



**Cyclo Tourisme
Herbretais**

■ EDITO

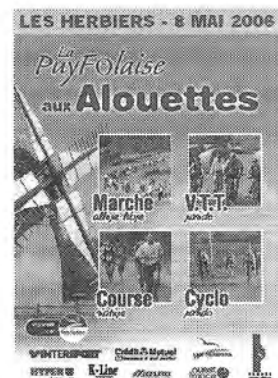
La Puyfolaise aux Alouettes

1996 voyait la naissance dans l'écrin de verdure du Puy du fou de la manifestation sportive et populaire : **La Puyfolaise**. Une idée un peu folle, courir, marcher et rouler sur les traces de l'histoire de notre pays ; un 8 mai...

Dix ans plus tard, ce sont près de 30 000 participants qui ont sillonné les chemins des meuniers, bois des Jarries, Sèvre Nantaise et autres sous-bois. Les chaussures et VTT crottés, le froid, la pluie, rien n'a arrêté le pèlerin du 8 mai. Les parcours variés ont séduit. L'accueil et les dégustations gourmandes ont fait vibrer les papilles. L'émotion, quelques fois inexplicable, s'est souvent trouvée au rendez-vous.

Cela a été le bonheur de vivre ensemble cette aventure.

La page 2005 vient juste de se tourner que déjà nous écrivons celle de 2006.



Des deux clubs fondateurs, l'A.C.B.V (Athlétique Club du Bocage Vendéen) et le C.T.H (Cyclotourisme Herbretais), l'A.C.B.V se retire cette année de l'organisation pour se concentrer sur la gestion de sa pépinière de jeunes sportifs. Le C.T.H, continue l'organisation de la manifestation, **la Puyfolaise aux Alouettes** tout en attendant le retour de son coorganisateur pour 2007 ou 2008.

Le site du Puy du fou, qui nous a tant donnés depuis dix ans, est ouvert au public de plus en plus tôt. De ce fait, nous ne pouvons plus y assurer l'accueil des participants.

N° 91 JANVIER 2006

En 2006 la manifestation se tiendra donc sur les pentes du Mont des Alouettes.

Un programme, très intéressant, a été concocté pour les 3000 participants attendus :

- 3 circuits marche allure libre
- 3 circuits VTT
- 3 circuits vélo de route
- 2 circuits course à pied sans classement



**Le comité de pilotage de
La Puyfolaise aux Alouettes 2006**

L'accueil se voudra festif et convivial : ravitaillements sur tous les circuits, une grillade et une boisson pour chaque participant à l'arrivée, restauration sur place, marché des produits du terroir et animation musicale.

Bonne Année 2006

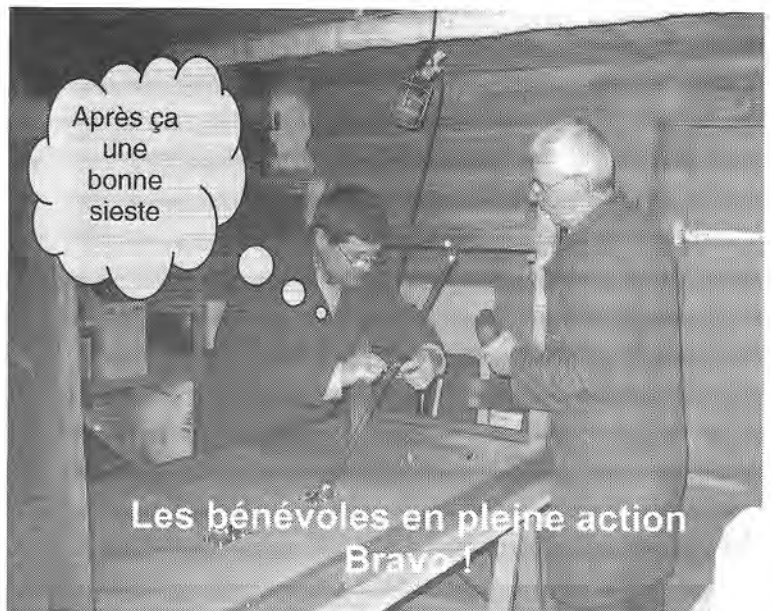


■ Le Bénévolat



C'est donner son temps
Pour aider son prochain
Travailler sans compter
Et sans avoir de gains.

C'est être bien souvent le sujet de critiques
Mais, c'est aussi passer des moments magnifiques.
Réunis entre amis pour travailler et rire
Avec toujours pour but d'aider et faire plaisir.
C'est se sentir utile servir à quelque chose.
C'est aider tous les gens dont la vie n'est pas rose.
Savoir donner de son temps et parfois son argent
Sans jamais en attendre aucun remerciement.
Cette espèce qui s'éteint faute de postulants
Mais oui compte, malgré tout, sur votre dévouement.



■ LES DELEGUES SECURITE

Une erreur s'était glissée dans le N°89, voici le texte corrigé

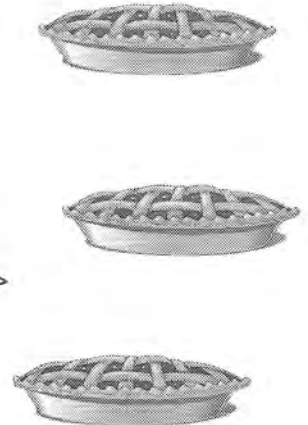
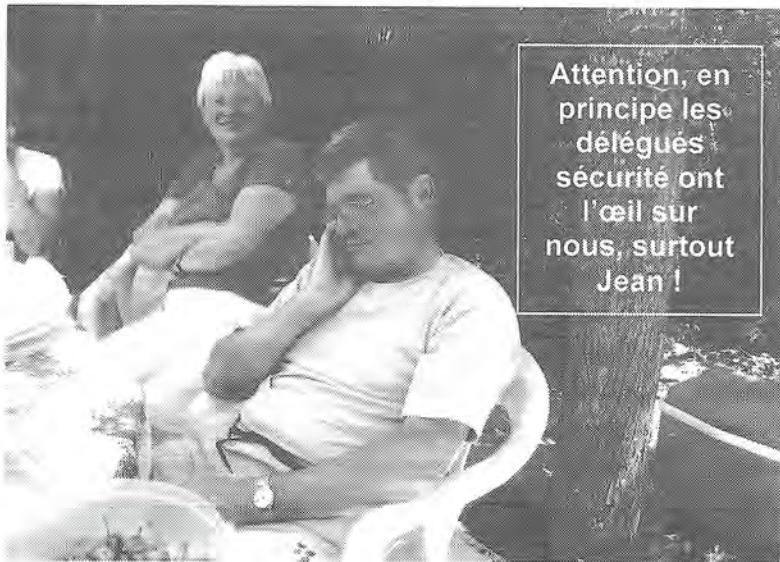


Au nombre de 4 ils sont avec nous, au milieu du peloton, pour nous rappeler si nécessaire les règles élémentaires de prudence.

Vous les connaissez obligatoirement, et ils sont très sympas. En les écoutant, nous irons ensemble, en sécurité.

Nos délégués sont : Léon, Guy Marie, Jean Rambaud, Yves Teillet.

Nous leur adressons tous nos vœux de réussite.



Garage GÉRARD BOUHIER




Réparation
Ventes neufs et occasions
Toutes marques
Tôlerie - Peinture

10, Avenue des Sables
85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 91 00 59 - Fax 02 51 92 93 68



**Boulangerie
Pâtisserie
Chocolaterie
Spécialiste
de la
Brioche
Vendéenne**

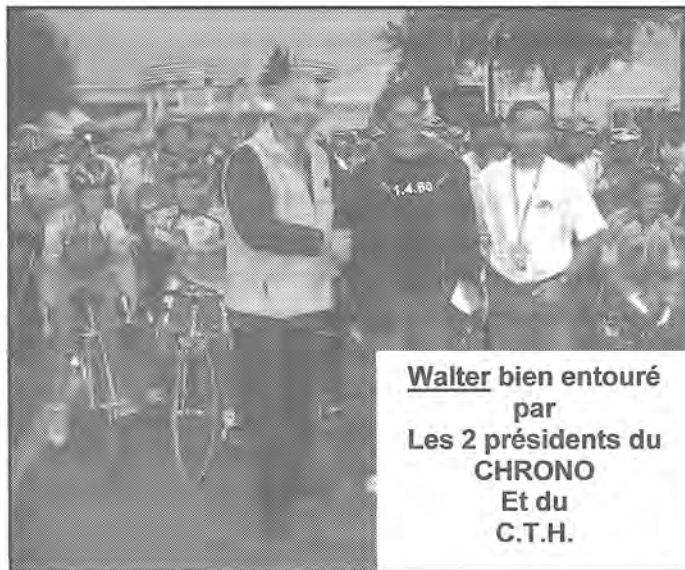
**LES HERBIERS - LA ROCHE S/YON
CHOLET - ARDELAY - ST PAUL PAREDS**

■ La randonnée du Chrono

Pour sa dernière édition dans le cadre de la salle d'herbauges, la 24^{ème} foire du chrono a semble-t-il battu des records d'affluences. Dans le même temps, la randonnée du samedi matin continue son petit bonhomme de chemin. De 314 participants en 2004, nous sommes passés à 438 en 2005, dont 99 revenaient deux années consécutivement. Ceci représente donc 653 participants sur 2 ans, pas mal... A noter également que seulement 10% des participants font plus de 50 km avec leur voiture, le matin pour venir pédaler sur nos circuits route et VTT.



La présence et grande disponibilité de Walter Bénéteau a bien sûr été appréciée de tous. Chacun a pu faire dédicacer par notre champion les cartes offertes par son sponsor, Bouygues Télécom, qui de plus, en offrant à tous les participants des porte clés et autres douceurs contribua à l'esprit festif de la randonnée.



Le principal message des sportifs du jour a bien été entendu : l'édition 2006 verra le jour avec des nouveaux circuits, sans les difficultés majeures de notre bocage.

■ L'assemblée générale du Codep 85

Le samedi 22 octobre dernier, nous avons accueilli aux Herbiers, l'assemblée générale du comité départemental de notre fédération, animée par son nouveau président Claude Seguin. Près de 80 personnes avaient répondu à l'invitation, et l'après midi fût propice aux échanges. Le Codep est chargé de relayer les informations de la FFCT, dont le projet fédéral «Tourisme, Sport-santé et culture» auprès des clubs vendéens et de s'assurer que l'esprit de Vélocio souffle sur le département.

La bonne surprise de cette fin d'AG nous est venu de Bernard Bégau qui s'engage dans le comité pour contribuer au développement au sein du codep de l'activité VTT. Ainsi, le Cyclotourisme Herbretais, se retrouve donc une nouvelle fois, avec deux de ses licenciés, bien représenté dans cette instance supérieure. (Paul Gentreau est présent au codep depuis de nombreuses années et est en charge de la commission Challenge des randonnées de Vendée et participe à la revue départementale et trimestrielle «Flash»)

Nous avons profité de la présence des dirigeants de club pour rappeler que la Puyfolaise le 8 mai 2006, se déplacera sur le site des Alouettes. L'après midi se termina par le verre de l'amitié (accompagné de pains surprises et autres mignardises), le tout orchestré par Brigitte et Didier experts en la matière.



Crédit Mutuel
Océan

LA BANCASSURANCE A QUI PARLER

11 Rue Nationale - LES HERBIERS
02.51.64.87.64



Yves BIDAUD
Hubert ROUILLON
Christophe ROBIN

Courtiers en Assurances

73, rue Abel Châtaignier 13, rue des Marronniers
85140 Saint-Martin des Noyers 85500 Les Herbiers
Tel/Fax : 02 51 07 81 65 Tel : 02 51 92 93 48

Portable : 06 84 51 36 98

■ Assurances Corporelle MMA

Cyclos - Cyclotes du CTH

Quelques petits conseils si vous êtes victime d'une chute de vélo seul ou à plusieurs.

1) Si vous êtes seul à chuter (Dommages Corporels)
Remplir la déclaration d'accident que vous enverrez à MMA dans un délais de **5 jours**.


2) Dans le cas d'une chute collective (à partie de deux)
Chaque cyclo doit remplir une déclaration la plus complète et précise et, si possible en commun.
Ensuite faire parvenir l'ensemble des déclarations dans un envoi groupé à la MMA

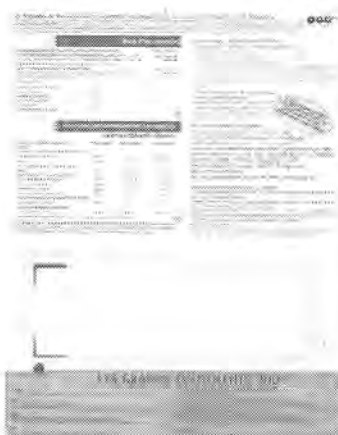


Si vous avez besoin de déclarations elles sont disponibles chez les délégués sécurité : Léon Planchet, Jean Rambaud, Yves Teillet et Guy-Marie Soullard

Rappel : La MMA ne rembourse que ce qui n'est pas pris en charge par la sécurité sociale ou par votre mutuelle.
Exemple : Vous Consultez un Ostéopathe demandez alors une facture et vous serez remboursé.

i Les dommages au casque et à votre cardiofréquence-mètre sont pris en charge à hauteur de 60 et 100€ à partir de la formule Petit-braquet.

 Pour les dommages à votre vélo ou à vos équipements vestimentaires il faut recourir à la formule Grand-braquet, une franchise de 80 et 30 € sera respectivement retenue.



Pour plus de renseignements vous pouvez toujours consulter "les garanties associées à votre licence" au dos du document, licence détachable, reçu chaque début d'année.

■ Les Sorties Découvertes

Nous proposons à tous les amateurs de vélo depuis septembre 2003 nos sorties découvertes. Ces randonnées commencent en mai pour se terminer fin octobre avant les frimas.



Pour 2006, le bureau du club à l'unanimité a décidé de proposer les sorties découvertes dès le 5 mars. Les sorties randonnées auront lieu désormais tous les dimanches toujours accompagnées par les licenciés du Cyclo Tourisme Herbretais.



■ Les Femmes à L'honneur

Mesdames, le 12 mars 2006, le CTH organise pour la 2^{ème} année consécutive la journée de la femme.

Les cyclotes proposent à toutes les femmes de venir faire une randonnée d'environ 20 kms sans difficulté.

Cette agréable matinée se terminera autour du pot de l'amitié offert par le club et servi par les hommes.

INTERSPORT
PRENEZ UNE LONGUEUR D'AVANCE.

Avoir une longueur d'avance sur :

- les prix
- le choix
- le conseil
- l'assistance
- les marques

SARL MODERN'SPORT

Centre Cial HYPER U- 85500 LES HERBIERS

Tél: 02-51-91-19-07 / Fax: 02-51-67-00-91

Email: intersport.herbiere432@wanadoo.fr

LES SORTIES DU DIMANCHE

DEPART 9 H

1 Janvier 2006

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
Bazoges en Paillers	10	10
La Boissière de	17	
Montaigu		
Chavagnes en Paillers	25	20
St André Goule D'Oie	33	28
La Brosière	36	31
Vendrennes	38	33
Mesnard la Barotière	42	37
Beaurepaire	48	
Les Herbiers	55	44

8 Janvier 2006

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
Voie-Ferrée		
St Vincent Sterlanges	16	
St Cécile	18	
St Martin des Noyers	24	
Les Essarts	31	
St André-Goule-d'Oie	39	
St Fulgent	41	25
Mesnard la Barotière	47	31
Les Herbiers	54	38

15 Janvier 2006

Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
St Prouant	14	14
Monsirègne	16	
Chavagne les Redoux	20	
D43 Puis D13		
Le Boupère	32	20
St Michel Mt Mercure	37	25
Les Epesses	44	32
Les Herbiers	54	42

22 Janvier 2006

Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	7	7
St Fulgent	13	13
La Rabatelière	21	
Chauché	25	
St Florence	35	
L'Oie	37	
Mouchamps	43	26
Les Herbiers	55	38

Rendez-Vous sur le parking, rue de Clisson

29 Janvier 2006

Les Herbiers	0	0
La Gaubretière	9	9
Tiffauges	20	20
Les Landes-Genusson	26	26
Bazoges en Paillers	33	33
St Fulgent	40	
Vendrennes	45	
Mesnard la Barotière	49	
Les Herbiers	56	43

DEPART 8 H 30

5 Février 2006

Les Herbiers	0	0
Les Epesses	10	10
St Mars la Réorthe	13	13
à gauche ,La Blottière		
St Michel Mt Mercure	19	
La Comté		
La Chagaie	24	
Le Boupère	27	21
St Prouant	33	27
Mouchamps	43	37
Vendrennes	50	44
Mesnard la Barotière	54	48
Beaurepaire	60	
Les Herbiers	67	55

12 Février 2006

Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
St Prouant	14	14
Monsireigne	16	16
Réaumur	31	31
Montoumais	35	
St Mesmin	42	
=> Pouzauges		38
Vilcreux	47	
La Flocelière	53	
St Michel Mt Mercure	55	46
Les Herbiers	67	58



19 Février 2006

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
St Cécile	18	18
St Martin des Noyers	24	24
La Merlatière	36	
Boulogne	40	
St Denis la Chevasse	45	
Chauché	52	39
St Fulgent	60	47
Mesnard la Barotière	66	53
Les Herbiers	73	60

26 Février 2006

Les Herbiers	0	0
Les Epesses	10	10
Mallièvre	15	15
St Amand s/sèvre	23	23
La Petite Boissière	28	28
Combrand	34	
Le Pin	37	
Cerizay	42	
Montravers	46	
La Pommeraie s/sèvre	51	35
La Flocelière	59	43
St Michel Mt Mercure	61	45
Les Herbiers	73	57

DEPART 8 H

5 Mars 2006

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
Bazoges en Paillers	10	10
La Boissière de	17	17
Montaigu		
Treize Septiers	24	24
St Hilaire de Loulay	32	
La Bernardière	40	
La Bruffière	48	28
Torfou	56	36
Tiffauges	59	39
La Gaubretière	69	49
L'Ouvrardière	74	54
La Belletière	76	56
Les Peux	77	57
Les Herbiers	80	60

12 Mars 2006

Les Herbiers	0	0
St Michel Mt Mercure	12	
St Paul en Pareds	20	6
St Prouant	28	14
Monsireigne	30	16
Chavagnes les Redoux	34	20
Mouilleron en Pareds	42	28
St Mars des Prés	54	40
Puybéliard	58	44
Mouchamps	67	53
Le Gué-Jourdain	70	56
Les Herbiers	80	66

Concentration d'Ouverture
à LUCON 85
Inscription Offerte par le CTH

19 Mars 2006

Les Herbiers	0	0
Les Peux	3	3
La Gaubretière	9	9
Tiffauges	20	20
Torfou	23	23
Montigné s/Moine	30	
Montfaucon s/Moine	32	
St Crespin s/Moine	37	
Clisson	44	
Cugand	47	
La Bruffière	55	31
Les Landes Genusson	64	40
La Gaubretière	69	45
La Pagerie	70	46
Beaurepaire	73	49
Les Herbiers	80	56

26 Mars 2006

Les Herbiers	0	0
Le Gué-Jourdain	10	10
Mouchamps	13	13
L'Oie	19	19
St Florence	21	21
Chauché	31	31
La Rabatelière	35	35
Chavagnes en Paillers	39	39
La Boissière de	47	47
Montaigu		
Les Landes Genusson	54	54
La Gaubretière	59	59
Chambretaud	68	
Les Epesses	76	
Les Herbiers	86	68



**GARAGE
MARTINEAU**
Agent CITROËN

Réparations
toutes marques

Vente neuf
et occasion

40, Rue Georges-Clemenceau
85500 LES HERBIERS
Tél. 02.51.91.07.50



Pasquiel
Equipements

ZI du Bois Joly Nord
85500 LES HERBIERS
Tél 02 51 91 03 10 - Fax 02 51 67 32 85

SORTIES DECOUVERTES

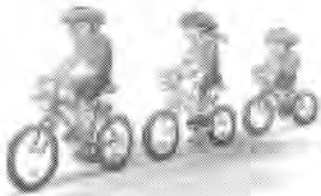
DEPART 9 H

5 Mars 2006

Les Herbiers	0
Mesnard la Barotière	7
=>St Fulgent sur 500m	
Ad puis Ag Paillers	10
Bazoges en Paillers	14
=>La Gaubretière	
Ad La Seignerie	17
St Marie	
Le Pressoir	
Beaurepaire	20
Les Herbiers	27

19 Mars 2006

Les Herbiers	0
Ardelay	2
ST Paul en Pareds	6
=> St Prouant 4km	
A droite et à gauche	
La Débuterie	11
2km puis à droite	
La Pelletrie	13
La Maison neuve	
La Bertaudrie	15
Rochetrejoux	17
La Jonchère	20
Chauvin la forêt	22
Les Herbiers	31



12 Mars 2006

Les Herbiers	0
Ardelay	2
Rue du Bois Joly	
A droite La Comaillère	
Le Boitissandeau	4
ST Paul en Pareds	8
=> St Prouant sur 1km	
A droite La Geletière	
La Grande Naulière	
A gauche Rochetrejoux	
A droite La Garnerie	
A droite Le Colombier	15
La Jonchère	
A gauche puis à droite	
Chauvin la forêt	
A droite Hucheloup	
La Patte	22
Rue Edouard Branly	
Rue de L'Etendue	
Les Herbiers	28

26 Mars 2006

Les Herbiers	0
Ardelay	2
ST Paul en Pareds	6
=>le Boupère	
Les Roches	9
La Davière 2ème à droite	11
Rochetrejoux	15
La Jonchère	18
La Galtière	19
La Guimbaudière	20
Les Herbiers	29



AUTRES SORTIES

La randonnée du Bouchot fait le plein



Le CTH était très bien représenté ce dimanche 6 novembre 2005 à la 25ème randonnée du bouchot de la Séguinière, 23 personnes dont 15 cyclos. Cette randonnée a attiré 3800 participants : 2400 marcheurs, 800 vététistes et 600 cyclos, ce qui doit être un record dans la région. Les boudins et la moquette ont été très appréciés par tous dans un bon esprit de convivialité.

Amis cyclos du CTH n'hésitez surtout pas à vous déplacer dans ces randos les prix sont le plus souvent modeste (3,50€ à la Séguinière) et tous ceux qui s'y déplacent, sont ravis de la bonne ambiance qui y règne.

5 Mars 2006

St Etienne-de-Montluc	44
Route 50-80 km M	
Les Ponts-de-cé	49
Route 40-60-80-100 km M	

Samedi 11 Mars 2006

Rezé	44
Premier pas audax	
Route 100 km	

12 Mars 2006

St Herblain	44
Route 30-50-75-95 km M	
La Tessoualle	49
Route 35-45-70-100 km M	
Luçon	85
Concentration d'ouverture	

Samedi 18 Mars 2006

Rezé	44
Brevet Randonneur et	
Audax de 150 km	

19 Mars 2006

Challans VCC	85
Brevet Fédéral 100km	
La Turballe	44
Route 31-57-75-96 km M	

Samedi 25 Mars 2006

Rezé	44
Brevet Audax de 200 km	

26 Mars 2006

Challans Randonneurs	85
Brevet Fédéral 100km	
Yzernay	49
Route 27-45-65 km M	
Trélazé	49
Route 40-60-80-100 km M	





Cycles
ROLAND BERLAND

*Le changement
dans la continuité*

SARL Christophe MOREAU

5 Avenue des Sables
85500 LES HERBIERS - ☎ 02 51 67 18 34

Garage Dominique MERLET

11 bis Rue de la Métairie
Avenue Georges Clemenceau
85500 LES HERBIERS



OPEL
LES HERBIERS
Tél. 02 51 66 94 36

Les Sorties VTT du Dimanche

JANVIER

01.01.06
BONNE ANNÉE 2006
Rando des "bizous"
 Départ 8h30 local

08.01.06
sortie sur les Herbiers
Préparation Puyfolaïse
 Départ 8h30 local

15.01.06
sortie sur les Herbiers
Préparation Puyfolaïse
 Départ 8h30 local

22.01.06
Mouilleron en Pareds
(85)
 rando des moulins
 Départ 7h30 au local

29.01.06
sortie sur les Herbiers
Préparation Puyfolaïse
 Départ 8h30 au local

FEVRIER

05.02.06
sortie sur les Herbiers
Préparation Puyfolaïse
 Départ 8h30 au local

12.02.06
sortie sur les Herbiers
Préparation Puyfolaïse
 Départ 8h30 au local

19.02.06
Pouzauges (85)
rando, des collines
 Départ 7h30 du local

26.02.06
sortie sur les Herbiers
Préparation Puyfolaïse
 Départ 8h30 au local

MARS

05.03.06
Chauché (85)
rando de la moquette
plate
 Départ 7h30 local

12.03.06
St Mars la Réorthe(85)
rando des Jarries
 Départ 7h30 local

19.03.06
sortie sur les Herbiers
Préparation Puyfolaïse
 Départ 8h30 au local

26.03.06
la Bruffière (85)
 Départ 7h30 local

Ces randonnées sont données à titre indicatif
 Pour tout renseignement contacter
 Guy Marie Soullard 02 51 67 12 36 ou 06 83 06 77
 Bernard Bégaud 02 51 91 18 53
 Dominique Godard 02 51 67 38 36

Pour que le vélo soit un plaisir

Nous faisons la route ensemble, alors partageons là !



Pour la sécurité de tous il est important :

- De porter un casque
- De respecter le code de la route
- D'avoir un comportement respectueux des autres usagés
- De porter une tenue visible de jour comme de nuit
- D'utiliser un vélo bien réglé et en parfait état de fonctionnement équipé d'un éclairage

"Si je connaissais le C... qu'a fait sauter le pont !..."



ETS BRISARD



boissons
 vins en vrac
 vins fins
 fioul contact

LES HERBIERS - La Tisonnière
 tél. 02.51.66.92.31

MOUCHAMPS
 Tél. 02.51.66.21.04



CABINET
YVONNICK LALÈRE
ASSURANCES - PLACEMENTS

ASSURANCES 15, Rue Nationale

85500 LES HERBIERS
 Tél. 02.51.66.03.76 - Fax 02.51.66.93.19
PARTICULIERS ET ENTREPRISES

■ Les « Tamalous »

Quatorze heures vont bientôt sonner au vieux clocher des Herbiers .

Nous sommes le mercredi (jour des enfants). Les seniors ont eux aussi leur récréation : la randonnée des « tamalous ». Au point de rendez vous une quinzaine de coureurs (le nombre est toujours croissant et intercommunal) regarde le parcours affiché. Malicieusement ils regardent aussi le nom, inscrit sur le petit calendrier, du volontaire qui va payer à « bouère » après l'effort.



Le Coup de Bacco

Yves distribue la feuille de route à chacun La féminisation du peloton s'accroît au fil des semaines. Très sympathiques, ces dames restent cependant de redoutables concurrentes.

Et c'est parti pour une randonnée d'une soixantaine de kilomètres. En fin de saison les parcours sont raccourcis, dès le printemps les distances seront entre 70 et 90 kilomètres.

Gégène, Jean, Tintin, Michel, Loulou, Gérard, Joseph, Eric, et les autres enfilent leurs vélos et embrayent derrière notre tandem national : « Paul et Juliane » . Jeannine se blottit dans le milieu du peloton bien décidée à en découdre au milieu de cette horde de mâles. Mais peu importe la puissance des uns ou des autres, le tact et la tradition, dans nos sorties, sont de s'attendre et se regrouper dès qu'un coureur est dans la peine

Avec toujours beaucoup de passion, Yves nous concocte des parcours comme personne. Faire

quatre vingt kilomètres dans le bocage vendéen, sans traversée un bourg

Il faut le faire !!! . Certains appellent ces parcours : « la voie lactée ». D'autres « des routes à bouse ». Toujours est-il que nous y sommes bien dans notre campagne profonde. La sécurité d'abord,

Oh! il y a bien de temps à autres des tracteurs qui obstruent le passage, ou des troupeaux de vaches qui changent de pâture. Peu importe nous sommes chez nous, entre nous sur des routes adaptées au vélo, sans voiture qui klaxonne ou de camion qui frôle près à faire « dégringoler » par son déplacement d'air un coureur svelte. Toutefois, gare aux chiens qui aboient à la traversée des fermes. Certes, « chien qui aboie ne mord pas » mais peut faire tomber.

Et la caravane passe.

Pose « pipi » ou pose « casse-croûte », et c'est reparti pour le retour vers le point de chute. Mais avant le coup de « bacco », il y a toujours le coup de « cul » : le sprint final et là plus de cadeau, chacun se fait plaisir pour se rassembler au dernier stop et rentrer en peloton groupé. Vitesse moyenne 23 !!! 25 !!! : peu importe l'heure n'est plus aux « compètes », ni aux records mais à l'entretien et au plaisir.

Le pot qui clôture cette « rabaïne » contribue à consolider l'amitié qui se ressert autour d'une passion commune : « le vélo ». Et là, devant le petit coup de rosé ou de rouge, il n'y a plus de : T'as mal où ?.



Devinette

Avant de nous séparer,
un petit test vite fait.
Tu réponds très vite,
spontanément, sans
réfléchir.

O.k !!!!!!!

Tu participes à une
randonnée des
« Tamalous », tu
doubles le second. Es-
tu en position de
premier ?

Oui

Non

Si tu doubles le
dernier, tu deviens
l'avant dernier ?

Oui

Non

Herbretaise Automobile s.a.

Concessionnaire

RENAULT

Service Vente Véhicules Neufs
Choix d'Occasions
toutes marques

Ateliers
2 rue de l'industrie

Avenue de la Maine
BP 415
85500 LES HERBIERS
Tél. 02.51.91.01.71



**Charcutier
Traiteur**

20 rue de l'Église - 85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 91 04 16

■ **Sortie VTT du club**

"QUAND LES ROUTARDS CHANGENT DE MONTURES"

En ce dimanche 13 novembre, les vététistes invitèrent les routards du CTH et les gens extérieurs au club à venir découvrir les joies du V.T.T.

25 personnes dont une féminine ont tenté l'aventure. 8H30, photo de famille, suivi du départ.



Direction le Bois-Vert en passant par le petit Bois d'Or, pour une partie d'échauffement avec au rendez-vous bains de boues puis direction la Favrie pour rejoindre les Peux (1er coteaux), redescente sur l'Angirardière, l'Emantruère et remontée sur la Primetière, Bellevue, pour gravir la redoutable côte du gros caillou et rejoindre la Chapelle des Alouettes. Descente vertigineuse vers le parc de Montassier où les premières crevaisons sont apparues!!! Après

réparation direction la Chenelière, la Charillière, montée au Chaffaud puis la Choletière, ici séparation des groupes pour le 29 et le 42 km.



Le 29 km redescend par les sentiers des crêtes ensuite par le Landreau où un certain Fabien S. au passage du petit pont, s'est retrouvé 1 mètre plus bas, plus de peur que de mal.

Pour le 42 km qui remontait sur l'Ormeau, direction le Puy-du-Fou, descente du fossé à la Chouinière en allant sur la Rozeraie, la Basse-Monnerie.



mieux mais fut tout de même très éprouvante pour le vélo de Patrice Remigereau qui en perdit son pédalier à l'arrivée.

Pause: visite de la cave du Moulin chez Yvon.B. (ravito), remonté sur la Creulière, l'Edrillère puis la Baudonnière, la côte qui vous tue en fin de parcours, retour par le chemin des crêtes, le Landreau où là personne n'est tombé du pont. Nous rejoignons l'étang à Jean Luc où grillades et boissons bien méritées nous attendent. Cette randonnée se passa pour le

Un grand bravo aux vététistes

Bernard !
Fait chauffer la colle
Merci

Prochain rendez vous novembre 2006



Cycles BROCHOIRE YM

Venez découvrir
NOTRE NOUVEL ESPACE

PROMO NOËL

20 rue de l'Ouvrardière - LES HERBIERS - Tel/Fax 02 51 66 91 07



Tous les mercredi elles pédalent dans la joie et la bonne humeur !

■ L'HABITANT DE L'OUEST VANTE SA SANTE

Dans leur très forte majorité, les habitants de l'Ouest se jugent en bonne santé. Ils reconnaissent toutefois ne pas faire assez de sport, être souvent stressés et manquer de sommeil. Résultats d'une enquête réalisée le mois dernier à Caen, Rennes, Nantes et Brest.

Pendant un mois, du 10 mars au 15 avril, le «Train de la vie» a sillonné la France. Objectif cette exposition itinérante organisée par Sanofi Aventis: sensibiliser la population aux problèmes de santé, à l'intérêt d'une meilleure hygiène de vie. Et l'informer sur des pathologies comme le diabète, la maladie d'Alzheimer ou l'insomnie.

Dans les villes où il s'est arrêté, des questionnaires ont été soumis aux visiteurs. A Caen, Rennes, Nantes et Brest, ces entretiens ont permis de réaliser une enquête auprès d'un échantillon de 686 personnes. Ils ont été dépouillés et les résultats viennent d'être rendus publics.

D'abord, les habitants de l'Ouest estiment qu'ils ne font pas assez de sport. Ils sont 55 % à le regretter. 47 % se jugent trop stressés, 30 % déclarent ne pas dormir suffisamment, 26 % muent grignoter entre les repas (47 % chez les moins de 25 ans !) Et 23 % pensent que « leur vie professionnelle nuit à leur santé ».

l'alimentation ressort comme une préoccupation plutôt féminine. Les femmes sont plus nombreuses (84 %) que les hommes (72 %) à faire attention à ce qu'elles mangent. Mais également davantage sujettes à ce « grignotage », honni par les nutritionnistes.

D'une façon générale, 95 % des visiteurs interrogés dans les quatre villes se trouvent en bonne santé. Mais seulement 21 % en très bonne santé. À une très forte majorité, ils disent faire des efforts pour bien se porter. l'habitant de l'Ouest apparaît, à cet égard, plus volontariste que la moyenne française. 44 % affirment faire attention à leur assiette, 34 % pratiquer un sport, 18 %, avoir arrêté de fumer.

Quels grands chantiers privilégier pour améliorer la santé? À cette question, les réponses désignent, dans l'ordre, la qualité des produits alimentaires, l'éducation à la santé et la qualité de l'air. La qualité de l'eau n'arrive qu'en cinquième place. Elle n'est la « priorité santé » que pour 21 % des sondés.

■ LES PEDALEUSES DU MERCREDI

Nous avons pris conscience du bien être que procure le vélo. Aussi, nous avons décidé de faire une sortie supplémentaire tous les mercredis (pour garder la ligne)

Yves nous prépare bien gentiment l'itinéraire (35 à 40 km) et nous partons pour 2 ou 3 heures de pédalage!

Nous lui adressons un grand merci car il nous fait découvrir, à chaque sortie, de nouvelles routes de campagne et de nouveaux paysages. Bravo !

Alors Avis aux amateurs: Rendez Vous le mercredi, à 9h00 à la maison Lelièvre pour une petite balade dans le bocage, pleine de joie et de bonne humeur.

■ TELETHON

Le 3 décembre 2005, le CTH était actif dans la salle d'Herbauges: toute la journée, chacun (licencié ou non) est venu pédaler sur 1 des 3 vélos installés sur home-trainer.



L'objectif fixé a été atteint puisque le panneau lumineux « Pédalons pour le Téléthon » ne s'est jamais éteint durant 8 heures !

Notre petite cagnotte mise en route la veille à l'Assemblée Générale n'a cessé de gonfler, jusqu'à totaliser 607,40 €.

Merci à tout ceux qui ont aidé et contribué à ce que cette journée soit une telle réussite. Que ceux qui n'ont pu venir se rassurent: nous serons présents l'année prochaine !



24 heures en Vendée

24 octobre 2005

Les cyclotouristes veulent rajeunir leur peloton

1440 licenciés, 32 clubs dans le département. Le comité départemental de la Fédération Française de Cyclotourisme affiche toujours une belle santé à l'antenne de cette nouvelle saison. Samedi, le comité tenait son assemblée générale aux Herbiers.

L'occasion, pour les pratiquants vendéens, de se féliciter du dynamisme de son comité : organisation de 17 randonnées, délivrance de 11 brevets fédéraux, participation importante à diverses manifestations nationales... Discipline qui permet de pratiquer à tous les âges, le cyclotourisme semble avoir du mal à attirer les jeunes et les formes. Le président vendéen en est conscient. C'est pourquoi il annonce « la poursuite d'actions de promotion » auprès de cette population. A l'image des critères ouverts aux jeunes.



**SOIREE
DANSANTE
Du 28 janvier**

Plus que quelques jours pour retirer vos billets.

Dépêchez vous !

Les Herbiers

son canton, canto

**L'ACBV se retire, le CTH prend en main l'organisation
La Puyfolaïse aura lieu aux Alouettes**

La Puyfolaïse, version 2006, aura bien lieu. Mais seulement, pour la prochaine édition, le 8 mai, le CTH se lancera seul dans l'aventure. Après dix années de partenariat, L'ACBV se retire de l'organisation. Dans la foulée, la manifestation change aussi de site. Elle se déroulera aux Alouettes.



Le Cyclotourisme Herbretais reconduit seul l'organisation de la Puyfolaïse aux Alouettes. Ici, une partie des organisateurs bénévoles.

La Puyfolaïse a été lancée en 1996 par l'ACBV (Athlétique club du bocage vendéen) et le CTH (Cyclotourisme herbretais) sur le site du Puy-du-Fou. « C'était une idée un peu folle, courir, marcher et rouler sur les traces de notre histoire, un 8 mai », se souvient encore Thierry Boursier, président du CTH. Quoi qu'il en soit, la manifestation sportive et populaire, ouverte aux jeunes de 7 à 77 ans, au fil des ans, a acquis ses lettres de noblesses. Et pour cause, en dix ans, ce sont près de 30 000 participants qui ont sillonné les chemins des Meuniers, le Bois des Jarries ou la Sèvre nantaise. « Les parcours variés, l'accueil et les dégustations gourmandes ont séduit le plus grand nombre », se félicite les cyclotouristes.

Des deux clubs fondateurs, l'ACBV se retire cette année de l'organisation « pour se concentrer sur la gestion de sa pépinière de jeunes sportifs », indique Thierry Boursier. Le CTH sera donc seul à gérer la manifestation tout en attendant le retour de son partenaire prévu en 2007 ou 2008. Autre nouveauté, la Puyfolaïse change de site. « Le Puy du fou étant ouvert de plus en plus tôt au public, nous ne pourrions pas proposer l'accueil sur ce site », explique le président.

Le côté festif sera également au rendez-vous avec des grillades, animations sur les produits du terroir et soirée dansante. « Des places de stationnement pour une sécurité maximale seront aussi à disposition des participants ».

Sur le site des Alouettes

Pour la prochaine édition, plusieurs changements se profilent.

LICENCES 2006

N'oubliez pas de les réserver auprès de **Jean-Pierre Perrocheau**



Equipe de rédaction :

Guy BLANCHET - Jean-Yves BENAITEAU - Thierry BOURCIER - Marylène PLANCHET - Christophe PITARD - Patrice REMIGEREAU - Jean-Pierre VRIGNAUD - Jean-Paul TRICOT

H Y P E R U

**OUVERT TOUS LES JOURS
9 h. à 20 h. Vendredi 21 h.
(SAUF DIMANCHE)**

le plus sportif
des HYPERS

**LES
HERBIERS**