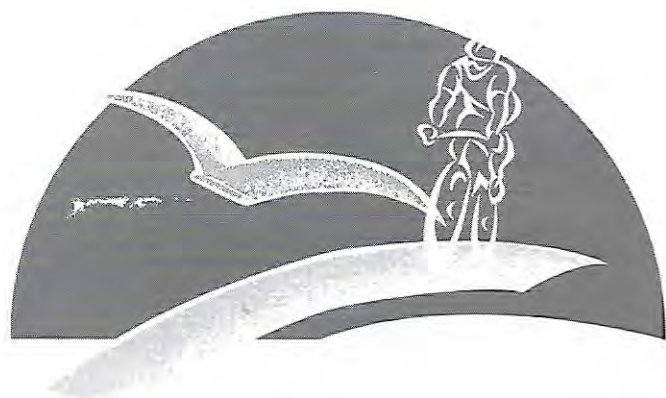




■ EDITO – Le mot du président

Le CTH a 30 ans. Il n'a cessé de progresser depuis. Les politiques conduites par mes prédécesseurs portent leurs fruits et pour cette saison 2007. C'est avec une grande fierté que les membres du club nous accueillons plus de 140 licenciés. Un record historique.



**Cyclo Tourisme
Herbretais**

Mais, d'où provient donc cette dynamique. Certainement que chaque licencié y est pour beaucoup en apportant sa contribution à la vie du club, et la structure du club aussi, qui doit savoir être à l'écoute de ses membres et innover.

Une passion commune nous rassemble, nous unit : la pratique de la bicyclette. Tout seul ou en groupe ; plutôt en groupe pour ce qui concerne les licenciés du CTH. Entre amis ou amies, entre personnes de même niveau, à allure modérée ou vive pour les plus entraînés, chacun y trouve ce qu'il cherche. Chaque semaine, deux rendez-vous sont proposés, le mercredi et le dimanche. Votre 44x18 vous permet de savoir où vous irez rouler en consultant les pages centrales réservées aux parcours.

Pour les sorties du mercredi, vous êtes informés en consultant le panneau d'affichage situé dans la cour de la maison du Centre du Brandon (Maison Lelièvre).

Au fil du temps votre pratique s'accroît et comme la chèvre de M. Seguin vous vous sentez à l'étroit dans notre bocage, les grands espaces vous tentent, votre soif de découverte vous pousse vers de nouveaux espaces. Votre souhait le plus cher est peut être de rouler en montagne ou de partir à la découverte d'une région Française, voir d'un autre pays.

Et bien pour tout ceci le club vous a entendu et vous propose désormais une prise en charge de vos frais de déplacement. Rapprochez-vous de notre trésorier Dominique Godard (06 24 03 80 49), il pourra vous renseigner.

Votre souhait est de progresser, vous connaissez ou pensez connaître vos limites et vous vous entraînez sérieusement, avec ou sans méthode. Vous vous informez et n'êtes pas sans savoir que des accidents cardiaques vasculaires peuvent survenir. Pour prévenir ceci, le club organise actuellement en collaboration avec un médecin sportif, une soirée débat sur les maladies cardio-vasculaires. Nous vous informerons prochainement de ce rendez-vous.

Et chacun d'entre nous peut apporter sa contribution au sein de notre association par son savoir-faire, son expérience, ses connaissances. N'hésitez pas à vous exprimer, à proposer des évolutions, je serai personnellement à votre écoute pour porter auprès du bureau vos idées et propositions.

Bonnes randonnées.

Léon Planchet



LA SOIREE DANSANTE 2007

Félicitations
Mimillo



La fête bat son plein !



Plus de 600 convives



Serveur !
1 bière

Les Cuivres
Chorus



Crédit Mutuel

Océan

LA BANCASSURANCE A QUI PARLER

11, rue Nationale - LES HERBIERS

02.51.64.87.64



■ LE CRITERIUM VTT

Le critérium départemental des jeunes Vététistes s'est déroulé le samedi 10 mars aux Herbiers. Organisé et financé par le CODEP de Vendée, avec l'aimable participation de 21 bénévoles du CTH, ce critérium départemental n'avait plus lieu depuis plusieurs années par manque de participants et d'organisateur.



Sous l'impulsion de Bernard BEGAUD, cette édition 2007 a eu lieu et c'est avec joie que les responsables du CODEP vendéen y ont assisté. Certes le nombre de participants était peu élevé mais promet une édition 2008 de bon augure.



Cette épreuve ludique, qui s'est déroulée sous une météo magnifique, est destinée au moins de 18 ans et constituée de différents points d'évaluation dont voici la liste :

- ↗ Le vélo avant le départ : bon fonctionnement global surtout état des freins, des pneus, ... mais aussi présence des signalétiques pour être vu et du contenu de la trousse à outils
- ↗ Une randonnée d'orientation (10 km environ) : à l'aide d'une carte, les jeunes participants doivent retrouver, dans le temps imparti, les balises disposées sur le terrain par les organisateurs, chaque balise contenant une question
- ↗ Rand-book (10 km environ) : carnet de route à suivre, là aussi attention à respecter le temps alloué et à retrouver toutes les balises
- ↗ Test Nature : questions sur le monde vivant (animal et végétal) de dame nature
- ↗ Test mécanique : changement de chambre à air, remontage de la chaîne, ...
- ↗ Test de maniabilité : petit parcours technique dans le bois situé près de l'Etenduère (photo ci-contre)



La zone testée par Vianney !



L'épreuve de mécanique

Garage Dominique MERLET

63 Avenue Georges Clemenceau
85500 LES HERBIERS



OPEL
LES HERBIERS

☎ 02 51 66 94 36

■ Puyfolaïse 2007 c'est bientôt

La Puyfolaïse aux Alouettes est sur de bons rails. Depuis quelques mois déjà, le comité s'est mis au travail d'arrache-pied dans la bonne humeur, fort de l'expérience de 2006, et du transfert réussi de la manifestation du site prestigieux du Puy du Fou, au cadre verdoyant, historique et tout aussi prestigieux du Mont des Alouettes.

L'objectif principal est de transformer l'essai en 2007, et nous attendons au minimum, autant de marcheurs, coureurs, vététistes et cyclistes, amoureux de la randonnée et de la découverte en milieu naturel.

Pour atteindre notre objectif, nous nous sommes bien sûr donné des moyens en terme de communication :

- La presse écrite se fera largement l'écho de notre manifestation en avril sur les départements de la Vendée, de la Loire Atlantique, du Maine et Loire ainsi que les Deux Sèvres (Ouest France, Vendée Matin, Le Courrier de l'Ouest, La Nouvelle République et Le Hic)
- Internet sera fortement présent au cœur de la manifestation avec www.cth85.com , www.maville.com et de multiples liens avec les sites officiels Vendéens ainsi que celui de notre fédération (FFCT)
- Une banderole sera installée sur le Mont des Alouettes
- Nous allons distribuer 60000 prospectus et placarder 1200 affiches (45000 et 600 en 2006). Chaque licencié est un ambassadeur du club et doit se mobiliser pour distribuer ces affiches et prospectus. Vous projetez une randonnée, la famille, les amis, le tableau d'affichage de votre entreprise, vos collègues, autant d'opportunité pour faire connaître notre manifestation. Faites vous connaître auprès de Thierry il vous donnera le nombre d'exemplaires souhaités. Bonne distribution...

Une sécurité renforcée sur toute la manifestation :

- Plus de 10 gendarmes de la brigade des Herbiers seront mobilisés pour garantir aux randonneurs un maximum de sécurité ainsi que 30 commissaires bénévoles facilement reconnaissables à leur gilet fluo,
- Chaque mètre de sentier a été inspecté par les responsables de commission, l'herbe sera coupée, les arbres couchés débités, les passages délicats sécurisés

La satisfaction de chaque participant à La Puyfolaïse aux Alouettes, dépendra directement des 170 bénévoles impliqués dans la manifestation. Il reste quelques places à pourvoir pour compléter l'effectif. Si vous n'avez pas été sollicité et que vous souhaitez participer à cette grande animation aux Herbiers, manifestez-vous auprès de notre Président Léon Planchet qui vous intégrera à une des équipes constituées.

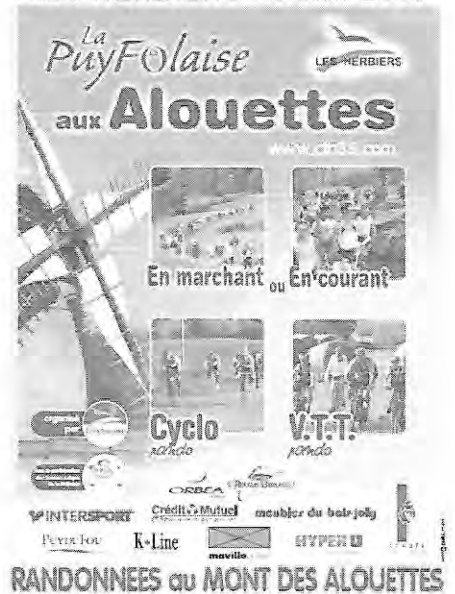
Cerise sur le gâteau :


Alain Desfontaines, le responsable de l'imprimerie Verrier, partageant notre goût des activités natures a fait le choix d'imprimer tous les prospectus et affiches sur du papier certifié PEFC.

C'est quoi PEFC ?

Principale certification forestière à travers le monde, PEFC s'efforce de promouvoir, partout, des pratiques forestières compatibles avec la protection des ressources forestières et le bien-être économique et social des populations concernées. (plus d'infos sur www.pefc-France.org Programme de Reconnaissance des Certifications Forestières)

LES HERBIERS - 8 MAI 2007





Yves BIDAUD
Courtier en assurances
et placements
Complémentaire santé

BP 133 - 85500 LES HERBIERS
Portable 06 84 51 36 98 Fax 02 51 07 81 65
12 rue du Moulin de la Cour - 85110 SAINTE-CECILE
e-mail : yves.bidaud@club-internet.fr

Opticiens

9 h 00 - 12 h 15
14 h 00 - 19 h 00

Dominique CHERVET

Quartier d'Herbauges - LES HERBIERS - Tél. 02 51 91 04 90

■ Le 18 mars 2007

Dimanche en fin de matinée c'est Léon notre nouveau président qui paye "à bouère". Le temps n'est pas de la partie, mais qu'importe, nous nous retrouvons une vingtaine dans son sous-sol. Yves et Jean-Pierre avalent deux verres et hop les voilà repartis ... Hé ! Où allez-vous si vite les gars ? Pas le temps de traîner, nous avons rendez-vous à Pouzauges au Casse-croûte Vendéen.

Accompagnés de leurs épouses, ils ont retrouvé Guy et Thierry pour une dégustation des produits typiques Vendéens. En remerciement du travail accompli au sein du club, le comité, à l'occasion de la dernière assemblée générale, a offert ces repas à nos joyeux drilles. Le repas s'est déroulé dans la bonne humeur et tous étaient ravis de se retrouver ensemble autour d'une si bonne table.

Les fait à retenir :

Denis Gonord, est déjà allé au restaurant avec les VTT.

Jean-Pierre Vrignaud, le grand absent du jour, en compétition moto avec ses enfants, nous a manqué.

Guy Blanchet, était déjà venu en reconnaissance le 18 février. Juste une petite erreur d'un mois...

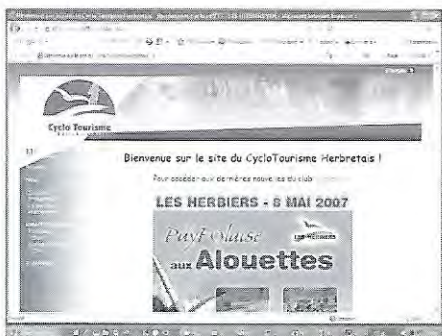
En tous les cas nous avons eu énormément de plaisir à le revoir ainsi que Marie-Claude (prochain rendez-vous le 8 mai)

C'était bien bon. Merci le CTH.

■ La FFCT à 120 ans !

La Fédération Française de Cyclotourisme a 120 ans. Elle souhaite concrétiser l'évènement en conviant tous ses adhérents à réaliser en toutes circonstances 120 km sur route, à VTT ou à VTC. Nous avons reçu par courrier une carte de route à remettre aux licenciés du CTH qui sera homologuée par notre Président. Le kilométrage total parcouru sera une marque de reconnaissance à notre Fédération et un hommage à nos prédécesseurs qui par leurs actions nous ont permis d'être au sein d'une fédération de 120 000 membres. (renseignements chez Léon Planchet)

■ Le CTH a son site internet



Le nouveau site internet du CTH est enfin en ligne ! Patience pour le contenu, quelques jours sont encore nécessaires pour finir de l'établir. Des news (dépêches) y seront ajoutées régulièrement afin de rendre le site le plus interactif possible. De nombreuses informations y seront disponibles. Tout d'abord, le fonctionnement du club y sera décrit afin de le faire découvrir à d'éventuels futurs licenciés. Vous pourrez y trouver également : les plannings concernant les sorties, manifestations, AG, et autres réunions à venir – des parcours – des photos de manifestation... Et de nombreux autres thèmes y seront développés régulièrement. Alors tous à vos souris et bon "surf" ... www.cth85.com



120 km pour les
120 ans
de cyclotourisme



4 formules possibles !

FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE CYCLOTOURISME
12, rue Louis Bertrand
92420 Ivry sur Seine
Tél : 01 48 23 02 28
Fax : 01 47 22 89 95
Membre Ligue 7
Station Tour de France
info@ffct.org www.ffct.org



Pasquet

ZI du Bois Joly Nord
85500 LES HERBIERS

☎ 02 51 91 03 10 - Fax 02 51 67 32 85



*Le changement
dans la continuité*

sarl Christophe Moreau

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

LES SORTIES DU DIMANCHE

DEPART 8 H

Rendez-Vous sur le parking, rue de Clisson

1 Avril 2007

Les Herbiers	0	0
Gare des Epesses	6	6
St Mars la Réorthe	9	9
Châteaumur (haut)	18	18
Les Chatelliers	19	19
St Amand s/sèvre		
La Petite Boissière	27	
=> Mauléon sur 500m		
A droite Trappe		
A droite Combran	35	
Montravers	41	
=> St Mesmin		
A droite le Martinet	44	
Chaignais ad Vilcreux		
La Flocellière	54	23
=> Pouzauges sur 4km		
A droite les Echardières		
L'Haumandière	64	33
Le Boupère	69	38
Les Herbiers	82	51

8 Avril 2007

Les Herbiers	0	0
La Gaubretière	9	9
La Verrie	15	15
Mortagne	21	21
St Christophe du Bois	26	26
Cholet	31	31
La Tessoualle	38	38
Moulins	46	
La Chapelle Largeau	50	
Loublande	54	
Le Puy St Bonnet	59	41
St Laurent s/sèvre	63	45
St Malo du Bois	67	49
Chambretaud	72	54
Les Enfreins	77	59
Les Herbiers	83	65

9 Avril 2007

Lundi de Pâques

Les Herbiers	0	0
Les Enfreins	6	6
Chambretaud	11	11
St Malo du Bois	16	16
St Laurent s/sèvre	20	20
Le Puy St Bonnet	24	24
Loublande	29	
La Chapelle Largeau	33	
Moulins	37	
La Tessoualle	45	27
Cholet	52	34
St Christophe du Bois	57	39
Mortagne	62	44
La Verrie	68	50
La Gaubretière	74	56
Les Herbiers	83	65

15 Avril 2007

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
Bazoges en Paillers	10	10
St Fulgent	17	17
La Rabatelière	24	24
Chauché	28	28
=> Les Essarts sur 500m		
Ad La Merlatière	36	
La Ferrière	43	
St Martin des Noyers	55	
L'Oie	66	40
Mouchamps	72	46
Rochetjoux	77	51
St Paul en Pareds	83	57
Les Herbiers	89	63

21 Avril 2007



Voir dernière page

22 Avril 2007

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
St Cécile	18	18
St Martin des Noyers	24	24
Les Essarts	32	32
Chauché	39	39
Boulogne	45	
St Denis la Chevasse	49	
La Copechagnère	53	
Les Brouzils	58	
Benaston	63	
Chavagnes en Paillers	65	47
La Boissière de Montai	74	
Bazoges en Paillers	81	57
Beaurepaire	84	60
Les Herbiers	91	67

29 Avril 2007

Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
St Prouant	14	14
Monsireigne	16	16
Réaumur	31	31
St Pierre du Chemin	40	
Menomblet	46	
St Marsault	51	
La Forêt s/sèvre	54	
St André s/sèvre	57	
St Mesmin	63	42
La Pommeraie s/sèvre	70	49
Les Chatelliers	74	53
Les Epesses	82	61
Les Herbiers	92	71

Pour tous Renseignements, Vous pouvez Contacter les Responsables
Tel : 02.51.67.06.66
02.51.66.82.46
02.51.67.01.51

1er Mai 2007

(Fête du travail)

Reco La Puyfolaise



6 Mai 2007

Les Herbiers	0	0
Les Epesses	10	10
Les Chatelliers	18	18
St Amand s/Sèvre	21	21
Mauléon	29	29
St Pierre des Echaubrogne	37	37
Maulévrier	39	
Toutlemonde	45	
Nuaillé	51	
Mazière en Mauges	58	
La Tessoualle	63	46
Le Puy St Bonnet	66	49
St Hilaire de Mortagne	72	55
Rochard	73	56
Chambretaud	82	65
=> LA Gaubretière		
L'Ouvrardière	90	
Les Herbiers	95	73

13 Mai 2007

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
Bazoges en Paillers	10	10
Chavagnes en Paillers	20	20
Les Brouzils	26	26
L'Herbergement	31	31
Vieilleigne	40	
La Planche	45	
Aigrefeuille	53	
St Lumine de Clisson	58	
St Hilaire de Clisson	62	
La Bernardière	66	
La Bruffière	74	
Les Landes Genusson	83	59
La Gaubretière	88	64
La Pagerie	89	65
Beaurepaire	92	68
Les Herbiers	99	75

17 Mai 2007

(jeudi Ascension)

Les Herbiers	0	0
Les Epesses	10	10
Mallièvre	15	15
Treize-Vents	17	17
La Chapelle Largeau	21	21
La Tessoualle	29	29
Maulévrier	38	
=> Chanteloup les Bois		
Etang de Péronne	48	
A droite D 65 sur 1 km		
A gauche D 158		
Toutlemonde	56	
Mazières en Mauges	61	
La Tessoualle	67	
Le Puy St Bonnet	70	33
Mortagne s/Sèvre	75	38
La Verrie	80	43
La Gaubretière	86	49
Beaurepaire	91	54
Les Herbiers	98	61

20 Mai 2007

Les Herbiers	0	0
La Croix Bara	7	7
St Mars la Réorthe	9	9
La Blottière		
Chateaumur	17	17
St Amand s/sèvre	21	21
Treize-Vents	30	30
Mallièvre	32	32
Les Epesses	37	37
Le Fossé -Puy du Fou	41	41
=> St Malo sur 4 km		
Chambretaud	51	51
La Verrie	59	
La Pierre branlante		
St Aubin des Ormeaux	68	
St Martin des Tilleuls	71	
Les Landes Genusson	77	
Bazoges en Paillers	84	
La Gaubretière	91	60
Les Herbiers	100	69

INTERSPORT®
PRENEZ UNE LONGUEUR D'AVANCE.
avoir une longueur d'avance sur **Les prix**
Le choix
Le conseil
L'assistance
Les marques
Centre Commercial HYPER U
LES HERBIERS ☎ 02 51 91 19 07

AXA Yvonnick LALERE
ASSURANCE - PLACEMENT - BANQUE
 15 Rue Nationale - 85500 LES HERBIERS
 Tél. 02 51 66 03 76 - Fax 02 51 66 93 19
 e-mail : agence.lalere@axa.fr
 www.axa.fr/lalere.lesherbiers
Particuliers Professionnels Entreprises

LES SORTIES DU DIMANCHE

(suite)

SORTIES DECOUVERTES

27 Mai 2007

Les Herbiers	0	0
Le Gué-Jourdain	10	10
Mouchamps	13	13
St Cécile	19	19
Les Chaffauds	24	24
Le Fuiteau	34	34
L'Angle Guignard	36	36
La Réorthe	42	42
=> Chantonay sur 1 km		
St Philbert Pt Charrault	50	50
St Mars des Prés	54	54
Sigournais	58	58
Chavagnes les Redoux	65	
Tilly		
Le Boupère	78	
St Prouant	84	65
St Paul en Pareds	92	73
Les Herbiers	98	79

3 Juin 2007

Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	7	7
St Fulgent	13	13
Chauché	21	21
St Denis la Chevasse	29	29
Les Lucs sur Boulogne	41	
Beaufou	45	
Saligny	54	
=> Dompierre sur 4 km		
La Merlatière	67	38
Les Essarts	73	44
St Cécile	83	54
Mouchamps	89	60
Les Herbiers	101	72

10 Juin 2007

Les Herbiers	0	0
St Michel Mt Mercure	12	12
La Flocelière	14	14
La Pommeraie s/Sèvre	21	21
=> St Mesmin		
Les Limouzinières	26	26
St André s/Sèvre	32	
La Forêt s/Sèvre	35	
=> Moncoutand		
Courlay	42	
La Laimière	45	
Cirière	50	
Brétignolles	54	
Le Pin	58	37
Combrand	61	40
St Amand s/Sèvre	75	54
Les Chatelliers	78	57
Les Epesses	86	65
Les Herbiers	96	75

17 Juin 2007

Les Herbiers	0	0
Le Gué Jourdain	10	10
Mouchamps	13	13
St Vincent Sterlanges	18	18
St Cécile	20	20
St Martin des Noyers	26	26
La Ferrière	38	
Château-Fromage	43	
Bourg sous la Roche	47	
A droite Les Oudairies	48	
IUT La Courtaisière		50
La Bretèche		50
Moulin-Neuf		
Dompierre s/Yon	59	
Boulogne	68	42
Chauché	74	48
St Fulgent	82	56
Mesnard la Barotière	88	62
Beaurepaire	94	68
Les Herbiers	101	75



24 Juin 2007

Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
St Prouant	14	14
Monsireigne	16	16
Chavagnes les Redoux	20	20
Bazoges en Pareds	28	28
St Hilaire du Bois	33	33
St Martin-Lars	40	
Champjuillon	43	
Thiré	46	
St Hermine	50	
St Juire Champjuillon	54	
D43 sur 4 kms		
A gauche => Villeneuve		
St Philbert du Pont	64	38
St Mars des Prés	68	42
Puybéliard	72	46
Mouchamps	81	55
Les Herbiers	93	67

DEPART 9 H

8 Avril 2007

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

22 Avril 2007

Les Herbiers	0
Ardelay	3
D23 La Pillaudière	6
Moulin à Tan	7
La Haute Daudière	
L'Audonnière	12
D13 La Rocardière	15
Mouchamps	16
=> Vendrennes	
Le Plessis	18
A droite Le Parc	20
Soubise	
Les Verries	22
Le Gué Jourdain	23
La Pâte	27
Rue Edouard Branly	
Les Herbiers	33

6 Mai 2007

Les Herbiers	0
=>St Michel Mt Mercure	
à droite les Carrières	3
Stop à droite	
Le Bois Joly	7
Les Erables	
La Commaillière	
Le Boitissandeau	10
La Jonchère	13
Rue de la Galtière	
Stop à gauche	
Mesnard la Barotière	23
Les Herbiers	30
Mesnard la Barotière	23
Les Herbiers	30



20 Mai 2007

Les Herbiers	0
La Croix Bara	7
A droite la Bonnelière	10
ST Paul en Pareds	14
=> St Prouant 4km	
Rochetretoux	20
=>Mouchamps sur 200m	
A droite la Garnerie	
A gauche le Colombier	
La Jonchère	
Le Loup Blanc	
Les Herbiers	33

3 Juin 2007

Les Herbiers	0
=> Beaurepaire	
La Lande	4
Ag les Ht Barouères	
Serit	7
Mesnard la Barotière	10
La Tricherie	12
La Reveillère	
Vendrennes	15
Le Parc Soubise	19
Les Verries	22
Le Gué-Jourdain	24
Les Herbiers	34

17 Juin 2007

Les Herbiers	0
Les Peux	3
La Belletière	4
La Chataigneraie	7
=> Chambretaud	
Ag la Rousselière	10
La Gilbretière	11
Ad la Délinière	
L'Aubretière	13
La Gaubretière	14
Beaurepaire	18
Mesnard	24
Les Herbiers	31



Ces Celliers de Grand Lieu
Les Caves Clémenceau

2, av. des Marronniers - LES HERBIERS
Tél. 02 51 67 07 71

ETS BROCHOIRE Y.M.

20 RUE DE L OUVREARDIERE
85500 LES HERBIERS

TEL 02.51.66.31.07

AUTRES SORTIES

BREVETS

RANDONNEES

1 Avril 2007

Vern-d'Anjou	49
Route 30-50-80km VTT & Marche	
St Philbert-Pontcharault	85
Route 25-46-60-70km VTT 22-32-42-49km	

8 Avril 2007

St Nazaire	44
Route 36-50-76-106km	

15 Avril 2007

Couéron	44
Route 30-60-80km VTT	
La Breille-les-pins	49
Route 30-50-75-95km VTT & Marche	
Le Louroux-Béconnais	49
Route 30-60-80km VTT & Marche	



22 Avril 2007

La Turballe	44
Route 31-57-75-96km VTT & Marche	
Les Rosiers/loire	49
Route 25-35-55-75 95-110 km VTT & Marche	

29 Avril 2007

St Joachim	44
Route 25-50-75-100km	
Chanteloup-les-bois	49
Route 30-50-75-90km VTT & Marche	
La Châtaigneraie	85
Route 20-45-65-90km VTT & Marche	

1er Mai 2007

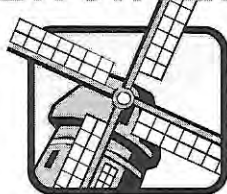
St Sébastien / Loire	44
Route 30-70-110km	

6 Mai 2007

NorD / Erdre	44
Route 25-50-70-100km VTT & Marche	
Carquefou	44
Route 30-60-85km	
Jallais	49
Route 30-40-60-80km VTT & Marche	
La Chapelle-Launay	44
Route 31-51-75-95km & Marche	

Mardi 8 Mai 2007

Appel
à tous les volontaires
Randonnée du club



13 Mai 2007

Moutier/Lay	85
Route 12-30-60-80km & Marche	
St Georges / Loire	49
Route 23-45-65-90km & Marche	

20 Mai 2007

Crossac	44
Route 35-50-80-107km VTT & Marche	
Beaupréau	49
Route 40-60-75km VTT & Marche	

27 Mai 2007

Chemillé	49
Route 27-40-60-80km VTT & Marche	

3 Juin 2007 (Fête du vélo)



St Hermine	85
Route 20-40-60-80km	
Rezé	44
14h(sam) à 18h(dim)	
St Nazaire	44
Route 50-90-128km VTT & VTC	

10 Juin 2007

Luçon	85
Route 20-60-85km	
Somloire	49
Route 25-45-60-75km VTT & Marche	
Chalonnnes / Loire	49
Route 30-60-80km VTT & Marche	
Orvault	44
Route 40-60-90-120km VTT & VTC	



17 Juin 2007

La Chapelle-des-Marais	44
Route 30-50-72-107km	
Pornic	44
Route 40-70-100km VTT & Marche	

24 Juin 2007

La Tranche / Mer	85
Route 30-55-75-100km	
St Gemme / Loire	49
(St Jean des Mauvrets)	
Route 30-75-90km VTT & Marche	

Lieu	km	jou	moi
Angers	200	01	04
Le Mans	200		
Challans	150		
La Turballe	100-200	07	04
Challans	150	08	04
Ancenis	100-200	14	04
Cholet	300	15	04
Charzais 85)	100		
Challans	200		
Trignac	300	21	04
Angers	300	22	04
Challans	200		
Charzais 85)	200	29	04



Les Sables	200	01	05
Challans	300	05	05
Angers	400	06	05
Changé	200	12	05
Cholet	400		
Laval	400		
Nort/Erdre	400	19	05
Challans	400	26	05



Changé	300	02	06
Angers	600		
Challans	400		
Rezé	600	09	06
Cholet	600		
Laval	600		
Sablé	600		
Challans	600	16	06

Garage GÉRARD BOUHIER



Réparation
Ventes neufs
et occasions
Toutes marques
Tolérie - Peinture

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



Cyclo Tourisme
Herbretais

Les Sorties VTT du Dimanche

Pour les sorties à l'extérieur, départ 7h30 au local.
Pour les sorties sur les Herbiers, départ 8h00.
Lieu de départ: Parking maison Lelièvre, rue de Clisson.
Ces randonnées sont données à titres indicatifs.

AVRIL

- 1/ ST PHILBERT DE PONT CHARAUD (85) Rando des Deux Lay 22 à 49 km. FFCT – Prix 4€, -18 ans 2€ - Départ 8H30 au local.
- 1/ LA ROMAGNE (49) Rando La Romagne - 17 et 60 km
Prix 3.50€, -14 ans 2€ - Départ 7H30 au local
- 1/ LES EPESSSES (85) La Spycéenne 23 à 44km
- 8/ CLISSON (44) La Tirolienne - 15 à 55 km, prix 5.5€, enfant 3€ - Départ 7H30 au local.
- 15/ LES HERBIERS Départ 8H00 au local
- 22/ LES HERBIERS Départ 8H00 au local
- 29/ LA CHATAIGNERAIE (85) – 22 à 55 km – Prix FFCT 6€, -15 ans 3.50€ - Départ 7H30 au local

MAI:

- 1/ LES HERBIERS Départ 8H00 au local
- 6/ TILLIERES (49) La rando des Tillpattes – 25 à 45 km – Prix 4€, -14 ans 2.50 € - Départ 7H30 au local
- 6/ ST HILAIRE DE CLISSON (85) la Rando Omelettes – 20 à 50 km
- 8/ LES HERBIERS – **LA PUYFOLAISE AUX ALOUETTES**
- 13/ LES EPESSSES (85) – Départ 8H00 au local
- 20/ BEAUPREAU (49) Rando du Cœur des Mauges – 25 à 45 km - Prix FFCT 4€, -18 ans 2€
Départ 7H30 au local
- 27/ CHEMILLE (49) – Rando des Plantes Médicinales – 20 à 60 km – Prix FFCT 3.50€, -18 ans 2€
Départ 7H30 au local

JUIN:

- 3/ LES HERBIERS Départ 8H00
- 10/ GETIGNE (44) Rando des Deux Vallées – 23 et 59 km – Prix 4€, -14 ans 2€ - Départ 7H30 au local
- 17/ LES HERBIERS Départ 8H00.
- 24/ LES HERBIERS Départ 8H00

■ Le saviez-vous ?

En 2006 notre fédération, la FFCT, comptait 116 878 adhérents répartis en 23 ligues. Ces ligues sont elles même divisées en comités départementaux regroupant les 3144 clubs et les 3535 membres individuels. Pour notre part nous sommes affiliés à la ligue des Pays de la Loire (Président Gérard Hamon) et au comité départemental de la Vendée (Président Claude Seguin). Depuis cinq ans, nous sommes entrés dans la liste nationale des clubs de plus de 100 membres. Avec 136 licenciés, nous avons terminé l'année 2006 à la 51^{ème} position sur 137 clubs.

■ Les Cyclos-guides

En 2006 notre fédération, la FFCT, a initié les cyclo-guides. Ce projet consiste à proposer des circuits touristiques aux adeptes de la petite reine sous forme de guides qui mailleront notre département. Ils seront à disposition dans les offices de tourisme.
Au CTH, Yves Teillet et Jean-Paul Tricot s'y sont collés. Les directives de notre Comité Départemental étaient des plus flous... Ils se sont pourtant attelés à la tâche avec passion, professionnalisme et l'imagination débridée. Le résultat présenté est époustoufflant. Ils nous proposent une dizaine de circuits touristiques, riches de commentaires léchés et de renseignements organisationnels. Le tout, bien sûr, déjà mis en page et prêt à être imprimé, sous un format pliable, facile à glisser dans la poche d'une touriste. (plus d'info sur www.cth85.com)



**GARAGE
MARTINEAU**
Agent **CITROËN**

Réparations
toutes marques

Vente neuf
et occasion

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



Chareutier
Traiteur

20 Rue de l'Eglise - 85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 91 04 16

■ Joyeux Anniversaire

Lors de notre sortie du 28 février nous avons fêté le 75^{ème} anniversaire de

Jean GATTI .



Ce fringant, jeune homme et grand cycliste Nous a réservé, avec son épouse, un chaleureux accueil qui a été fêté comme il se doit en chanson, accompagné par Joseph à la trompette.

Un peu de poésie dans ce monde de « brutes

Pédaler dans le Bocage

*Ce ne sont que des mots
Il faut au-delà du vélo
Découvrir tous ces petits sentiers
Tous ces saules cendrés
Bocage, terre cachée
Dans son cœur il faut rentrer
Et vous rencontrerez
Bien sûr ses ravins de genêts
Mais lors de vos promenades
Lors de vos balades
Vous serez surpris par l'amitié
Partagée sur les chaussées
De ces mille et un « routins »
Qui nous prennent par la main
On partage le chant
Des oiseaux, des amants
On se sent apaisé
Loin des bruits, sur nos « très »*



■ RANDONNEES MER/MONTAGNE...

La Mer/Montagne c'est quoi ? C'est une randonnée qui consiste à rallier à bicyclette ou à tandem, n'importe quel point du littoral français à un sommet déterminé dans l'un de nos cinq massifs montagneux. Vingt et un points d'arrivée sont proposés dont cinq dans les Pyrénées et autant dans le Massif Central.

Deux formules :

- **randonneur** sur la base de 10 km/h, arrêts compris –
- **touriste** sur la moyenne de 60 km/jour.

L'itinéraire est laissé au choix des participants et doit être le plus direct possible et éviter les grands axes routiers. Ces randonnées doivent être réalisées dans le pur esprit cyclotourisme et les voitures suiveuses interdites.

Les bulletins d'inscription sont à se procurer auprès du délégué fédéral qui fournira aux participants le carnet de route, la plaque de cadre et les cartes postales de contrôle. Une médaille souvenir pourra être acquise à l'issue de la randonnée.

A ma connaissance, aucun licencié du club ne s'est encore lancé dans l'aventure. Une lacune qui reste à combler Le printemps qui arrive et les jours qui allongent devraient donner l'envie ! Faites vous connaître, j'en suis !

P. Gentreau

■ VOYAGE ITINERANT...

Un projet de voyage itinérant est actuellement en préparation. Il a été envisagé et évoqué lors de notre dernière Assemblée générale.

Départ des Herbiers le dimanche 13 mai.

Saint-Malo en deux étapes de 175 et 140 kilomètres. Traversée Saint-Malo / Portsmouth le mardi 15.

Trois étapes en Grande-Bretagne (attention on y roule à gauche de la chaussée

Arrivée à Newtown qui organise cette année les "Jum'Olympiades" avec les Comités de jumelage des Herbiers, Coria et Liberwolkwitz.

Retour aux Herbiers le lundi après-midi 21 mai.

Le budget prévisionnel s'établit autour de 2.300,00 euros.

Il reste des places et le voyage n'est pas réservé aux seuls cyclos retraités du mercredi Si le cœur vous en dit...

Paul Gentreau

■ CASQUE A VELO...

Une "brève" dans le quotidien Ouest-France intitulée « le port du casque à vélo, facteur à risque ? » rappelle que 180 cyclistes ont été tués dans les accidents en 2005 et que le Gouvernement a lancé l'été dernier une campagne pour promouvoir le port du casque à vélo. Un usage qui s'est généralisé sur route mais reste marginal en ville.

Selon une étude menée par un psychologue britannique de l'université de Bath, le port du casque à vélo pourrait être un facteur de risque supplémentaire pour les cyclistes. Après avoir analysé quelque 2.500 dépassements, celui-ci, Ian Walker conclut que les automobilistes prennent beaucoup moins de précautions lorsqu'ils dépassent un cycliste casqué et frôlent de beaucoup plus près les deux roues...

Dans un courrier des lecteurs, cette information a fait tout aussitôt réagir le Docteur Lhuissier de Rennes, pratiquant régulier, qui affirme que le port du casque est associé à une réduction d'au moins 45% des blessures à la tête et 29% des blessures mortelles. Il conclut que même si le port du casque par le cycliste induit parfois un comportement à risque chez l'automobiliste qui le dépasse, son caractère protecteur est réel en cas d'accident.

Le dernier mot appartient à notre Fédération qui publie dans son numéro de décembre 2006 qui affirme que l'étude en cause, qu'elle qualifie de sérieuse, ne change en rien son attitude vis-à-vis du port du casque qu'elle encourage vivement tout en respectant la liberté de chacun...

« ... la sécurité routière est une question extrêmement complexe et le port du casque n'aura certainement pas les effets escomptés s'il n'est accompagné d'une meilleure éducation de tous les usagers. »

Paul Gentreau

INFORMATION PREMIERS SECOURS POUR CYCLOTOURISTE

Objectif : S'initier aux gestes d'urgence en cas d'accident cyclotouriste

• PROTEGER

Se protéger soi-même tout d'abord, la victime et le reste du groupe du sur-accident : Mettre le groupe en sécurité sur le bas côté, soustraire la victime d'un danger immédiat que l'on ne peut neutraliser et qui mettrait en péril sa vie (dégagement d'urgence par les poignets ou les chevilles).

• ALERTER

Alerter les secours en utilisant un numéro d'urgence : **15 – 18 – 112 – 17**

- S'identifier
- Donner son n° de téléphone
- Indiquer la localisation de l'accident : route, ville, lieu-dit, direction, point kilométrique, points remarquables si hors route.
- Nature de l'accident : accident cyclo seul ou contre voiture, malaise, chute
- Nombre d'impliqués, de blessés
- Gestes réalisés
- Dangers persistants (circulation importante, ..)

• SECOURIR

En cas de chute, vérifier si la personne vous parle et répond à vos questions ? :

- Si la personne ne réagit pas, la mettre sur le côté et contrôler si elle respire.
- Si elle répond, la réconforter, empêcher le refroidissement, la réchauffer, lui parler.
- Si elle se plaint du dos, immobiliser la colonne vertébrale en maintenant la tête,
- En cas d'hémorragie, il faut la stopper grâce à une compression manuelle directe (pas d'objet, pas de fracture ouverte) sinon point de compression à distance au pli de l'aîne pour les membres inférieurs, sous l'aisselle pour les membres supérieurs.

Quelques règles à respecter pour le bon déroulement d'une sortie...

- Porter un équipement efficace : casque, gants, vêtements visibles (chasuble), tenue de pluie,...
- Avoir sur soi un minimum de documents : pièce d'identité, licence, groupe sanguin, n° de téléphone, personne à joindre en cas d'accident, traitement médical spécifique, particularités,...
- Emporter un téléphone portable au moins par groupe
- Maintenir son cycle en bon état : pression pneus, freins, éclairage,...
- S'alimenter la veille en lipides et le matin en glucides en préparation de l'effort
- Se ravitailler fréquemment pendant la sortie notamment en eau.
- Prévoir une trousse de secours : compresses antiseptiques, pansements, bandes, ciseaux,...
- Laisser son itinéraire même si on ne part pas seul, emmener une carte, de la monnaie.

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
☎ 02 51 91 01 71

 **Boulangier Pâtissier
Chocolatier
Restauration Rapide
Brioche Vendéenne
Dominique PLANCHOT**

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



■ LES ANNONCES

■ Horaire d'été 2007 - TAMALOUS

Comme à l'accoutumée, l'horaire d'été pour les sorties du mercredi commencera

« le 1^{er} mai à 8 heures » .

Il y aura un affichage au local pour le rappel à la mémoire. Félicitations à tous pour votre assiduité et à l'enthousiasme que vous y apportez. Nous sommes heureux d'accueillir de nouveaux adeptes.

■ Sortie familiale à la mer

Cette année la sortie familiale des « tamalous » et autres adhérents du club qui se trouvent disponibles et intéressés est fixée le **samedi 9 juin 2007**. Toujours en direction de la mer, toutefois la destination pourra varier. N'hésitez pas à venir découvrir cette journée loisir. En attendant l'arrivée des « cyclos », une marche est prévue, sur les falaises de la côte, pour les accompagnateurs ou accompagnatrices. Comme toutes les choses bien faites, après l'effort il y a toujours le réconfort.

D'avance à tous : < **Bonne journée** >

■ La Gégène 2007



Cette année la gégène aura lieu le 21 avril.

2 parcours vous sont proposés à partir du local :

- 150 km – 2 Départs à 7h00 et 7h30
- 80 km – Départ à 8h15

A l'arrivée Didier et son équipe vous attendent pour une grillade partie.

Le CTH souhaite à tous les participants une excellente randonnée.

■ La Léone 2007

Pour 2007 rendez-vous le 1^{er} juillet pour la randonnée de La Léone.

Un parcours au cœur du Bocage qui vous mènera vers Chantonay et son réseau hydrographique. Vous passerez au lieu dit l'assemblée (Non pas l'Assemblée Nationale) mais l'assemblée des deux Lays. Passage de gué au rendez-vous.

Quelques km plus loin Marylène et Léon vous attendront pour un frugal ravitaillement au bord de l'eau.

Avis aux amateurs.



■ Ami lecteur à ta plume ...

Vous avez la plume facile, un récit de randonnée à narrer une histoire à raconter, Christophe Pitard vous accueillera et vous permettra de publier votre article dans un numéro à venir du 44X18. Alors n'hésitez plus contactez-le, au 06 09 71 43 37. A très bientôt

La PuyFolaise
aux Alouettes

8 Mai
2007

En marchant
En courant
En pédalant
VTT, VTC et Cyclos

LES HERBIERS
RANDONNEES AU
MONT DES ALOUETTES

Equipe de rédaction :

Thierry BOURCIER – Joseph GUILLOTON – Marylène PLANCHET – Christophe PITARD – Patrice REMIGEREAU – Yves TEILLET – 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