montagnard : Ballons Vosgiens.** Complexe Sportif de l'ACS 68 Peugeot Citroën, Mulhouse. 235 km. Renseignements: 03 89 52 06 15.

**DIM 3 JUIL :**

**77. Randonnée des Vacances.** Départ Salle Jean Effel, rue Jean Jaurès, Champs-sur-Marne, à 6h30 sur place ou 7h00 salle Yvette Maillard, Quai d'Argonne. 45, 75, 110 ou 150 km. Challenge des Parcours Franciliens.  
**ENGAGEMENT PAYÉ PAR LE CLUB**

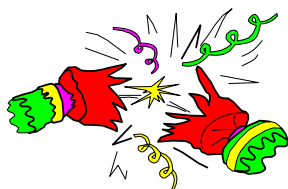
**SAM 9 JUIL :**

**38. Cyclo sportive : la Marmotte.** Bourg-d'Oisans. Renseignements: 08 20 08 63 32, [www.sportcommunication.com](http://www.sportcommunication.com). 174 km, 5 000 m de dénivelé.

**DIM 10 JUIL :**

**Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)  
 Le Perreux, Pont de Bry, Villiers, Malnoue, Croissy-Beaubourg, Torcy, Rentilly, Guermantes, Jossigny, Villeneuve-S<sup>t</sup>Denis, Villeneuve-le-Comte, Tigeaux, Monthérand, Guérard, La Celle, **Faremoutiers**, Hautefeuille, Lumigny, Marles, Les Chapelles-Bourbon, Villé, Favières, Jossigny, Guermantes, Gouvernes, Vaires, Chelles, Le Perreux (env. 105 km).  
 Boucle facultative d'environ 15 km à partir de Faremoutiers par Obélisque, Touquin, Pézarches et Hautefeuille.

**JEU 14 JUIL :**



**Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)  
 Le Perreux, Chelles, Villevaudé (par Pomponnette), Claye-Souilly, S<sup>t</sup>Mesmes, Nantouillet, Juilly, Montgé-en-Goële, S<sup>t</sup>Soupplets, Forfry, Douy, Fosse-Martin, Nogeon, **Acy-en-Multien**, Vincy, Étrepilly, Barcy, Monthyon, Iverny, Villeroy, Charny, Fresnes, Annet, Montjay-la-Tour, Chelles, Le Perreux (env. 110 km).  
 Boucle facultative d'environ 20 km d'Acy-en-Multien à Vincy par Étavigny, Boullarre, Rouvres et Rosoy-en-Multien.

**DIM 17 JUIL :**

**Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)  
 Le Perreux, Pont de Bry, Villiers, Malnoue, Roissy, Ozoir, Chevry-Cossigny, Grisy-Suisnes, Cordon, Soignolles, prendre direction Coubert, à droite passer le pont sur l'Yerres en direction de Solers, à droite dans la côte vers le gué de Barneau, Champdeuil, Crisenoy, Fouju, **Blandy-les-Tours**, Champeaux, Fouju, Guignes, Verneuil-l'Etang, Chaumes, Forest, Liverdy, Tournan, Favières, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux (env. 110 km).  
 Boucle facultative d'environ 35 km de Blandy à Blandy par Sivry, Chartrettes, Massoury, Le Châtelet-en-Brie et Châtillon-la-Borde.

**DIM 24 JUIL :**

**Sortie amicale.** Départ à 7 heures ou 7h30 (allure sport)  
 Le Perreux, à gauche sur N34, Gagny, Clichy-sous-Bois, Coubron, Courtry, Le Pin, Villevaudé, Montjay-la-Tour, Annet, Jablines, Chalifert, Coupvray, Montry, Condé-S<sup>ie</sup>Libiaire, Quincy-Voisins, Magny-S<sup>t</sup>Loup, S<sup>t</sup>Fiacre, Villemareuil, S<sup>t</sup>Jean-les-2-Jumeaux, Changis s/Marne, Jaignes, Tancrou, Mary s/Marne, Isles-les-Meldeuses, Trilport, **Meaux**, Villenoy, Vignely, Trilbardou, Fresnes, Annet, Villevaudé, Chelles, Le Perreux (env. 110 km).

Boucle facultative d'environ 10 km de Mary s/Marne à Mary s/Marne par Lizy s/Ourcq, Marnoue-la-Poterie, Marnoue-les-Moines et Ocquerre.

**DIM 31 JUIL :** **Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)  
Le Perreux, Noisy, Malnoue, Roissy, Ozoir, Gretz, Tournan, Les Chapelles-Bourbon, Fontenay-Trésigny, direction Chaumes, à droite Château du Vivier, Chaumes, Aubepierre, **Mormant**, direction Bréau, Ferme des Epoisses, Bombon, S<sup>t</sup>Méry, Champeaux, Crisenoy, Champdeuil, Soignolles, Cordon, Grisy, Suisnes, Chevry-Cossigny, Ozoir, Roissy, Emerainville, Noisy, Le Perreux (env. 110 km).  
Boucle facultative d'environ 7 km d'Aubepierre à Mormant par Grandvillé, Yvernaillies et Ozouer-le-Repos.

**DIM 31 Juillet à DIM 7 Août: Semaine fédérale à Oloron-S<sup>te</sup>Marie (64).**

**DIM 7 AOUT :** **Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)  
Le Perreux, Chelles, Villevaudé, Claye-Souilly, Nantouillet, Thieux, Villeneuve-sous-Dammartin, Moussy-le-Vieux, Moussy-le-Neuf, Vémars, S<sup>t</sup>Witz, **Plailly**, Mortefontaine, Loisy, Ver s/Launette, Eve, Dammartin-en-Goële, S<sup>t</sup>Mard, Claye-Souilly, Annet, Montjay-la-Tour, Villevaudé, Le Pin, Coubron, Clichy-sous-Bois, Gagny, Le Perreux (env. 105 km).  
Boucle facultative d'environ 25 km de Plailly à Mortefontaine par La Chapelle-en-Serval, Orry-la-Ville, Coye-la-Forêt, Les Etangs de Commelles, Montgrésin, Pontarmé et Thiers s/Thève.

**DIM 14 AOUT :** **Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)  
Le Perreux, Pont de Bry, Villiers, Malnoue, Roissy, Ozoir, Gretz, Presles, Liverdy, Chaumes, Arcy, Courtomer, prendre à gauche Vilbert, traverser N4, Le Mée, à gauche D201, Lumigny, à gauche D143, Crèvecœur, **La Houssaye**, Neufmoutiers, Favières, Jossigny, Guermantes, Torcy, Champs s/Marne, Le Perreux (env. 110 km).  
Boucle facultative d'environ 20 km de Vilbert à Lumigny par Rozay-en-Brie, direction Pécly 2<sup>ème</sup> petite route à gauche, Le Plessis-Feu-Aussoux, Le Tau, Touquin, Ormeaux et Rigny.

**LUN 15 AOUT :** **Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)  
Le Perreux, Chelles, Torcy (Haut), Guermantes, Jossigny, Serris, Dainville, Crécy-la-Chapelle, Serbonne, Monthérand, Guérard (à droite au stop direction Dammartin), à gauche sous le pont pour Genevray, Courtry, Lumigny, Marles-en-Brie, **Tournan**, Gretz, Roissy, Malnoue, Noisy, Le Perreux (env. 105 km).  
Boucle facultative d'environ 15 km à partir de Courtry par Hautefeuille, Les Bordes, Obélisque et Touquin.

**DIM 21 AOUT :** **Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)  
Le Perreux, à gauche sur N34, Gagny, Clichy-sous-Bois, Courtry, Le Pin, Bordeaux, Lagny, Dampmart, Carnetin, Annet, Fresnes, Précly-sur-Marne, Charmentray, Trilbardou, Vignely, Esbly, Montry, Couilly, Quincy-Voisins, Magny-S<sup>t</sup>Loup, Boutigny, S<sup>t</sup>Fiacre, Villemareuil, Pierre-Levée, Giremoutiers, à droite Corbeville, Maisoncelles-en-Brie, à gauche Mongrolle, **Crécly-la-Chapelle**, Serbonne, Tigeaux, Villeneuve-le-Comte, Pontcarré, Ferrières, Collégien, Torcy, Malnoue, Noisy, Le Perreux (env. 110 km).  
Boucle facultative d'environ 10 km de Tigeaux à Villeneuve-le-Comte par Monthérand, Le Grand Lud et Dammartin-sous-Tigeaux.

**SAM 27 AOUT :** **59. Le Ch'ti Bike Tour.** Concept sur 3 jours au choix. Épreuve nocturne le 26, cyclo sportive de 150 km (avec secteurs pavés) le 27 et randonnée dans les Monts des Flandres le 28. Tous les détails sur le site [www.lechtibiketour.org](http://www.lechtibiketour.org).

**DIM 28 AOUT :** **Sortie amicale.** Départ à 7h00 ou 7h30 (allure sport)

Le Perreux, Noisy, Malnoue, Roissy, Pontcarré, Villeneuve-le-Comte, Neufmoutiers, Les Chapelles-Bourbon, La Houssaye, Crèvecoeur, La Ville-du-Bois, Marles-en-Brie, **Fontenay-Trésigny**, direction Chaumes, à droite Château du Vivier, à droite direction Fontenay-Trésigny, Châtres, Villé, Favières, La Sablonnière, Jossigny, Vaires, Chelles, Le Perreux (env. 105 km).

Boucle facultative d'environ 20 km du Château du Vivier à Favières par Chaumes, Ozouer-le-Voulgis, Courquetaine et Tournan.

**VEN 2 SEPT :** **A 20h45, salle Yvette Maillard, réunion Club ouverte à tous.**

**DIM 4 SEPT :** **94. A travers l'Île de France.** Départ de 7h00 à 9h00 du Palais des Sports R. Oubron, Rue Valéry Radot, Créteil ou à 7h30 de la salle Yvette Maillard, Quai d'Argonne. 50, 70, 100 ou 125 km. **ENGAGEMENT PAYÉ PAR LE CLUB**

**Sortie amicale. Départ à 7h30 ou 8h00 (allure sport)**

Le Perreux, Chelles, Villevaudé, Claye-Souilly, Messy, S<sup>t</sup>Mard, Dammartin-en-Goële, Othis, Ermenonville, **Plailly**, S<sup>t</sup>Witz, Vémars, Moussy-le-Neuf, Moussy-le-Vieux, Villeneuve-sous-Dammartin, Thieux, Nantouillet, S<sup>t</sup>Mesmes, Messy, Charny, Fresnes, Annet, Thorigny, Chelles, Le Perreux (env. 100 km).

Boucle facultative d'environ 20 km d'Ermenonville à Plailly par Fontaine-Chaalis, Senlis et Mortefontaine.

**SAM 10 SEPT :** **92. Levallois-Honfleur.** Départ à 5h45 du Palais des Sports Marcel Cerdan, 141, rue Danton, Levallois-Perret. 215 km.

***Carrefour des Associations au Centre Culturel des Bords de Marne, Le Perreux-sur-Marne de 13h30 à 18h00. L'ACBE aura un stand. Nous comptons sur votre présence et quelques volontaires pour tenir le stand.***

**DIM 11 SEPT :** **Sortie amicale.** Départ à 7h30 ou 8h00 (allure sport)

Le Perreux, Chelles, Vaires, Jossigny, Villeneuve-le-Comte, Coutevroult par L'Hermitage, S<sup>t</sup>Germain s/Morin, Couilly Pont-aux-Dames, Quincy-Voisins, Coulommès, Sancy-les-Meaux, Maisoncelles-en-Brie, à droite retour sur D21, Mongrolle, **Crécy-la-Chapelle**, Serbonne, Tigeaux par la forêt, Villeneuve-le-Comte, Jossigny, Chelles, Le Perreux (env. 95 km).

**59. 56<sup>e</sup> Brevet des Monts des Flandres.** Piscine Marx Dormoy, 59-Lille pour 135 km. Renseignements: 03 20 04 44 73.

**SAM 17 SEPT :** **93. Paris-Longny-au-Perche.** Départ à 6h30 du Gymnase US Métro, rue Tétine, la Croix-de-Bermy, 92-Antony. 50, 75 ou 180 km.

**DIM 18 SEPT :** **Sortie amicale.** Départ à 7h30 ou 8h00 (allure sport)

Le Perreux, Chelles, Thorigny, Annet, Fresnes, Charny, Villeroy, Ivigny, Monument Galliéni, Trilbardou, prendre D89 en direction de Lesches, à gauche Montigny, Esbly, **Montry**, Bailly-Romainvillers, Serris, Jossigny, Chelles, Le Perreux (env. 90 km).

**94. Randonnée de L'US Villejuif.** Départ à 6h30 de la Maison Pour Tous, 118 rue Youri Gargarine, 94-Villejuif. 50, 75, 100 ou 120 km.

**21. 20<sup>e</sup> Grands Crus de Bourgogne.** Palais des Sports, 21-Dijon. 90, 125, 150 ou 175 km.

**DIM 25 SEPT :** **77. Randonnée d'Automne.** Départ à 7h00 Salle Jean Effel, rue Jean Jaurès, Champs sur Marne ou à 7h30 de la salle Yvette Maillard, Quai d'Argonne. 55, 85 ou 100 km. **ENGAGEMENT PAYÉ PAR LE CLUB**



**94. Randonnée Thiaisienne.** Départ à 7h00 du Centre Loisirs Lionel Terray, av. René Panhard, 94-Thiais pour 53, 80 ou 110 km

**59. 32<sup>e</sup> Monts et Moulins.** Parc des Sports, Centre Aéré, 59-Roubaix pour 120 km dont une centaine en Belgique. Renseignements: 03 20 81 15 97.

**95. Cyclo sportive : la Stephen Roche.** Cergy Pontoise. Renseignements: 01 30 38 55 31, [www.lastephenroche.com](http://www.lastephenroche.com). 165 km.

**POUR LES RALLYES NÉCESSITANT UN DÉPLACEMENT, NOUS AVONS FIXÉ UNE HEURE DE RENDEZ-VOUS SUR PLACE (DÉPART UNE DEMI-HEURE APRÈS). CELA NE DOIT PAS VOUS EMPÊCHER DE VOUS TÉLÉPHONER POUR ORGANISER CE TYPE DE DÉPLACEMENT; ESSAYEZ TOUTEFOIS DE RESPECTER LE CRÉNEAU HORAIRE POUR PERMETTRE AUX RETARDATAIRES, ÉTOURDIS OU AUTRES DE SE JOINDRE À VOUS POUR EFFECTUER LA RANDONNÉE.  
EN GRAS ET SOULIGNE LE LIEU DE RENDEZ-VOUS POUR LE CAFE A MI-PARCOURS**

**« Il n'y a pas d'ami, il n'y a que des moments d'amitiés », Jules RENARD**

***Ce bulletin est un peu particulier, sa conception m'a été difficile car l'un de nous ne pourra malheureusement pas le lire. Catherine, la compagne de Laurent, a transmis à Michel deux textes que ce dernier avait écrits suite à un BRM 200 et à la Flèche Vélocio en direction d'Istres. Laurent, tu seras encore parmi nous, heureux de nous raconter tes sorties, toi qui t'étais converti à la longue distance. (Joël)***

### **BRM 200 de LONGJUMEAU - Dimanche 20/03/05**

L'an passé, 2 ACBEistes s'étaient inscrits au départ du 200kms de Longjumeau qui avait fait peu d'émules à cause d'une météo exécrable. Cette année, en guise d'apéritif à une flèche Vélocio Mâcon-Istres, nous sommes accueillis à 6h15 chez Michel Grousset où une large banderole FFCT signalait le point de rencontre de 6 cyclotouristes : Marie-Paule, Guy Jamet, Lucien, Jean-Pierre (Lehuédé), Michel et moi-même.

A Longjumeau où nous arrivons avec un léger retard, nous retrouvons Agnès et Joël avec Michel Hougron, déjà inscrits. Agnès, très ponctuelle, partira à 6h précises, accompagnée de Joël et Michel, pendant que nous assurons nos inscriptions.

9 cyclotouristes de L'ACBE au départ, c'est un Longjumeau « champagne » et, cerise sur le gâteau, la météo sera radieuse même si la fraîcheur matinale nous incitera à rester en vêtements longs sauf Guy qui choisira le cuissard d'été.

A l'instar de tous les BRM, seule la sortie de la ville est fléchée et nous éviterons, grâce à la mémoire visuelle de Michel, de nous engager sur un mauvais itinéraire.

Nous prenons le temps de bien enrouler pour assurer un échauffement utile car les prés sont blancs par endroits et la température ne monte que très progressivement.

La bonne humeur générale s'installe dans notre groupe et nous alternons entre bavardages et prises de relais.

Durant la 1<sup>ère</sup> étape de ce BRM, nous pensons rejoindre Agnès, Joël et Michel à l'occasion du contrôle de Béville-le-Comte.

Notre souhait de récupérer nos 3 ACBEistes sera satisfait et, après une bonne collation, nous partirons tous ensemble. Nous voici donc au complet et nous prenons bien du plaisir à parcourir un circuit où les paysages sont radieux grâce à une météo estivale.



Mais il faut toujours se méfier lorsque la mariée est trop belle. En effet, nous aurons une 1<sup>ère</sup> alerte lorsqu'un cyclotouriste nous demandera de nous arrêter car il venait de chuter dans un virage. Après avoir pris de ses nouvelles, nous reprenons notre périple et, lors d'une traversée de village, notre président et moi-même allons assurer un casting digne de feu Rémi Julienne. Nous circulons dans le centre d'un village, la route descend légèrement et la chaussée semble mouillée voire glissante. Brusquement et sans pouvoir ébaucher la moindre parade, Michel chute et entraîne dans son sillage Laurent qui se retrouve au sol sans avoir pu réagir.

Fort heureusement, nous étions casqués et vêtus en long ce qui nous a évité des blessures plus sérieuses.

Je réajuste ma selle, ma sacoche de selle puis remonte sur mon vélo à l'instar de Michel et nous repartons. Un groupe composé de 9 cyclotouristes avec des routards de la trempe de Joël et Agnès, c'est vraiment un immense plaisir de rouler à leurs côtés. Guy qui découvre sa première longue distance grimace un peu dans le silence car c'est la discrétion qui le caractérise.

Nous assurons de nombreux relais, savourons des moments de bonheur et de plaisir, partageons quelques impressions et commençons à avoir l'estomac dans les talons.

Anet sera le village étape où nous déjeunerons confortablement installés sur une terrasse de café exposée au soleil. Avant de déjeuner, nous faisons émarger nos feuilles de route sauf Michel Hougron qui ne s'apercevra de son oubli que bien plus tard.

Marie-Paule, toujours sous la pression de la montre, nous retire presque le repas de la bouche lorsqu'elle nous entend commander une omelette frites. Les sandwiches déjà préparés feront de nombreux émules et, finalement, notre petit groupe repartira bien rassasié. Avant de quitter



Anet, quelques connaisseurs des lieux essaieront de revoir une célébrité locale qui avait quitté le café où elle travaillait pour une boulangerie. Ils se reconnaîtront ...

Nous quittons Anet et, toujours sous un soleil radieux et un peu de vent, le peloton ACBEiste, emmené par notre duo féminin, repart vers de nouvelles aventures. Les routes du retour sont plus boisées qu'à l'aller mais aussi plus pentues. Les dénivelés ne sont pas ceux des cols mais font monter malgré tout le cardio et obligent à se mettre en danseuse.

Jusqu'à notre prochain point de contrôle, le dernier avant l'arrivée, nous découvrirons ou retrouverons, pour les habitués, de charmants petits villages, des passages en forêt à faire verdier des écologistes et des paysages magnifiques patrimoines de notre douce France.

Le patron du bistrot, peu hospitalier, chez qui nous ferons valider notre feuille de route, pour le dernier contrôle, ne sera pas apprécié par les consommateurs de boissons de l'ACBE et, après un léger en-cas, nous quitterons cet estaminet sans regret.

Pour finir ce BRM de 200 kms, nous alternerons en tête de peloton avec Joël et Michel qui nous ferons emprunter le meilleur itinéraire et éviter ainsi de parcourir des km supplémentaires pour rejoindre Longjumeau.

Nous arrivons à la salle où nous pointerons à 18h30 soit 11 heures depuis notre départ. Boissons et sandwiches seront appréciés et Michel notre président offrira à Guy Jamet sa 1<sup>ère</sup> médaille de BRM200 pour le féliciter au nom de toute l'équipe et du club de sa brillante et courageuse prestation.

Laurent PAUPARDIN

**« Le rôle d'un ami, c'est de se trouver à votre côté quand vous êtes dans l'erreur puisque tout le monde sera à côté de vous quand vous aurez raison. »  
Mark TWAIN**



## LA TIME MEGÈVE-MONT BLANC

Comment passer pour un déséquilibré, un original, aux yeux de ses Semblables ? Très simple : partir l'après-midi pour Megève, à 650 kilomètres de Paris, dîner rapidement sitôt arrivé avant de se jeter entre les draps, et se lever dès 5 h 30 après une courte nuit.

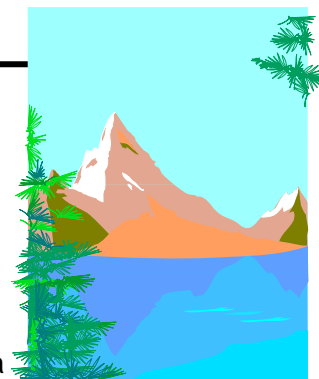
Grimper ensuite quatre ou cinq cols en 120 ou 145 kilomètres puis reprendre presque immédiatement l'autoroute. Et dire ensuite que cela vous a plu, que vous êtes à peine fatigué.

Mais il y avait peut-être plus fous que Christophe et moi, puisque sur la liste des 2000 engagés figuraient nombre d'étrangers, ainsi que des concurrents venus de départements éloignés. Jean-Yves, lui, sur place dès le mercredi, avait tenu à être malade, sans doute pour ne pas passer pour un fantaisiste.

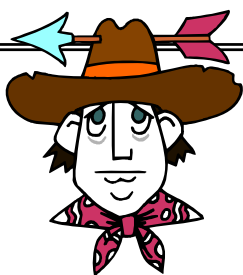
Départ donné sous le soleil, avec en première ligne Johan Museeuw et quatre jeunes pros de Bouygues Télécom. Premiers kilomètres en légère descente à allure modérée, qui tranche avec les habituels sprints échevelés de nos cyclos parisiennes, chacun prenant le temps de s'échauffer, voire de parler. Mais les premières difficultés arrivent vite avec pour hors-d'œuvre le col des Aravis (1486 mètres). Grimpée régulière sans réel problème, puis plongée d'une vingtaine de bornes vers Thônes et le pied de la Croix-Fry (1467 mètres), où là, les choses se compliquent quelque peu avec 3 kilomètres à 10% et plus. Descente courte mais rapide (près de 70 km/h), et remontée de nouveau vers le sommet des Aravis. Il faudra quelques qualités de descendeur pour se faufiler entre les voitures et rejoindre le bas du col des Saisies (1650 mètres). Pour ceux qui la méconnaissent, cette escalade relèvera du cauchemar par instants (13%). Les super-courageux, dont Christophe, se feront un dernier plaisir : remonter les 15 kilomètres du col par l'autre versant, peut-être le plus difficile. Le retour vers Megève sera ponctué de légères difficultés vite surmontées avec une dose supplémentaire d'adrénaline.

Si nos parcours habituels ne nous prédisposent guère à ce genre d'effort, nos résultats respectifs seront quand même honorables. Jean-Yves gravira au courage seulement trois des cinq ascensions envisagées. Son classement ne signifiant rien. Christophe apprendra que pour faire un temps – et une bonne place – conforme à ses qualités, il ne faut pas honorer tous les généreux buffets proposés au sommet des cinq cols, et devra méditer la morale de la fable de La Fontaine Le Lièvre et la Tortue. André, en répétition de L'Etape du Tour du mois prochain, se satisfera d'un bon classement dans sa catégorie après quatre ascensions.

André LAVOCAT



**« Le véritable ami est celui à qui l'on n'a rien à dire. Il contente à la fois notre sauvagerie et notre besoin de sociabilité », Tristan BERNARD**



### Rodéo à Blandy les Tours

En ce samedi 19 mars, l'épais brouillard qu'il nous fallut trancher au canif jusqu'à 13 heures du quai d'Argonne au Châtelet-en-Brie en passant par Melun, Barbizon et Fontainebleau, s'était enfin déchiré en vue de la place forte de Blandy-les-Tours. Au stop de la route de S<sup>t</sup>Méry, nous nous contentons de marquer un simple temps d'arrêt, sans mettre pied à terre certes, mais en nous montrant suffisamment prudents pour nous assurer qu'aucun véhicule n'allait surgir! Quel crime de lèse-majesté n'avons-nous pas commis là! Sa seigneurie Monsieur le Maire ou prétendu tel veillait au grain. Tant est si bien qu'au moment où nous amorcions la des-

cente à gauche vers Champeaux, voilà l'individu motorisé lancé à nos trousses qui s'avise de nous passer pour nous barrer la route avec sa Renault déjà cabossée et en descend apparemment prompt à croiser le fer mais, apéros aidant, sans avoir songé à en tirer le frein à main. Mué en tombereau, le véhicule s'en va alors seul labourer le champ de betteraves en contrebas, poursuivi par le hobereau éméché qui parvient néanmoins à le stopper dans sa monstrueuse cavale. Reparti à travers champ, voilà alors ce dernier qui déboule de nouveau sur la route, nous double mors aux dents au bas de la descente et nous refait le coup du bandit de grand chemin, chapeau de cow-boy vissé sur le crâne et écume aux lèvres, façon Il était une fois dans l'Ouest. S'ensuivirent quelques échanges houleux ponctués de noms d'oiseaux mais sans Winchester ni rapière, à travers lesquels l'énergumène nous lança à la face tout son désarroi d'avoir eu à récemment déplorer dans sa commune le décès d'un cycliste imprudent fauché par un chauffard, désarroi qui ne justifie pourtant en rien qu'on l'absolve ou le dédouane de ses furieux écarts de comportement et de langage. Une bonne prise de sang et notre édile congestionné aurait pu en d'autres temps goûter du cul de basse-fosse en sa châtelainie. Les choses en restèrent fort heureusement là et la diplomatie déployée par Alain, bien qu'incommodé par une suggestive haleine aux relents anisés, n'y a pas été étrangère. La bêtise humaine atteint des profondeurs abyssales et ses

conséquences sont potentiellement redoutables. Moralité, tâchons donc de rester 禪\* en toutes circonstances et soyons vigilants dans le triangle Fouju-Blandy-Champeaux ! Alain A., André L., Claude M., Denis, Doudou, Fatima, Gérard D., Gérard P., Jean-Yves, Joël, Luis et moi-même, accompagnés le matin par Christophe jusqu'à Melun, tels furent malgré eux les acteurs de cette farce tragi-comique de mauvais goût qui aurait pu mal tourner. Il n'empêche, cette mise en jambes de 180 km fut comme toujours appréciée de tous, en dépit d'une froidure matinale bien mal atténuée par nos tenues décidément trop tendance printemps en ce dernier jour de l'hiver!

\* Zen

Patrick PIVOTEAU

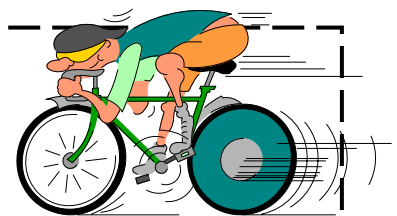
**« Un ami est celui pour qui nous ferions ce que nous ne ferions pour rien au monde », Robert SABATIER**

## Comment j'ai (enfin) remporté la pancarte

Cette fois, j'avais rangé tous les atouts de mon côté, ne voulant rien laisser au hasard. Mercredi, énième repérage des lieux stratégiques. Chaque soir, visionnage attentif des cassettes des sprints du Tour. Et séances poussées de home-trainer le matin. La date de mon éventuelle victoire n'était pas choisie au hasard, et serait de celles qui marquent : le jour du rallye de l'ACBE. On allait donc en parler d'abondance dès notre retour au siège, et probablement longtemps encore chez José ou lors de l'arrêt dominical de Tournan.

Le jour venu, le soleil était au rendez-vous, tout se présentait bien. Planqué dans les roues tout le parcours, pas un relais, rien! Et que je m'alimente! Et que je prends les bonnes roues! Et que je m'abrite du vent! Et pas d'efforts excessifs dans les bosses – pas à la traîne non plus pour ne pas éveiller les soupçons; et surtout pas devant pour ne pas me trahir.

Anonyme parmi les anonymes. J'arrive ainsi au dernier ravito de Jossigny en parfait état. Là je me concentre dans mon coin, m'alimentant légèrement, ignorant les copains regroupés curieusement autour d'Eduardo, les Claude(s), les Gérard(s), Patrick, Michel, Dédé (l'autre), Luis, Jean-Yves, Alain, Denis, Virgil. Les voyant captivés par la discussion, je flaire le bon coup. Je démarre donc en facteur, fais quelques dizaines de mètres au ralenti avant d'être dépassé par un petit groupe. Auquel bien sûr je m'accroche, mine de rien. Derrière, ils sont loin. La descente jusqu'à la Jonchère est assez rapide, mais au rond-point je découvre, dépité, que ces salauds ont « mis en route ». Et mon avance fond rapidement. Sûr, je vais





encore échouer! Je me résigne à cette perspective désolante sans toutefois réduire ma vitesse, m'attendant à être avalé comme d'habitude loin de la pancarte. 100 mètres, 200 mètres : tiens, pas de bolides sur ma gauche! A 300 mètres du but, une inscription sur la route... à ma gloire : j'ai donc des supporters inconnus, de vrais connaisseurs de la chose cycliste ceux-là! Des qui savent reconnaître le champion!

En doublant un coureur anonyme, je me retourne sans en avoir l'air. Les copains ne sont pas aussi près que je le croyais. Peut-être la fatigue d'un premier 100 kilomètres? Ou peut-être ne m'ont-ils pas encore aperçu (quoique avec le maillot des croque-morts...)? Curieux, pour une fois, ils sont presque regroupés, bien en ligne. La tactique aurait-elle changé? Et ils sont tous là : les sprinters, les rouleurs, les grimpeurs... et les autres. Le virage est passé. Encore 200 mètres à tenir. Pas les plus faciles! Ouais mais j'ai repéré les trucs des sprinters à la télé, et je mets gros (52x12) pour finir sur le plat. Plus que 150 mètres. Derrière, j'imagine que ça sprinte à tout va, que je vais être débordé, enrhumé. Aux 100 mètres, toujours personne, mais je suis à bloc. S'ils me passent je n'ai plus de réserve pour contrer. 50, 30, 10 mètres, et c'est gagné. La première! La plus belle, et sans rien devoir à personne, moi!

Un bref regard en arrière: les gars sont étonnamment loin et semblent au ralenti. Pourtant je n'ai pas l'impression d'avoir roulé aussi vite pour leur reprendre autant de terrain. Je dois être bien plus fort que je l'imagine. Ca sprinte maintenant. Pour du beurre.

Je déroule à présent, attendant les félicitations. Qui arrivent aussitôt. Ils sont contents pour moi, je le vois à leurs sourires – ça c'est vraiment des copains! Un peu plus loin, un jaloux me laissera entendre qu'ils m'ont laissé volontairement gagner. Mon œil!

André LAVOCAT



**« Il est sage de verser, sur le rouage de l'amitié, l'huile de la politesse délicate », COLETTE**

### **Et de cinq!\***

Mâcon-Istres, de ma belle Saône-et-Loire aux Bouches-du-Rhône. Une aimable plaisanterie contractuelle de quelque 380 km à honorer dans les 24 heures sous le boisseau d'un très strict et touffu règlement qui impose aux concurrents de pointer au bout de 23 heures de route à une vingtaine de kilomètres du lieu d'arrivée! Bref, une épreuve pour intellos.

Seconde des deux équipes engagées par l'ACBE, nous partons Eduardo, Jean-Yves, Joël, Luis et moi-même à 8h30 de Mâcon centre, une heure après nos cinq prédécesseurs, par un ciel plutôt clément. À noter que la seule chute survenue sur cette flèche devait impliquer Jean-Yves qui, pyjama en torche, décrocha très tôt d'un des deux lits jumeaux qu'il partageait chez ma mère avec Eduardo. Sans conséquence, du moins physique, pour l'intéressé. Après avoir pointé sur les quais de Saône, nous tirons à l'Empire comme le disaient les vieux bateliers mâconnais et vogue la galère cap plein sud à travers l'Ain par-delà les arches médiévales du pont de S<sup>t</sup>Laurent. À hauteur de Thoissey, nous sommes rattrapés par quatre cyclosporifs affûtés partis pour un périple accidenté de 150 km en Beaujolais, avec lesquels nous discuterons le bout de gras sur une bonne vingtaine de bornes. Une photo commémorative est prise à la laverie automatique de Neuville-s-Saône, puis l'ancienne capitale des Gaules est traversée sous l'œil narquois de Notre-Dame de Fourvière, exposée tout comme nous à un vent de face qui commençait à devenir gênant. À voir le Rhône moutonnant à rebrousse-poil, nous comprenons vite que l'après-midi nous sera servi sur petit plateau dans un couloir rhodanien où nous sommes pris en tenaille sans pouvoir tirer de bords. Luxe suprême, nous déjeunons sur le parking de l'Intermarché de Givors de ces carottes râpées qu'apprécie tant Gérard P., puis embrayons ployés sur nos machines pour nous soustraire tant bien que mal à l'emprise d'un vent qui forçait. Parvenus à Serrières aux portes de l'Ardèche, nous faisons halte à l'hôpital que nous avons investi

d'urgence il y a un an alors que nos tristes cervelles ankylosées de froid imploraient le Ciel. Toujours inspiré, Eduardo tel Tonton au Panthéon préfère offrir une fleur plutôt qu'un cierge à sa belle médecin-chef, en remerciements de soins passés. La pose d'une plaque est prévue l'année prochaine. C'est à S<sup>t</sup>-Péray à hauteur de Valence que nous déplorerons la seule crevasse du parcours dont aura été victime notre dévot, que les épines ne rebutent pas, nous l'avons vu. Plus bas au kilomètre 205, voici La Voulte où nous apercevons coincés entre une grande surface et le stade de rugby retentissant de clameurs nos cinq acolytes de la première équipe, plus préoccupés de ravitaillement que d'ovalie. Il est environ 18h00 et nous aurions aimé dîner ensemble. Malheureusement, il est trop tôt et rien de décent consistant n'est proposé à nos palais. Nous nous préparons donc pour affronter la pénombre tandis que le quintet présidentiel s'enfonce plus au sud, en essuyant les premières gouttes. Tout à leur destinée avignonnaise, nous ne les reverrons plus avant la base d'Istres. Au Pouzin, où notre pitbull de l'année dernière bavait encore d'écume derrière un comptoir curieusement désert, nous nous arrêtons au Bar de l'Ouvèze pour faire le plein. Nous y recevons bon accueil et y prenons nos aises. La pitance fut vite avalée, mais avec un saumon légèrement daubé qui me restera sur l'estomac jusqu'à ce qu'un hoquet salvateur m'en délivre partiellement en roulant. La pluie redouble, pas très forte, mais insidieuse, sournoise, bref plutôt normande en ces terres de langue d'oc. Tous bien calés dans la roue d'Eduardo, nous ponctuons notre descente aux enfers provençaux par plusieurs arrêts sous des abribus et, sur mon chemin de croix pavé d'aigreurs d'estomac, par d'impérieuses stations dont je m'explique mal la fréquence sinon par une conjonction stellaire faite de bière, de thé et d'humidité ambiante. Cahin-caha, les pancartes défilent et le vent mollit contrairement à Luis le quel, rattrapé par ses vieux démons et soucieux d'arriver à l'heure pétante, méthanise bruyamment le silence feutré de la nuit en attendant l'ouverture de la chasse.

Vers minuit, nous gagnons Bagnols-sur-Cèze que nous croyions bien connaître mais dont nous ignorions encore tout du "Louvre", où les momies n'ont rien à voir avec celles du musée parisien et dont Chantal la patronne à l'accent chantant nous réserve un accueil mémorable. «Crottez vous l'estes, oncques plus ne le soyez», telle est la devise ancestrale de la maison. Aussitôt dit, aussitôt fait. Au beau milieu de la salle, sous l'œil amusé d'une clientèle bienveillante, nous voilà torsés nus, dépouillés de nos fripes détrempées, que la maternelle et frétilante gardoise s'empresse de passer au sèche-linge de son premier étage, où nous aurions d'ailleurs pu nous reposer tant que nous l'aurions voulu, parole d'évangile! Les conversations vont bon train et nous passons un moment d'anthologie jusqu'à revêtir nos oripeaux enfin secs et quitter à regret après moult embrassades notre adorable hôtesse, motarde à ses heures et aguerrie par de longues chevauchées froides et humides, ceci expliquant peut-être cela. Quand je disais que l'épreuve du dénommé Vélocio nous réserve toujours bien des surprises! Après quelques bosses à la pente gommée par l'obscurité, nous atteignons Remoulins, puis c'est la belle Tarascon endormie sous les créneaux de son imposant château fort fraîchement ravalé qui s'abandonne à nos roues. Premier café à Maussanes notre dernier lieu de pointage en contrebas des Alpilles que nous ne franchirons pas contrairement à nos cinq autres tartarins, où nous traînons sous un vieux lavoir béni aux fientes de pigeons pour respecter la fameuse règle des 20 derniers kilomètres. Istres enfin qui se profile dans la brume montant d'un sol arrosé toute la nuit après un bon trimestre de sécheresse, où nous patientons jusqu'à 8h30 avant de nous rendre sur le lieu de la concentration pascale et retrouver nos cinq néo-promus fléchards dans le brouhaha ambiant.

Ce faisant, nous n'avons pas pour autant abandonné l'idée saugrenue d'aller prendre le TER de 15h10 à Marseille. Aussi repartons-nous dans la roue d'un drôle de Martégal presque aussi muet qu'une tanche de l'Étang de Berre qui nous induit (sciemment?) en erreur sur la nature des difficultés qui nous attendent. Nous voilà donc embarqués contre toute logique en direction de Carro, avec à la clé et excusez du peu franchissement d'un col bourreau des corps, descente plein phare en cul-de-sac pour deux d'entre nous, pénalité avé l'assent jusqu'à Carry-le-Rouet par la route côtière enfin, au cœur du massif de l'Estaque, quelques bonnes rampes que nous gravirons sous le soleil exactement, sacs à dos en berne et

sacoques plombées pour Luis. Après 70 km d'un éprouvant toboggan, nous débarquons à la gare S<sup>t</sup>Charles sans avoir pu flâner sur le Vieux Port ni, pour Joël et son virtuel mandat du Cop de Boulogne, aller narguer les ultras de l'OM dans leur fief de la Canebière, faute de temps. À la gare champêtre de Miramas, nous récupérons la première équipe dont les rangs glorifient en Jean-Pierre le frais mais moulu lauréat *buraliste* d'un beau 5 000. Non-fumeur malgré tout, le wagon-bar que nous occupions rappelait davantage par nos relents le récent Salon de l'Agriculture que l'ambiance cosy d'une première classe de TGV. Quelques heures plus tard, la gare de Mâcon n'avait en guise d'épilogue déroulé aucun tapis rouge ni convoqué la moindre majorette. Après pour certains un bien modeste vin d'honneur au S<sup>t</sup>Véran à l'appartement, nous nous séparons, les uns rentrant sur Paris dans la soirée, les autres, Eduardo, Luis et moi-même préférant craquer à la Maison des Vins pour un petit salé rehaussé d'un Viré-Clessé bien sec avant de repartir le lendemain matin assez tôt pour éviter les bouchons de l'A6.

Deux Flèches Vélocio validées la même saison pour l'ACBE, c'est une première au palmarès d'un club qui se remet à frémir à l'aube de nouvelles couleurs. Peut-être en appellera-t-elle d'autres? À bon entendeur..., d'autant que Luis qui, du côté de Marseille, jurait honteusement mais un peu tard qu'on ne l'y reprendrait plus, parlait déjà le lendemain sur les hauteurs d'Auxerre d'un record du club qu'il va décidément bien falloir s'employer à battre un jour ou l'autre! Il ne lui est pas interdit de rêver car, mais je m'égare Joël m'en est témoin, il s'en est déjà donné le Look!

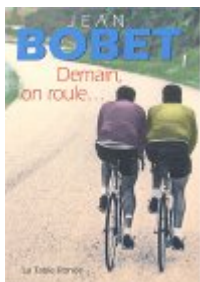
Patrick PIVOTEAU

- \*1997 Eduardo, Joël, Patrick, au départ de Cluny (71)
- 2000 Claude, Eduardo, Joël, Patrick, au départ de Cluny (71) (non homologuée)
- 2001 Bryan, Eduardo, Joël, Patrick, au départ de Dijon (21)
- 2004 Eduardo, Joël, Michel, Patrick, au départ de Dijon (21)
- 2005 Eduardo, Jean-Yves, Joël, Luis, Patrick, au départ de Mâcon (71)  
+ Jean-Pierre, Laurent, Lucien, Marie-Paule, Michel



**« Désirer l'amitié est une grande faute. L'amitié doit être une joie gratuite comme celles que donne l'art, ou la vie », Simone WEIL**

## La volupté



« On me demande, le vélo, c'est vraiment du plaisir ? La question me surprend tant la réponse est évidente. A vélo, on prend plaisir, il arrive même qu'on fasse plaisir mais c'est somme toute assez banal. Au-delà du plaisir, c'est la divine surprise, il y a la volupté. La volupté à vélo, c'est autre chose. Cela existe, je l'ai rencontrée. ? Ce qui en fait le charme, c'est l'inattendu, ce qui en fait le prix, c'est la rareté. C'est plus qu'une sensation, c'est un sentiment parce que l'émotion y tient sa place autant que l'action. Au risque de surprendre, je tiens que la volupté à vélo est absente du champ de la compétition. En course, la menace de l'échec ou

l'excitation du succès génère au mieux l'euphorie, laquelle apparaît vulgaire, comparée à la volupté.

La volupté à vélo, c'est délicat, c'est intime et c'est éphémère. Ça vous arrive, ça vous prend, ça vous entraîne et ça vous quitte. C'est à vous tout seul. C'est une combinaison de vitesse et de facilité, de force et de grâce. C'est un pur bonheur.

Ce jour là – un jour clair et frais de février – je roule seul sur la Côte d'Azur. A la sortie du Lavandou, vers le massif des Maures, la route est montante. La pente est juste comme il faut pour ne pas trop réduire la vitesse, juste comme il faut pour ne pas trop réduire la vitesse, juste comme il faut pour me caler en prise directe, pour tirer sur la chaîne le juste développement qui s'est imposé automatiquement. Mes mains posées sur le guidon commandent la manœuvre. Je vois ma roue avant qui aborde la route, l'asphalte noir, gravillons blancs. Je sens ma force à partir de mes reins, transmise à mes cuisses et jusqu'à mes pédales. Je fais corps avec le vélo ou bien le vélo et moi ne faisons qu'un. *J'enroule* comme je respire, comme je transpire, tout en douceur. Je progresse, j'avance et je suis en progrès par rapport aux autres fois. C'est tellement vrai que le sommet du col de Gratteloup me surprend tout à coup. La descente est si légère qu'elle est pédalée. La pente est juste comme il faut pour me maintenir en prise directe sur le grand plateau. Alors je déroule comme je vire, tout en souplesse. Les châtaigniers défilent à mes côtés, la vitesse me siffle aux oreilles. Destination le Babaou et puis Collobrières, des lieux qui font rêver. J'ai tout : l'image, le son et l'imagination.... Et puis, j'ai soif et stupidement, je freine pour boire... C'est fini, le charme est rompu... Mais trente minutes de volupté, ça n'est pas rien. La preuve lorsque, à mon retour, Louison m'interroge, je réponds tout naturellement : aujourd'hui, *je volais*.

Un autre fois, c'est avec Louison, avant le Tour de Lombardie. Nous sommes tous les deux *en forme*, c'est-à-dire fragiles et réceptifs. La pluie nous mine qui contrarie notre entraînement depuis deux jours lorsqu'en fin d'après-midi du vendredi, le temps s'éclaircit enfin. Nous décidons d'aller rouler. Nous résidons au-dessus du lac de Côme et dans l'humidité ambiante nous glissons prudemment vers le lac que nous longeons un moment. Et nous remontons par une petite route qui mène à notre hôtel, à Brunate, un hameau plus qu'un village. Peu à peu la nuit nous enveloppe et dans une douce moiteur, celle de l'air après la pluie, celle de nos corps avec la transpiration, nous nous accordons, nous nous installons en roulant plutôt vite. Épaule contre épaule, à cadence uniforme parce que, automatiquement, nos développements sont les mêmes, nous gravissons la pente à une allure qu'amplifie l'obscurité. Plus d'images, plus de sons, hormis quelques lumières de maisons isolées, quelques aboiements de chiens surpris par notre attelage. Unis côte à côte,

nous progressons indissociablement au rythme du mouvement perpétuel que nous avons enclenché. C'est magique... Mais les phares d'une voiture en furie nous réveillent tout à coup. C'est fini. La magie s'est envolée, mais elle me revient encore, cinquante ans après. Je me rappelle, on ne touchait pas terre, on *volait*.

J'y pense. Il y a vol dans volupté. »

Extrait de « Demain on roule... » de Jean BOBET

**« Amitié est un mot qui se dévalue dès qu'on le met au pluriel », Robert SABATIER**

## HUMOUR (?)

***André, avec son esprit observateur, ô combien perspicace, nous a concocté une petite revue des travers des cyclistes, en toute amitié. Perspicace, notre ami André ? Pas tant que ça, car je ne me suis reconnu dans aucune des définitions ! Si, je vous assure, comme vous tous, je pense ! N'oublions pas que le vélo est avant tout un sport d'équipe qui doit se pratiquer en respectant ses équipiers...et les autres usagers de la route....pour notre sécurité ! (Joël)***

Faire du vélo en groupe pour se maintenir en forme, rencontrer des copains, préparer des compétitions : choses très banales en somme. On peut également poursuivre des objectifs beaucoup plus originaux mais peut-être aussi un peu moins nobles. Mode d'emploi (liste non exhaustive).

- **Vous voulez épater la galerie à peu de frais?** Se placer obstinément dans les derniers du groupe et refuser systématiquement les relais. Dès la première bosse, jaillir de derrière, doubler les premiers sans un regard et donner son maximum pour remporter le prix du meilleur grimpeur... que personne ne dispute. Puis se replacer délicatement dans les roues en attendant la prochaine ascension (peut aussi se pratiquer pour la pancarte). Les quelques murmures qui s'élèveront alors du groupe salueront vos talents d'escaladeur.
- **Vous voulez éprouver le courage du coureur de tête?** Le laisser durant un minimum de 2 kilomètres mener le groupe sans le relayer, puis dès qu'il marque quelques signes de lassitude le déborder en roulant 3 à 4 km/h plus vite (et plus si l'on est dans un grand jour). Il lui faudra alors puiser dans ses dernières forces pour recoller à la dernière roue, et sûr qu'il se portera volontaire pour renouveler l'expérience.
- **Vous voulez dérégler les « tournantes »?** Attendre que les relais passent régulièrement, puis tout à coup tirer un bout droit à pleine vitesse, ou accélérer lorsque votre tour arrive, ou encore s'intercaler brutalement au milieu de l'autre file. La file descendante comme la montante apprécient toujours.
- **Vous voulez punir les retardataires après un petit arrêt (feux, pipi...)?** Surtout ne pas regarder si tout le monde est prêt à repartir, et accélérer fortement sans se retourner. Ceux qui misent sur ce petit moment de repos pour récupérer devront réviser leur jugement.
- **Vous voulez perturber le regroupement après une ascension éprouvante?** Surveiller le retour des copains un peu limités ce jour-là dans les roues, et tout de suite, afin de parfaire leur récupération, « en placer une ». C'est ainsi que l'on fait avancer harmonieusement le petit peloton.

- **Vous voulez user l'adversaire sans trop vous employer?** Essayer de passer limite à un feu ou à un stop – les autres étant contraints de mettre pied à terre –, et poursuivre un petit moment sans vous retourner à bonne allure. En principe, la plupart sprinteront une fois la voie libre pour vous rejoindre. Répétée plusieurs fois, la stratégie se révélera gagnante pour jouer la pancarte.
- **Vous voulez provoquer un accident?** Rouler en tête du groupe et passer à l'orange, ou mieux au rouge (c'est aussi valable pour un stop). C'est pure malchance si, au bout de quelques tentatives, aucun automobiliste prioritaire ne vient percuter les derniers de la file à pleine vitesse.
- **Vous voulez causer une chute collective?** On conseillera ici quelques standards qui ont fait leurs preuves dans d'autres pelotons, comme changer de direction ou de file brutalement, se retourner sans poser la main sur l'épaule du voisin, ne pas prévenir des dangers de la circulation ni de ceux de la chaussée, serrer les roues, forcer le passage, lâcher le guidon inconsidérément, téléphoner (si si)... On le voit, classiques ou modernes, les recettes d'un gadin collectif sont nombreuses. Et puis, avec le portable, les secours arrivent si vite maintenant...
- **La gent automobiliste vous dérange?** Quand, par extraordinaire, un automobiliste cède la priorité ou facilite le passage au groupe, surtout ne pas le dédouaner de son effort par un petit signe de la main ou de la tête mais passer avec une indifférence achevée devant lui. Nul doute que le prochain peloton bénéficiera des mêmes égards.
- **La gent automobiliste vous dérange (bis)?** Il est fortement conseillé, en cas d'infraction légère ou, mieux, majeure, de ne surtout pas s'excuser d'un signe amical de la main, mais de répondre au klaxon ulcéré par une injure choisie en la soulignant d'un index fermement pointé vers le ciel. Bien sûr, comme automobiliste, chacun saurait, dans semblable situation, conserver et sang-froid et humour.
- **Vous voulez vous faire d'indéfectibles inimitiés dans le peloton?** Dénoncer les travers et les comportements de vos semblables, en oubliant que chacun – et l'auteur de ces lignes en particulier – obéit à la gravitation universelle.
- **Vous voulez initier au vélo un nouveau membre (1) ?** On pratiquera les marques d'indifférence bien connues, comme ne pas le saluer en arrivant, de n'adresser la parole qu'aux copains, d'éviter ses éventuelles questions, ou de répondre à moitié. Au café, on le reléguera en bout de table en le négligeant. On pourra parfaire son intégration une fois sur le vélo en l'ignorant dans les relais, les tournantes, les changements de direction, les arrêts... Bien évidemment, si le postulant est du sexe opposé, faites exactement le contraire.
- **Vous voulez initier au vélo un nouveau membre (2) ?** Chacun le sait, les crevaisons sont nombreuses lors d'une saison, et si les réparations ne sont que formalités pour les cyclistes aguerris, les débutants, eux, auront quelques difficultés à les effectuer correctement, et rapidement. Il est donc recommandé, dans un but essentiellement didactique et afin de ne pas engendrer des comportements regrettables d'assistés, de ne pas les secourir et de les abandonner sur le bord de la route avec leurs problèmes. Il est bien connu que c'est dans l'adversité que se forment les caractères les mieux trempés, et vous aurez ainsi la satisfaction d'avoir contribué au développement harmonieux de la personnalité de notre ex-futur membre.
- **Vous voulez conserver votre personnalité en toutes circonstances ?** Plusieurs personnes, à différents moments et pour la même erreur, vous ont quelque peu morigéné? Certains êtres faibles pourraient se laisser aller à un rapide examen de conscience, et peut-



être même consentir à un changement d'attitude. Ne changez surtout rien à votre comportement, l'histoire de l'humanité est remplie de gens qui ont eu raison avant les autres, et qui sont arrivés les premiers... au cimetière.

• **La propreté des routes vous dérange ?** Qui a remis un jour un emballage poisseux dans la poche arrière de son maillot se souvient encore de la désagréable impression lorsqu'il y chercha ensuite un quelconque aliment. Mieux vaut donc abandonner au gré du vent tout ce qui ne sert plus. On créera ainsi ces emplois dont nous avons tant besoin. Et c'est si pratique de refaire quelques semaines après, tel le Petit Poucet, le parcours d'une course sans carte routière. Petite question : savez-vous pourquoi certains pisse-froid de la DDE se font à présent tirer l'oreille pour accorder les autorisations nécessaires aux cycloportives ou aux randonnées?

• **Vous êtes quelque peu enrhumé ?** Rouler pour transpirer est un excellent moyen de soulager un corps fatigué. Aussi n'hésitez pas à cracher autant que nécessaire ou de vous déboucher les narines l'une après l'autre, et cela quelle que soit la position occupée dans le peloton. Il n'est même pas besoin d'incliner son crachat ou sa morve vers le sol – d'ailleurs, le vent ne les rabat pas systématiquement vers le coureur qui vous suit. De plus, vous risqueriez de faire un écart et de provoquer une chute collective. Celui qui recevra quelques échantillons de votre humeur visqueuse pensera nécessairement que vous privilégiez la sécurité, et ne vous en tiendra donc nullement rigueur en essayant sa joue ou ses habits.

André LAVOCAT

**« Si ton ami boîte du pied droit, boîte du pied gauche, pour que votre amitié reste dans un équilibre harmonieux » Jules RENARD**

## La 77

« *Chaque année, c'est de plus en plus dur, ça roule de plus en plus vite.* » Aucun des cinq engagés de l'ACBE ne démentira les propos de ce chevronné des cyclos tenus à l'arrivée. En effet, si un soleil inattendu encourageait à l'effort, le rythme imposé dès le départ dissipait rapidement les illusions de ceux venus seulement parfaire une condition physique insuffisante au sortir d'un hiver attardé.

Grand plateau de rigueur après quelques centaines de mètres et poursuites successives afin de corriger une position lointaine pour accrocher un petit peloton dans lequel on se coulera jusqu'aux premières difficultés. Fatima, Jean-Yves, Luis, Michel et moi avons élaboré une stratégie... qui durera une centaine de mètres, le temps de s'élancer, de slalomer entre les concurrents moins aguerris et d'éviter ceux qui doublent en trombe. Nous ne devons nous retrouver qu'une fois la ligne passée, excepté pour Fati et Luis, devenus durant plus de 130 km inséparables. Entre 35 et 38 kilomètres parcourus dans la première heure pour chacun de nous, sur un parcours plat il est vrai. Mais avec un vent latéral faible les deux tiers de l'épreuve qui obligeait néanmoins à rechercher constamment un abri. A ce jeu, les chutes seront nombreuses, en témoignent les interventions répétées des services médicaux croisés sur le premier tiers du parcours. Vers le cinquantième kilomètre, à l'attaque des premières bosses (dont une à 13%), les pelotons se fendent en plusieurs unités inégales. Pour ne se reformer définitivement qu'une quarantaine de bornes plus loin, de retour sur le plat. Le ravito n'intéresse plus que les attardés à présent, peu s'arrêtent par crainte de ne plus retrouver un peloton performant. Pour certains d'entre nous, le passage des 100 bornes marquera la survenue des crampes dont la cause est à rechercher dans une préparation aux longues distances insuffisante due aux intempéries de février-mars. Mais aucun de nous ne sera obligé d'imiter certains

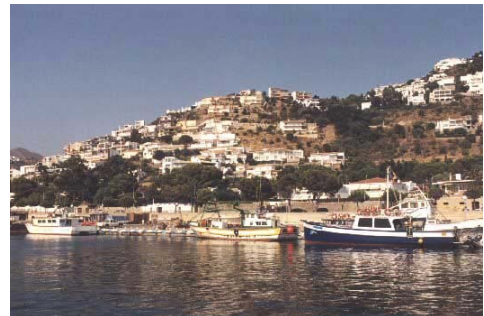


concurrents mettant pied à terre dans les dernières bosses. La fin de parcours nous ramène sur des routes empruntées régulièrement lors de nos samedis sportifs et de la Perreuxienne (Fontaine-le-Port, Le Châtelet...). Les derniers kilomètres passent vite à plus de 40 à l'heure, et les jambes s'emplissent d'acide lactique, ce qui est loin d'être idéal pour franchir la côte d'arrivée. Les résultats tombent rapidement : Fatima (or) a parcouru les 157 kilomètres à 31,6 km/h, Luis (argent) à 32, Jean-Yves (argent) à 30,5, Michel (bronze) à 29, André (qui pour deux minutes ratera l'or) à 33,4. Le vainqueur lui affiche un peu plus de 40 à l'heure. Un autre monde ! »  
André LAVOCAT

**« Le bonheur d'un ami nous enchante. Il nous ajoute. Il n'ôte rien. Si l'amitié s'en offense, elle n'est pas. », Jean COCTEAU**

### Stage à Rosas

Du 30 avril au 7 mai, nous avons passé une semaine de stage avec l'Équipe des "53/12" à Rosas, en Espagne, sur la Costa Brava à une quarantaine de kilomètres de la frontière. Ce stage qui a lieu à Rosas depuis 1987 est donc très bien rodé.



Nous étions à l'hôtel S<sup>t</sup>Marc, un 3 étoiles de grand standing avec chambres très confortables, à cinq minutes de la plage et une vingtaine du centre ville aux vieilles rues typiques très animées. Pour les vélos, un grand garage très surveillé face à l'hôtel est à notre disposition. Question nourriture, aucun problème, matin, midi et soir, c'est un buffet très varié, de bonne qualité avec vin à volonté.

En arrivant le samedi soir a eu lieu après notre installation une conférence du staff 53/12 pour l'accueil et la formation des groupes pour le dimanche: trois niveaux selon entraînement et distance, mais toujours avec possibilité de monter ou descendre des groupes selon la volonté du coureur ou l'avis des dirigeants; l'accueil se termine par un apéritif.

Les groupes sont très encadrés avec ouvrier, voiture de queue et assistance technique; les parcours sont bien fléchés. L'ambiance est très bonne; chaque soir vers 18h30, conférence (facultative) sur la technique, la diététique, la mécanique. Les parcours sont variés, très montagneux ou roulants avec un maximum de 110 kilomètres; les après-midi sont libres et repos le mercredi pour visiter Barcelone si on le désire. À notre disposition, masseur sur rendez-vous, mécanicien pour petits ou gros problèmes.

Le dernier jour de stage, vendredi, montée chronométrée du "Col San Péré" –10 kilomètres – pour ceux qui ont encore du jus. Cette année pendant notre stage, vu le vent très fort, le record n'est pas battu, malgré de très bons grimpeurs; le soir, nous dînons aux alentours de Rosas avec toute l'équipe de l'encadrement dans une ambiance festive avec musique, chanteur latino et danses, mais malgré tout il faut bien se séparer en espérant bien revenir l'année prochaine.

(Pour les femmes de coureurs qui le désirent, un kit accompagnatrices permet chaque jour d'avoir une activité de quelques heures: accès au centre de thalasso, visite du Musée Dali à Figueras, visite de Barcelone, boutiques du Perthus, soins du visage).

Gérard M. et Claude B.

**« Les hommes n'ont plus le temps de rien connaître. Ils achètent des choses toutes faites chez les marchands. Mais comme il n'existe point de marchands d'amis, les hommes n'ont plus d'amis. » Antoine de ST EXUPERY**

## **Flèche Vélocio - Edition 2005 - Mâcon-Istres**



Pour cette 25<sup>ème</sup> édition de la Flèche Vélocio, 2 équipes de 5 ACBEistes prendront le départ.

4 accompagnent Jean-Pierre Lehuédé qui doit inscrire à son palmarès cette classique pour l'obtention du « Brevet 5000 » de l'ACP.

Une seconde équipe composée de Eduardo, Jean-Yves, Luis, Joël Mégard et Patrick, celle dite « des rapides », quittera Mâcon 1 heure plus tard, soit à 8h30.

Après une courte nuit à l'Etap Hôtel, l'équipe de Jean-Pierre Lehuédé se rendra au point de départ à Mâcon qu'il nous faudra quitter à 7h30. Mais avant de monter en selle pour 24 heures, nous prendrons un copieux petit déjeuner servi avec prestance et beaucoup de sympathie par un garçon de café qui nous communique sa bonne humeur.

Le club des 5, Marie-Paule, Jean-Pierre, Lucien, Michel et Laurent, se lance dans l'aventure à 7h30 précises pour former un petit peloton compact qui, au fil des kilomètres, ajustera ses relais. La météo qui s'annonçait mauvaise sera clémente toute la matinée et nous profiterons au mieux de cette accalmie pour soigner notre moyenne. Nous allons tellement bon train que nous raterons le 1<sup>er</sup> point de contrôle à Neuville-sur-Saône. Nous ferons valider notre feuille de route à Lyon en espérant que nous ne serons pas pénalisés pour cette erreur. La traversée de Lyon mérite le coup d'œil et nous garderons de belles images de notre passage dans cette grande capitale. Nous poursuivons ce long périple à un bon rythme bien orchestré par des prises de relais régulières et fréquentes, ce qui a l'avantage d'économiser les énergies de l'ensemble du groupe. Nous déciderons de nous restaurer à Condrieu vers 12h41 où nous dénicherons un petit troquet supporter de Istres dont le patron, fort hospitalier, nous permettra d'aller nous ravitailler en boulangerie tout en nous préparant une méga et savoureuse omelette qui nous calera bien. Un café serré avant de repartir et nous quittons des gens encore fort sympathiques qui sont légion depuis notre départ.

Après quelques kilomètres, pour passer cet excellent repas nous sommes confrontés à un vent de face soutenu qui va rendre plus difficile le parcours. Nous mettrons à profit notre très bon timing du relais pour affronter ces bourrasques fort déplaisantes. Nous n'hésiterons pas non plus lorsque le besoin se fera sentir de nous arrêter pour décompresser et user de toutes les ficelles de ces baroudeurs de randonneurs que sont Jean Pierre Lehuédé et Michel Grousset. Michel nous servira des fraises régénératrices et Lucien sifflera quelques potions ramenées des États-Unis par son frère. Après ce break réparateur, nous repartirons avec un vent toujours présent et une pluie fine qui commence à tomber. Michel et Marie-Paule décident de s'arrêter pour mettre leur vêtement de pluie alors que Lucien, Jean-Pierre et Laurent continuent d'enrouler et diffèrent leur changement de tenue. Nous arrivons à la Voulte s/Rhône rejoints par nos 2 poursuivants puis par le groupe des rapides sans Joël Mégard qui a continué la route et qui nous rejoindra un peu plus tard par portables interposés.

Nous profiterons de ces retrouvailles pour échanger nos anecdotes de route et apprenons sans surprise que la moyenne était élevée chez les rapides, même si Luis et Jean-Yves avaient eu quelques passages difficiles. L'équipe emmenée par Eduardo a particulièrement apprécié l'accueil très chaleureux d'une restauratrice très hospitalière voire trop avenante avec certains. Sa gentillesse n'a pas réussi à tout le monde, car Patrick n'a pas digéré le repas qui lui a été servi.

Avant de repartir pour une longue nuit, sous une pluie fine, nous faisons quelques emplettes dans un supermarché, buvons copieusement, rechargeons les bidons, mais nous ne parvenons pas à trouver un restaurant qui puisse nous servir car il n'était que 19 heures et il fallait attendre 30 à 45 minutes. Chaque groupe décidera de reprendre sa route avec le même objectif : couvrir les 380 kilomètres en 24 heures. Michel Grousset reprend la tête de notre peloton pour indiquer, à l'instar d'un ordinateur de bord, la route à suivre grâce à des cartes préparées et placées sur le guidon de son vélo.

Nous roulons avec comme objectif de dîner avant d'attaquer la nuit. Ce ne sera pas facile car les restaurants se font plutôt rares et ceux ouverts n'acceptent pas de nous accueillir, même chez les routiers. Mais notre bonne étoile continuera à nous sourire puisque nous serons installés confortablement à l'intérieur d'une petite pizzeria familiale où l'accueil est si naturel que l'on savoure ce que nous avons commandé avec beaucoup d'appétit. Michel règle l'addition et, sous les vifs encouragements de nos hôtes, nous préparons nos tenues noctambules, branchons les éclairages de nos vélos et quittons cette pizzeria.

La nuit ne sera pas trop fraîche et seule une petite pluie fine mais incessante nous occasionnera quelques désagréments sur ce long circuit. Laurent aura un petit coup de pompe et se retrouvera subitement sur le côté gauche de la route car le sommeil avait eu raison de sa vigilance l'espace de quelques dixièmes de secondes. Ce sera le seul incident de ce type sur la route, auquel il faudra ajouter une crevaison réparée de hautes mains par notre président.

De l'avis général, nous déciderons de trouver un endroit pour faire une pause et nous squatterons le hall d'un immeuble avec l'autorisation d'une copropriétaire, sous réserve de ne pas être trop bruyants. Certains d'entre nous essayeront de se reposer, d'autres se passeront de la crème anti-frottement aux endroits éprouvés par la selle ou se changeront car nous commençons à être sérieusement mouillés. Quelques en-cas, des boissons, des massages, puis nous décidons de poursuivre notre route même si notre avance plus que confortable nous permettait de rester plus longtemps, d'autant que la pluie tombait de plus belle. Signalons à cet effet que Laurent se décidera enfin à sortir ses vêtements de pluie après plusieurs heures d'ondée, ce qui fera sourire tout le groupe.

Nous avons prévu pour la nuit une moyenne de 16 km/heure, largement dépassée par le rythme soutenu qui a été le nôtre depuis le départ. Ce ne sont pas les 7 km d'une ascension assez difficile qui nous feront mal aux jambes et nous retarderont : nous réalisons au sommet que cette « flèche Vélocio » est maintenant à notre portée.

Nous attendrons néanmoins quelque retardataire qui grimpe pianissimo mais qui fait la descente la tête dans le guidon pour assurer une pancarte au nez des poursuivants.

La Provence s'ouvre à nous et nous passerons dans les magnifiques villes d'Orange, Avignon, S<sup>t</sup> Rémy-de-Provence, les Baux-de-Provence et Mouriès.

Nous approchons de la destination finale et, pour être à l'heure prévue à Istres, nous faisons un arrêt technique à une quinzaine de kilomètres de l'arrivée. Nous en profitons pour mettre à jour nos feuilles de route et faire quelques photos pour la postérité. Nous savourons notre réussite et surtout d'avoir accompagné Jean-Pierre pour l'obtention de son brevet ACP des 5000 kms qu'il tient désormais.

Sous le panneau ISTRES, Michel prend 2 photos du groupe puis nous remontons sur nos vélos pour finalement arriver au terme de cette fabuleuse Flèche Vélocio 2005 dont nous garderons un souvenir intarissable.



SAN COMMUNICATION

Laurent PAUPARDIN

**« L'amitié double les joies et réduit de moitié les peines », Francis BACON**



## Une semaine riche de découvertes

Devinette : ça zigzague, ça ondule ! c'est ombragé, c'est plein de retenues...d'eau, c'est paisible, on y entend les oiseaux, on y « rigole » (pour l'alimentation) ? Ah ! et vous, vous y étiez ?

Ce n'est pas un poisson d'avril, puisque c'était du 3 au 10 avril 2004 : le parcours du canal de Nantes à Brest : 360 km, 236 écluses, dénivelée tout juste 180 mètres, mais là n'est pas la question.

Découverte de la Bretagne intérieure sous un aspect inhabituel, en nous écartant quelques fois de ce parcours pour visiter des villages, des sites, de belles vieilles pierres, des musées, et même une borne marquée « Napoléonville », d'époque, entre deux chênes centenaires, près de l'écluse Saint-Samson. Pourquoi ce nom ? Lisez, cherchez.

Je ne vais pas vous décrire ce parcours riche et varié. Consultez guides et descriptifs en bibliothèque et vous aurez envie d'y aller traîner vos roues. Prenez des notes, pas moins de 50 points intéressants sont à admirer et j'en ai peut-être oubliés.

Sur une semaine, voilà de quoi occuper les plus assoiffés de curiosités en pratiquant le cyclotourisme. Il faut dire que le charme de ce voyage itinérant a été grandement agrémenté par l'accueil et l'organisation de ces Bretons de Vannes, Bernard Mabon, son épouse, sa sœur, son beau-frère. C'est en famille qu'ils nous ont choyés et rien n'était laissé au hasard. Comment les remercier ?

À remercier également, Napoléon, qui a pris la décision de creuser ce canal. C'était un projet datant de plusieurs décennies mais personne n'avait osé devant l'ampleur des travaux. Sitôt terminée, cette voie navigable a été concurrencée par l'arrivée du chemin de fer et cet ouvrage n'a jamais été rentable.

Alors, à nous de « l'amortir, » à VTC ou VTT, randonneuse...Napoléon ne pensait certainement pas que nous en ferions un lieu de loisirs actifs si apprécié. Avant de rouler, lisez. Vous saurez mieux voir ensuite. Double plaisir.

Bernard COULVIER.



**« Les véritables amis savent pardonner, mais ils savent aussi corriger par la douceur et la persuasion les défauts dont ils voudraient nous débarrasser... », Jules ROY**



## SANTÉ

Pour le prochain bulletin, afin d'alimenter la rubrique santé, j'ai découvert en entrant dans la chambre des rapides que chacun avait sa pommade miracle pour s'échauffer, le baume miracle pour soigner une plaie à la selle, la pilule miracle pour faire passer les crampes (en vélo uniquement, n'est-ce pas Gérard M. !), la gélule miracle pour récupérer, il y a même Luis qui est en train d'acheter une pharmacie !

Si vous pouviez me transmettre les noms des produits que vous utilisez et dans quels cas, je pourrais faire dans le prochain bulletin une liste des bons vieux remèdes des acébéistes (produits ou autres recettes !) Ce sera anonyme, je vous le promets, si vous le souhaitez !

Joël M.

**Le dimanche 18 septembre a lieu la 20<sup>e</sup> Randonnée des Grands Crus de Bourgogne à Dijon.** Cette randonnée fait 175 km et vous traverserez des lieux qui mettront vos papilles en éveil et attente : Vougeot, Marsannay, Beaune....C'est une très belle randonnée. Si nous sommes un petit groupe, nous pouvons organiser ce déplacement avec départ vendredi soir, sortie samedi matin pour rejoindre Châteauneuf en parcourant le canal de Bourgogne et retour par le Val Suzon puis visite l'après-midi de DIJON (contact : Joël MÉGARD au 06 74 53 43 20).



**« On ne pardonne pas à son ami ses erreurs, on ne les excuse pas non plus. On les comprend », Philippe SOUPAULT**

**N'OUBLIEZ PAS !**

**Vendredi 2 septembre : réunion de rentrée salle Yvette Maillard**  
**Samedi 10 septembre : Carrefour des Associations Centre des Bords de Marne**

**...et tous les premiers vendredis de chaque mois, réunion Club ouverte à tous les acébéistes à 20h45, salle Yvette MAILLARD.**



Et mille mercis à tous les rédacteurs ! Notre bulletin vit grâce à vous !  
Continuez !



**BONNES VACANCES A TOUS !**



## Laurent



Qui aurait pu imaginer que dans ces admirables paysages corses la mort pouvait s'y trouver en villégiature ? Et que cette superbe randonnée que chacun rêve de faire allait si vite se transformer en cauchemar.

Ta disparition, Laurent, nous touche davantage encore parce qu'elle s'est faite en pratiquant notre sport, que l'on sait dangereux même si on l'oublie bien trop souvent.

Tu te mêlais peu à notre groupe des « Rapides », bien que tes qualités propres t'auraient permis de nous accompagner chaque dimanche. A ces joutes sportives qui t'effrayaient un peu tu préférerais, disais-tu, les longs parcours à un rythme plus adapté à l'émerveillement d'horizons nouveaux. En témoignent ces interminables brevets ou randonnées (Paris-Mont-Saint-Michel, Levallois-Honfleur ou la Flèche Vélocio pour les dernières), et ces nuits nombreuses exposé au danger.

Si on te connaissait peu, Laurent, on ne t'en appréciait pas moins, toi qui recherchais l'amitié et la découverte des autres dans la discrétion. On aurait dû être amis, nous n'avons été que copains, nous y avons tous perdu.

Ton intérêt pour notre club, tant par ta présence à nos activités que par tes écrits réguliers, était manifeste. Nous ne lirons donc plus tes impressions sur tes escapades avec tes fidèles complices de l'ACBE, et nous ne nous saluerons plus dans le froid des dimanches matin avant de prendre des routes différentes.

Tu faisais, Laurent, partie de la grande famille des cyclos. On n'oublie jamais sa famille. Nous ne t'oublierons pas.

Le groupe des « Rapides »

**« Je prendrai  
Dans les yeux d'un ami  
Ce qu'il y a de plus chaud, de plus beau  
Et de plus tendre aussi  
Qu'on ne voit que deux ou trois fois  
Durant toute une vie  
Et qui fait que cet ami est notre ami »**

**Jacques BREL**