

Année 2006 Numéro 2

Mars

Cyclo Randonneur Briviste

De Toulouse à Carcassonne :
Le canal du midi
Dimanche 5 mars



AU SOMMAIRE :

- J.L VENNAT PRESIDENT DE LA LIGUE DU LIMOUSIN.
- NOUVELLE APPELLATION DU BULLETIN PAR GEORGIO.
- PROGRAMME DE BONNE CONDUITE PAR FRANCINE.
- L'ACTU DU VTT.
- LES ARAVIS.
- DES LANDES A ISATY.
- PLANCHES PHOTOS.
- TROPHEE DU LIMOUSIN. DIAPORAMA ECOLE VTT.
- RANDO ROCAMADOUR.
- SOIREE GALETTE.
- CA MARCHE FORT POUR LA RANDO PEDESTRE AU CRB.



Les vététistes du C.R.B entre Nespouls et Cressensac; au centre, Francine et Nathalie.

COMME CHAQUE MOIS :

LES CLASSEMENTS
LES CIRCUITS
LA REUNION DU BUREAU

L'article du mois :

Oméga 3 ? Oméga quoi ?



Agrément N° 931

[Http://membres.lycos.fr/cyclorandobrive/](http://membres.lycos.fr/cyclorandobrive/)

10^{ÈME} TOBOGGAN CHALETTOIS

Les 28 et 29 mai, Claude Delpy, Daniel et Lucette Géry, avons rendu visite à notre club ami de Chalette en participant à leur 10^{ème} randonnée.

Située à côté de Montargis (dite la "Venise du Gatinais" et célèbre pour ses pralines, Chalette sur Loing, ville cosmopolite de 15000 habitants est située à 100 km au sud de Paris; elle ne peut être dissociée de l'usine Hutchinson bien connue des cyclotouristes pour ses pneus (?).

Nous avons bénéficié d'un grand beau temps durant ces deux jours, ce qui n'avait pas été le cas pour l'édition précédente. Après un solide petit déjeuner, nous prenons la route direction Conflans; nous traversons le canal que nous longeons par la suite. Peu avant Montbouy, nous découvrons sur notre droite des arènes Gallo - Romaines, des grilles en fer témoignent de cages à fauves, vestiges qui rappellent nos bons vieux livres d'histoire. Le 1^{er} ravitaillement nous permet d'admirer le site exceptionnel de Rogny et de ses sept écluses consécutives réalisées sous Henry IV et qui servent de cadre à de superbes feux d'artifice.

Nous effectuons un passage dans l'Yonne et le Puisaye puis nous entrons dans le Nivernais qui ne démerite pas non plus pour ses raidillons. Donzy, chef - lieu de canton (vestiges féodaux, église St Martin du XII^{ème} siècle, moulin et maisons anciennes) nous accueille pour le repas de midi. La digestion s'effectue à travers de magnifiques forêts de la Nièvre. Nous traversons Pougues les Eaux, station thermale soignant les affections digestives et le diabète.

Nous passons devant la banderole qui indique la neutralisation de la 1^{ère} journée; il nous faut faire un détour de 8 km avec un beau raidard pour aller admirer le bec d'Allier? Pointe de terre du confluent de la Loire avec l'Allier.

Nous sommes à Marzy à la limite du Cher et de la Nièvre; après le repas, nous allons faire une promenade agrémentée (!) par une attaque de gros moustiques.

Le 2^{ème} jour, nous commençons par traverser la Loire pour pénétrer dans le Sancerrois., réputé pour son excellent vin et ses crottins de Chavignol. Mais il n'y a pas de vignobles sans coteaux vallonnés et quelques montées notamment celle des remparts à Sancerre, petite ville perchée sur un piton calcaire; le repas de midi est installé dans une ferme auberge.

Nous reprenons la route en direction du Giennois avec un arrêt obligatoire à Gien, célèbre pour son musée de la chasse et sa faïence artistique, son château d'Anne de Beaujeu, fille de Louis XVI; dommage que la centrale nucléaire gâche le paysage à l'horizon. Nous terminons notre périple par quelques ravissants villages.

Nous avons été, encore une fois admirablement reçus par l'équipe du cyclo randonneur Chalettois; nous tenons à les remercier; Simone nous a comblés avec ses confitures et ses pains d'épices; l'équipe de fléchage a réussi un sans - faute.

Je tenais à vous faire ce récit afin de vous donner l'envie de participer à leur 11^{ème} randonnée en mai 2007 !!! → il y avait 13 participants de Chalette à notre rando : la balade Corrézienne les 25 et 26 juin 2005.

Lucette Géry

Etre bénévole ou ne pas l'être ? Depuis le début de l'année, j'ai pris du recul pour souffler un peu avec le bénévolat (active depuis 1971); je me rends compte que pour avoir passé de l'autre côté de la "machine" c'est-à-dire apprécier le cyclotourisme sans contrainte, j'ai un petit pincement au cœur lorsque je vois toujours les mêmes personnes sollicitées.

L'usure guette ces valeureux bénévoles qui se dépensent sans compter et c'est l'AVENIR de nos associations qui est en jeu. Il serait facile d'imaginer que chacun de nous, **une fois dans sa vie**, face preuve de bonne volonté et ... tout irait mieux !!! (on peut rêver, **l'utopie c'est la vie !**).

Réfléchissez - y, c'est tellement enrichissant sur le plan relationnel !!!

L.G

EDITO



Francine à Beaumont au cours du ravito de la Balade Corrézienne

Comment peut - on aimer faire du VTT ?

C'est dangereux et vous pataugez dans la boue la plupart du temps, sans compter les gamelles ...

Vous êtes sans cesse tabasser sur le vélo et en plus, il faut toujours laver, démonter, répare ce foutu vélo !

Pour couronner le tout, vous passez dans des endroits où seuls les sangliers et les vététistes s'aventurent !

Certes, tout cela est vrai MAIS, en revanche, il y a du PLAISIR à pratiquer le VTT.

D'abord, vous respirez à pleins poumons, au cœur des forêts, le long des rivières; pas de bruit, des senteurs qui évoluent selon les saisons, des paysages peu communs et surtout pas de voitures qui vous frôlent les pédales ! Tous vos sens sont en éveil et vous vous sentez en communion avec la nature.

Le VTT, c'est aussi la rencontre avec des gens, au hasard des chemins; il n'est pas rare que vous vous arrêtez pour dire un mot, demander de l'eau. Et puis, c'est aussi des échanges avec d'autres, adeptes du plein air (marcheurs, chasseurs, quads, motos.

Pour ce qui est de la boue, on s'y fait; pas de chichis; les vététistes sont peut - être de grands enfants, ils aiment se salir !

Il faut savoir également qu'en VTT, vous avez rarement froid, même l'hiver. Dans les bois, il n'y a pas de vent et l'intensité de l'effort fait que vous vous réchauffez très vite.

Quant à la dangerosité de la discipline, elle est calculée. La pratique du VTT nécessite des connaissances et des techniques à respecter. Mais statistiquement, il y a moins d'accidents en VTT qu'en vélo de route.

Le VTT c'est surtout une vraie solidarité; la règle est de ne pas laisser quelqu'un seul € dans la nature. Et, je peux témoigner que même dans les manifestations, il y a toujours une personne qui nous attend, si vous êtes à la traîne !

En résumé, le VTT : c'est une ambiance, les vététistes sont plutôt "cools", un brin aventuriers, certains diront inconscients.

Le VTT : c'est la liberté !

Alors, vive la liberté !

Francine Sagne



Les 2 nouveaux du bureau
Alain Vinet et Francine Sagne



EDITO

Un brin d'**HISTOIRE**....., Un petit bouquet d'**AVENIR**.

Licencié depuis deux saisons au C.R.B., je profite de cette page pour vous faire un résumé de mon parcours cyclo :

J'ai découvert le cyclotourisme en 1974 lors de la semaine fédérale de BRIVE. Je suis membre actif de la F.F.C.T. depuis 1975. (Il fallait dire ADHERENT à cette époque sinon c'était «presque l'exclusion» !!) Je n'exagère pas trop, c'était les années 70, 80 ; en 2005 nous pouvons parler de LICENCE et c'est très clair pour tous.

Co-fondateur de la section cyclo du B.E.C. (Club corpo d'HYPERELEC aujourd'hui PHOTONIS), j'ai donc fait mon apprentissage de dirigeant et mes premiers pédalages de randonneur au sein de cette structure sportive.

J'ai bien évidemment connu les divers brevets, les organisations extérieures de nombreux clubs, les semaines fédé de MONTAUBAN 1978 et PAMIERS 1980.

Je garde un excellent souvenir de la randonnée des BARRAGES créée par nous même qui a eu son petit succès au cours des années 70. Celle-ci a été reprise par nos amis du C.V.G. suite à la dissolution de notre section début années 80.

En 1982, j'emménage à LARCHE et fais connaissance avec le Vélo Club Larchois et l'U.F.O.L.E.P. mais je reste F.F.C.T. membre individuel jusqu'en 2003.

Dans cette même période je suis «engagé» dans le monde du rugby : dirigeants de clubs, codep19, comité régional du Limousin. Je continue la pratique cyclo d'une façon plus épisodique mais tout de même assidu.

Des problèmes de vie professionnelle, de santé, de mal vivre font que je me retrouve début 2005 dans une situation de «préretraite» à 57ans.

J'en ai donc fini avec mon chapitre HISTOIRE, c'est une façon de me présenter à vous tous.

Vous n'avez quasiment pas eu l'occasion de me connaître sur le vélo au cours de ces deux saisons pour des raisons de reprise presque à 0 de la pratique cyclo et je suis encore trop loin d'être aussi matinal que notre Président Jean Claude (par exemple !!). J'applique en tout cas la devise : *ça va mieux qu'hier et moins bien que demain.*

Je me retrouve donc au sein du Bureau du C.V.G. à la fois pour des raisons personnelles (Il faut continuer de faire travailler le côté intellectuel) et aussi suite à un appel aux bonnes volontés du président dans un bulletin précédent.

J'ai toujours pensé depuis que je fréquente les associations que c'est bon de recevoir mais qu'en retour il faut savoir donner en fonction de : ses motivations, ses compétences, ses expériences et surtout ses disponibilités.

Je suis donc membre actif de notre club dont je connais beaucoup de très anciens des années 70.

Je suis ouvert à toutes les pratiques du cyclotourisme aussi bien ROUTE que VTT, je n'oublie pas non plus l'Ecole VTT Jeunes qui est une grande force pour un club cyclo et qui mérite soutiens et attentions ainsi que l'activité MARCHE tout ceci ne peut que nous satisfaire et favoriser cet esprit famille que j'ai déjà ressenti.

Je participe un peu à la confection du bulletin avec la participation de mon épouse Chantal.

Voilà donc un de mes avensirs loisirs définis devant vous : sur le vélo..... à côté du vélo !

Même trésorier adjoint, je souhaite être à chaque occasion sur le terrain. De l'air !, de l'air !

Les fêtes de fin d'année étant très proches, tous les membres du bureau vous souhaitent de passer de bons moments en famille mais faites très attention à certains volatiles ! : certains seront à nouveau de sorties le 1^{er} décembre (les migrations étant terminées), d'autres seront présents en cette période festive !! (j'espère que ces derniers cités ne sont pas membres du club, sinon gare à moi !).

Pour finir mes bavardages, voici une petite citation d'un ancien dirigeant fédéral.....et à bientôt sur les routes et chemins.

Alain VINET

« Le cyclotouriste est un sportif à part entière. Et si la compétition ne le concerne pas, c'est avec les difficultés de la route qu'il est confronté sans douceur : c'est la règle du jeu, c'est la rançon. Mais c'est aussi, toujours, la récompense. » (Pierre ROQUES)

L'ACTU DU VTT



2 belles manifestations clôturent la saison de VTT, nous y étions :

- La Transcorrézienne, Laguenne – Soursac. Les jeunes, Lola, Chris et Savinien accompagnés par Jean-Louis, se sont offerts le direct ET les escapades, soit une soixantaine de kms, ce qui est plutôt pas mal ! La relève est assurée... La soupe de légumes était excellente. C'est une très belle randonnée, dommage que le soleil ne se soit pas montré.
- La Balèze-qui porte bien son nom- à La Bachellerie, 25 et 42 kms pour 6 valeureux vététistes, et une descente, comme on dit, très technique...

Les parcours et l'esprit de ces deux concentrations sont tout à fait différents, mais cela reste des manifestations très prisées par les vététistes.

Cette année, nous avons découvert une autre randonnée à GENIS(24), la Rando Vézère : 200 vtt, sur 800 participants, marche et chevaux. Des circuits sans grande difficulté, à travers la Forêt de Born, autour de l'Etang de Clairvivre. Et, la récompense suprême du vététiste, la soupe de pain avec des « couanes ».

Infos :

Randonnée pour le Téléthon à TERRASSON le Dimanche 4 Décembre. Départ 8h 30 du Centre aéré de Lestrade. 20 et 40 kms. Tarif : 5 € et 10 € pour le repas de midi.

Lu dans Vélo Tout Terrain de Novembre : « la FFCT va lancer une sorte de semaine fédérale consacrée au VTT . La première édition devrait avoir lieu au début du mois d'Août au Centre National de Cyclotourisme d'Aubusson ». Nous ne manquerons pas de vous tenir au courant.

Le billet d'humeur de Francine

Ouf ! les manifestations sont terminées, je vais enfin pouvoir faire la grasse matinée le Dimanche.

Je n'ai pas recensé toutes les randonnées organisées durant la saison, mais elles sont nombreuses. Cela va de la rando « pépère », aux parcours plus longs ou chronométrés. Il est arrivé que certains week-end, il y ait 2 ou 3 manifestations sur le département ou juste à côté. Et, tout le monde a des « clients », ce qui me laisse penser, « mais où sont tous ces vététistes ? ». En tout cas pas dans les clubs, ça se saurait.

Il y a de quoi se poser la question : pourquoi le vététiste n'adhère pas à un club ?

Je me faisais dans la foulée une autre réflexion : c'est la disparité des tarifs des inscriptions (d'accord, dans certains cas la prestation est plus élaborée), mais tout de même, ça va de 5 € à... 17 €, avec les suppléments, les repas obligés, etc... sans compter le peu de différence entre un licencié et un non-licencié.

La consolation de l'histoire reste que les randos sont en grande majorité bien organisées, très conviviales. Les débutants sont bien acceptés par les as du VTT, et les différents niveaux se côtoient sans problème. adeptes de la secte VTT. C'est l'occasion de découvrir les petits patelins de notre Corrèze, et de faire connaissance avec d'autres adeptes de la secte VTT.

Francine Sagne

Un dimanche bien arrosé ... à LACAVE !!!

(Vélo route, VTT, marche)

Philippe nous avait organisé une petite randonnée VTT de 35 km, sur les terres qu'il connaît bien. Départ pour le GR6 au pied de Belcastel, il y a plein de noix au sol ...(tant pis ! on reviendra les ramasser..). Direction la vallée de l'Ouyse : pour l'instant, c'est plat. Nous arrivons au moulin à huile de Cougnaguet (qui se visite), puis nous passons devant la pisciculture du Caoulet. Nous sommes en fait tout prêt de Rocamadour (environ 3 km). Au bout d'un chemin, nous sommes contraints de nous risquer au milieu des brebis (le propriétaire utilise le chemin). Le plus sympathique dans l'histoire est de rouler au milieu des crottes de brebis, surtout quand le VTT qui précède vous les renvoient....

Nous arrivons tranquillement jusqu'à la résurgence du gouffre de St Sauveur où quelques plongeurs explorent les fonds marins. Jusque là, c'est plutôt cool, genre VTT pépère. Un peu de sport paraît nécessaire. 1,5 km de côte en vue (pas bien raide mais en continue), ce qui nous permet de rejoindre le village de Cales. Un petit « single-trach » (comme disent les jeunes), on peut difficilement trouver plus étroit). Il est conseillé de bien maîtriser sa trajectoire car il y a, à gauche, un abrupt et des barbelés en bas. Guillaume (Perget), dans un excès de zèle, va récupérer son vélo en bas. Cette traversée en direction du château de Treyne nous amène à Mayrognat, un dernier raidar avant de replonger sur Belcastel.

Dans les descentes, les « jeun's » s'éclatent, sous le regard interrogateur des aînés. Romain et Savinien pour la 2^{ème} année à l'école VTT, s'en sortent comme des pros. Nous passons devant le restaurant de l'Ouyse (guide Michelin, Philippe nous le conseille) ça sent bon...

Pour les plus doués, petite descente technique, avant de rejoindre la place de Lacave. Par miracle nous ne sommes pas mouillés, mais ça va venir...

Ce coin du Lot est très pittoresque et parfaitement adapté à du VTT de randonnée familiale.

Vers 13 H, pique-nique, sur la place de Lacave, sous un ciel menaçant. Au milieu du repas, il commence à pleuvoir, après c'est le déluge. Nous finissons à l'abri à la pizzeria, avec un café, en attendant l'heure du rendez-vous pour la visite des grottes de Lacave.

Pour ceux et celles qui n'ont pas visité ces grottes, elles valent le déplacement (www.grottes-de-lacave.com).

Elles ont été découvertes en 1905, par Armand Viré, 14° et 95 % d'humidité dans la grotte, 108 marches à gravir. C'est un site unique en Europe. Le circuit de visite est d'1,6 km, avec une partie qui se fait en train. Sauf que, comble de malchance ce jour là, le train était en panne, donc nous avons tout fait à pieds.

Les jeux de lumière mettent en valeur les stalactites (en haut) et les stalagmites (en bas), et autres « draperies ». A savoir que les concrétions calcaires progressent d'un à 2 centimètres par siècle ! Le plus curieux est sans doute « la lumière noire » (ultra-violet) qui fait apparaître la grotte dans le noir, différente qu'à la lumière ordinaire. En tout cas, c'était une bien belle visite.

Si vous avez des idées pour la prochaine journée-club en mars 06, faites nous en part.

Francine Sagne

La rando familiale regroupait 30 participants : 13 vététistes, 10 marcheurs et 7 cyclos sur la route. Les marcheurs ont suivi le GR6 le long de l'Ouyse jusqu'au moulin à huile de Cougnaguet. L'itinéraire route était aussi touristique : Calés, Couzou, Rocamadour, Alvignac, Padirac, Miers, Meyronne, Lacave; en arrivant par Couzou, le panorama sur le site de Rocamadour est splendide de l'avis de Monique et Lucette. D'ailleurs, ce jour là les montgolfières se déplaçaient majestueusement dans ce secteur, ce qui apportait une attraction des plus sympathiques.

Le pique - nique fut effectivement arrosé mais la visite des grottes nous a enchantés; on y découvre des splendeurs notamment la salle des Mirages qui par le reflet du plafond dans les gours, offre le spectacle d'une ville engloutie.