



Trimestriel n°110 - SEPTEMBRE 2010

Rouler, protégé du vent dans le sillage d'un ou de plusieurs cyclistes permet d'économiser jusqu'à 30% d'énergie. Plus la vitesse s'élève, plus il faut vaincre la résistance de l'air. Sur une route plate, sans vent, un cycliste dépense six fois plus d'énergie entre 20km/h et 40km/h. pour lutter contre cette résistance tout en maintenant la vitesse souhaitée, il y a deux options : soit adopter une position aérodynamique, soit rouler derrière un abri coupant le vent. Dans la roue d'un autre, vous profitez de ce mur invisible. En relais, chacun affronte à son tour cette résistance et permet d'économiser des forces, ainsi l'on peut garder la moyenne souhaitée plus longtemps. Au sein d'un peloton, à allure régulière, la protection est encore optimisée nonobstant l'abri, il y a un véritable phénomène d'aspiration qui vous entraîne, permettant d'établir une allure qui n'a rien à voir avec celle réalisée en solo. Les choses se compliquent quand le paquet, par jeu de compétition, donne des à-coups généralement dans les bosses. Aux perturbations musculaires engendrées par ces accélérations, s'ajoute la peur de la chute, du fait des rapprochements avec les autres coureurs et du manque de visibilité de la chaussée. D'autant que les routes empruntées dans notre bocage nous cachent souvent quelques bons nids-de-poule ou gravillons qui incitent à la prudence. Aussi dans la meute, le cycliste subit plutôt qu'il impose. Vu de l'intérieur aucune sortie en peloton n'est tranquille. Il faut savoir se mouvoir avec aisance et sans crispation. Il faut également une vigilance accrue des soubresauts des coureurs, en cas de trous, moins productifs qu'une allure soutenue et régulière. Au sein d'un peloton, la meilleure place se situe dans le premier tiers, elle permet d'anticiper les accélérations économisant ainsi l'énergie qui faut dépenser si durant un effet accordéon vous devez rattraper le train.

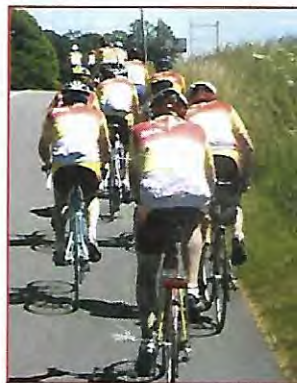
### Le Peloton du C.T.H.

#### Avant



La camaraderie est de mise au C.T.H. Heureux de partager la même passion et de se retrouver aux sorties hebdomadaires, le peloton immortalise souvent ses sorties pour en garder le meilleur souvenir. C'est le moment de décontraction et de plaisanteries qui fusent en son sein.

#### Pendant



Au départ le peloton est très bavard, phénomène qui s'estompe au fil des kilomètres. Solidaire dans les difficultés, il y a toujours l'action « groupir » pour les retardataires. Il s'arrête devant un ennui mécanique entraînant le coureur en panne. A l'arrivée le sprint lui appartient et il a pas de quartier pour les faibles.

#### Après



Déshydratation étant, il faut recharger les accus. Après la course, le peloton se retrouve autour du verre de l'amitié. Très apprécié pendant ce moment de convivialité, il échange ses impressions sur le parcours, les difficultés, la région traversée. Le bonheur de s'être surpassé ne peut pas s'expliquer si l'on n'a jamais pédalé en peloton.

J.P.

#### Quand les politiques s'affrontent à vélo...

C'est donc Brejnev et Nixon qui font une course en vélo et c'est Nixon qui gagne  
Le lendemain la Pravda titre à la une :

« Notre camarade Brejnev brillant deuxième, Nixon avant-dernier »



## Où Etions nous ?

**La Léone 2010** C'est le dimanche 4 juillet que s'est déroulée la traditionnelle randonnée annuelle du CTH : « La LEONE ». Dès 7h45 notre président donnait ses instructions et les plans de parcours à une trentaine de cyclos venus au départ place de la maison « Lelièvre ». De plus s'ajoutaient une douzaine de marcheurs et huit vététistes de « Bournezeau » qui sont venus accompagner les herbretais et découvrir le barrage du lac de la « Vouray » et ses alentours. Beaucoup d'ambiance au "ravito" prévu à mi-parcours près de l'étang de Marylène et de Léon à la Davière de Chantonnay. Rencontre conviviale et très sympathique sous le soleil d'un plein été. C'est la saveur des cerises de Léon qui fut très appréciée des participants durant la halte au ravitaillement. D'autant que nos sportifs venaient de gravir la terrible côte "du champ du loup" devenue célèbre sur les ondes lors du championnat de France cycliste professionnel qui s'est déroulé le dimanche précédent. Félicitations à notre président et son épouse pour leur accueil et leur organisation, ce fut une totale réussite. G.V.



photos: Glen 2010

## Semaine Régionale à Jonzac en Haute-Saintonge



Du 03 au 10 Juillet 2010, les « Cyclos » de Jonzac et les clubs environnants ont concocté aux 178 concurrents, dont trois belges, des circuits de toute beauté dans : les vignobles du cognac et du pineau, les forêts de pins maritimes, les paysages sauvages de l'estuaire de la Gironde. Cette semaine régionale qui figure au calendrier national de la F.F.C.T aura lieu, en 2011, à Thouars et, en 2012, à Confolens. Au cours de ce séjour, sept circuits, en étoile, sont au programme de la semaine, tous en partance de Jonzac. A l'image de la semaine fédérale, les distances varient entre 60 à 120 kilomètres avec des « ravitos » offerts chaque jour par le club local qui a préparé le circuit. Chaque jour, une randonnée marche est programmée pour ceux qui le désirent. L'ouverture de la semaine débute toujours par une superbe soirée apéritive de bienvenue, elle est suivie de succulentes grillades, le tout animé par un orchestre local. Tous les soirs, vers 18 heures 30, une réunion d'informations prépare les circuits du lendemain. Un tirage de tombola, moyennant une modeste mise d'un euro (facultatif), s'en suit permettant aux plus chanceux, nonobstant de nombreux lots, de gagner un jambon chaque jour, le tout en dégustant leur pineau de qualité. Une soirée festive signe la fin de cette semaine mémorable, compte tenu de l'excellent et chaleureux accueil du club de Jonzac et de son organisation parfaite. Cela incite à découvrir cette belle région ou y revenir dans cinq ans Paul Charrier

## Les « Randos » permanentes : au CTH aussi.

Certains d'entre nous s'intéressent aux randonnées permanentes, ces itinéraires proposés dans la revue fédérale par un club, un comité départemental, ou une ligue. Ces circuits sont particulièrement complets par leurs caractères géographiques, historiques, ou culturels. Même les plus sportifs y trouvent leur compte car en plus il faut s'attendre à ce qu'il y ai quelques bosses, de longues lignes droites, du vent de face, parfois même de la pluie, du froid, mais aussi, il faut le dire, du grand beau soleil ! Chacun est libre de faire sa randonnée à la date qui lui convient, seul ou en groupe, dans les délais et les aspirations des uns et des autres. Sous la houlette de **Raymond Barreau** (adepte des R.P depuis 25 ans) quelques uns, parmi nous, ont eu au printemps, l'occasion de rouler à ses côtés autour de **Challans** pour les : « **les canards en selles** ». Cinq boucles en étoile, entre 110 et 170 kms : Noirmoutier, les Ports ostréicoles, la Côte vendéenne, le Circuit des étangs, et celui du Souvenir, ces deux dernières ayant un caractère bocager. Les R.P sont homologuées et prises en compte pour le challenge de France. Les correspondants qui gèrent les renseignements et les inscriptions sont des cyclos attentionnés et disponibles. Durant l'été, bon nombre de licenciés du CTH se sont régalés sur les routes de France et d'ailleurs. A la semaine fédérale, sur le tour de France de l'U.S métró, le Ventoux, le Tourmalet, l'Aubisque, les Plages du débarquement, sans compter les cachetiers qui nous reviennent les mollets bronzés et endurcis. Bravo à vous les braves, (filles et garçons) mais ne tirez pas trop fort sur les pédales dans nos circuits du mercredi et du dimanche, pensez aux copains ...ceux de l'arrière, ensemble, c'est mieux. Bonne rentrée à tous. G.V.



**FRANCE  
RURALE**

JARDINERIE  
ANIMALERIE



VETEMENT  
CAVE

**LES HERBIERS**  
**02.51.67.10.64**

**S<sup>T</sup> FULGENT**  
**02.51.42.75.41**



**ENERGIES RENOUVELABLES**

**ELECTRICITE-SANITAIRE-CHAUFFAGE**

24 rue Edouard Branly - 85500 LES HERBIERS  
Tél. 02 51 67 13 31 - Fax 02 51 66 82 77  
<http://sarl-charpentier.com>



## Le Périple de Jeanine et Daniel Bousseau

Après une année bien remplie vient le temps des vacances à vélo ! En effet, pour évacuer le stress d'une année de travail, une très bonne recette : partez en vacances à vélo ! Préparez un minimum de bagages, faites confiance à votre mari pour préparer l'itinéraire et surtout sachez accepter le parcours avec ses difficultés, ajoutez-y volonté, persévérance et un peu de « zen » pour gérer les imprévus. Voilà comment nous sommes partis pour un périple à vélo avec pour objectif : goûter la cuisine du Chef Julien Bousseau (notre neveu) au Clovis à TOURRETTES sur LOUP (Alpes-Maritimes) tout en réalisant notre rêve : grimper Le Ventoux et ses 1912 mètres. Le Ventoux sommet de la folie dit-on dans le monde du vélo... Moi je l'ai pris avec confiance et sérénité: « je mettrais le temps qu'il faudra mais j'y arriverai ». Il faut dire que depuis 6 jours nous avons cumulé les kms et passé quelques cols. Les mollets et les cuisses se sont endurcis et la mécanique du vélo a été rudement sollicitée par les changements de braquets (30x26 pour le plus petit). Le « jour J », quand même un peu excités, nous avons pris à 7 heures du matin un petit déjeuner rapide. La veille, Flavie (notre fille) Jessy et le petit Maxime sont venus nous faire un coucou à Gigondas. La météo de Jessy annonçait un mistral à 70kms/h. Un peu inquiète à 7 H 30 nous enfourchons nos vélos et c'est parti pour l'aventure ! Après une erreur d'aiguillage GPS au départ, nous rejoignons VAISON LA ROMAINE et arrivons à MALAUCENE avec un peu de retard sur nos prévisions. Dès la sortie de la ville, un panneau indique 21kms à 7,5% en moyenne pour 1558 m de dénivelé. Il est 8H45 : Daniel (mon mari) Jean Michel (mon beau frère) et moi commençons l'ascension et là chacun pour soi : nous ne jouons pas dans la même cour ! J'ai positionné mon compteur sur l'affichage de l'heure en prévoyant m'arrêter à chaque heure pour me ravitailler : une petite pose de 2 ou 3 minutes avant de repartir avec difficulté car rechausser dans la montée ce n'est pas facile. Les bornes kilométriques défilent annonçant des pourcentages jusqu'à 11%. Sur le parcours j'ai les encouragements de ma sœur Françoise qui se tient environ tous les 7kms ce qui me donne un autre repère très appréciable Il y a beaucoup de cyclistes sur la route mais, hormis des « promeneurs » je ne double personne, c'est à croire que je ne vais pas vite ! Je me fais dépasser à deux reprises par des cyclistes confirmés qui me disent sensiblement la même chose : « Ah c'est plus dur que le Mont des Alouettes ! » Bien sûr je porte le maillot du Cyclo Tourisme Herbretais. Enfin j'aperçois le sommet, une partie moins raide s'offre à moi, j'en profite pour faire une « pose de confort » et là je repars avec le mistral qui souffle plus fort, c'est dur mais j'en vois la fin ! Encore une petite dose de courage et j'arrive au sommet après 3 heures d'ascension. Mon mari m'attend depuis une heure pour la photo malgré une température frigorifique. Maintenant il faut redescendre et là, grosse frayeur : le mistral soulève la roue arrière de mon



vélo que je tiens par le guidon, c'est vous dire la force du vent. La trouille : je fais quelques pas à pieds, 100 mètres environ, puis je me décide à remonter sur le vélo sans fixer ma chaussure sur la pédale « au cas où ». Je descends les 6 premiers kms crispée jusqu'au Chalet REYNARD, j'ai mal au cou. Après la pose déjeuner j'ai récupéré, heureusement car il nous reste encore 80 kms pour arriver à VENASQUE dans le Luberon via les Gorges de la Nesque avec beaucoup de roue libre il est vrai mais toujours du vent. Au final nous avons profité de superbes paysages tout au long des 1174 kms avec étapes à Usson du Poitou (86), Eymoutiers (87), Montgreleix (15), St Arcons d'Allier (43), Valgorge (07), Gigondas (84), Venasque (84), Moustiers Ste Marie (04) et enfin Tournettes Sur Loup (06). Retrouvez tous les détails sur [daniel85.lescigales.org](http://daniel85.lescigales.org).

Jeanine Bousseau



*Courtier en assurance*

**Yves BIDAUD**

Particuliers et Entreprises  
Toutes Compagnies  
Assurances et Placements

11, avenue de la Gare - BP 133 - 85501 LES HERBIERS Cedex

Port. 06 84 51 36 98 - Tél./Fax 02 51 92 93 48

Email : [yves.bidaud@orange.fr](mailto:yves.bidaud@orange.fr) - Site : [www.assurances-laturballe.com](http://www.assurances-laturballe.com)

**Garage MARTINEAU**

Agent CITROEN



Réparations  
toutes marques,  
vente neuf  
et parc occasion,  
tôlerie,  
peinture

40 av. Georges Clemenceau - 85500 LES HERBIERS  
Tél. 02 51 91 07 50





# LES SORTIES DU WEEK-END

**30 & 31 Octobre 2010**

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
La Gaubretière	11	11
La Verrie	17	
St Aubin des Ormeaux	23	18
Le Longeron	29	
La Romagne	35	
St Christophe du Bois	42	27
Le Puy St Bonnet	48	33
St Laurent s/sèvre	53	38
St Malo du Bois	57	42
Les Epesses	63	48
Les Herbiers	73	58

**Départ 8H30**

**2 & 3 Octobre 2010**

Les Herbiers	0	0
La Gaubretière	9	9
Les Landes Genusson	14	14
La Boissière de Montai	21	21
<b>=&gt; Montaigu</b>		
St Georges de Montai	31	
Les Brouzils	38	
La Copechagnère	45	
La Rabatelière	54	34
St Fulgent	61	41
Mesnard la Barotière	67	47
Les Herbiers	74	54

**Rendez-Vous sur le parking, rue de Clisson**

**17 Octobre 2010**

Les Herbiers	0	0
<b>=&gt; les Epesses</b>		
A droite St Mars	8	8
Etang de la Blottière	10	10
Chateaumur	16	16
La Pommerai s/sèvre	22	22
St Mesmin	28	
<b>=&gt; le moulin des affair</b>		
La Glamière	30	
Lénardière 1 <sup>ère</sup> a/droite	30	
La Mézanchère	32	
Mont bail	33	
Pouzauges	38	31
Moulin Terrier Marteau	40	33
La Flocellière	45	38
St Michel Mt Mercure	47	40
Le Boupère	53	46
St Prouant	58	
<b>=&gt; Mouchamps</b>		
A/droite Rochetjoux	66	51
Mouchamps	72	57
Les Herbiers	84	69

**16 Octobre 2010**



**3 parcours au choix**

**50 km - 84 km**

**&**



**Vihiers 49**  
Lieu Salle des loisirs  
**CHATAIGNES & VIN NOUVEAU**  
adhérents FFCT 4.00 £  
Kms Route 35 - 55 - 75  
+ marche 8 - 13 - 19  
Téléphone 02.41.75.06.53

**1er Novembre 2010**

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
Voie-fermée		
St Vincent Sterlanges	17	17
St Germain de Prinçay	22	22
Sigournais	26	
St Mars des Prés	30	
Chantonay	34	27
La Marzelle		
St Cécile	44	37
Mouchamps	50	43
Vendrennes	57	
Mesnard la Barotière	61	
Les Herbiers	68	55

**St michel le cloucq 85**  
Lieu Salle polyvalente  
**LA MELUSINE TRANSMERVENTAISE**  
adhérents FFCT 4.50 £  
Kms Route 50 - 85  
+ marche 8 - 15 & 20 km  
Téléphone 02.28.13.06.44

**Autre sortie ce jour**  
**Concentration de clôture**

**23 & 24 Octobre 2010**

Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
Le Boupère	13	13
La Meilleraie Tillay	21	
<b>Le Puy Germon</b>		
La Lande		
Monsireigne	32	20
Sigournais	38	26
St Germain de Prinçay	42	30
<b>=&gt; St Vincent Sterlanges</b>		
D 113 Mouchamps	49	37
<b>=&gt; L'Oie</b>		
La Bonnière à droite	53	41
Le Parc Soubise	55	43
Vendrennes	59	
Mesnard la Barotière	63	
Les Herbiers	70	56

**6 & 7 Novembre 2010**

Les Herbiers	0	0
La Croix Bara	8	8
Le Boupère	14	14
Monsireigne	21	21
Sigournais	28	28
St Germain de Prinçay	32	32
Rochetjoux	42	42
Le Boupère	48	
St Michel Mt Mercure	54	
Les Herbiers	66	52

**9 & 10 Octobre 2010**

Les Herbiers	0	0
La Jonchère	7	7
Rochetjoux	10	10
St Germain de Prinçay	20	20
Sigournais	24	
Velaudin		
<b>Le Loup Pendu</b>		
Pareds	29	
La Jaudonnière	34	
Chantonay	44	25
St Hilaire le Vouhis	51	32
St Cécile	58	39
Mouchamps	64	45
Les Herbiers	76	57

**MOUTIERS S/ LE-LAY**

Les Herbiers	0
Mouchamps	12
St Cécile	18
Ag St Hilaire le vouhis	25
Bournezeau D948	32
La Borelière à droite	
Moutier-sur-le-lay	46

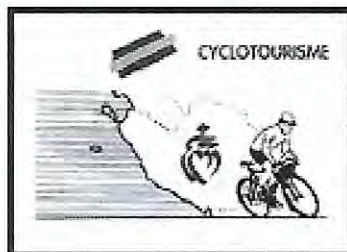
**Inscriptions prises en charge par le club**

**11 Novembre 2010**

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
Bazoges en Pailers	10	10
Chavagnes en Pailers	20	20
Les Brouzils	26	
Chauché	35	28
St Florence	45	38
L'Oie	47	40
Mouchamps	53	46
Les Herbiers	65	58

**Le May / Evre**

**RANDO DE LA FRESSURE**



**Chantonay 85**

Lieu d'accueil St Philbert du Pont-Charrault

**Randonnée des deux lays**

adhérents FFCT 4.00 £  
Kms Route 25-40-60-70  
+ marche  
Téléphone 02.51.46.90.32

**J.P. Charrier**  
Charentier Traiteur  
Fabrication artisanale  
Plats cuisinés - Banquet  
Repas - Buffet - Lunch  
20, rue de l'Eglise  
85500 LES HERBIERS  
Tél. 02 51 91 04 16

**La Cave du Vigneron**  
Bernard VIGNERON  
19 avenue des Sables  
85500 LES HERBIERS  
Tél. 02 51 64 57 50  
Port. 06 81 67 18 29  
Win en vrac - Bière - Spiritueux  
Associations - Mariages - Banquets  
Fermé le jeudi et le samedi après-midi



# Départ 8H

14 Novembre 2010

## SORTIE VTT DU CLUB



Amis cyclos venez nombreux rejoindre les vététistes pour de magnifiques ballades à travers le bocage vendéen de 25 à 45 kms



Grillades à l'arrivée



# LES SORTIES DU WEEK-END

## Départ 9H

20 & 21 Novembre 2010

Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	7	7
St Fulgural	13	13
St André Goule D'Oie	15	15
Chavagnes en Pailiers	23	23
La Ménardièrre	25	
à droite La Daunière,		
Au rond-point, la Borde	30	
A droite, la Roche Pépi		
La Dragonnière	34	
Pont-Légé	35	
La Boissière de Montai	39	
Les Landes Genusson	46	
Bazoges en Pailiers	53	33
Les Herbiers	63	43



27 & 28 Novembre 2010

Les Herbiers	0	0
L'Ouvrardièrre		
La Gaubretière	10	10
Tiffauges	20	20
Torfou	24	24
=> La Bruffière sur 2km		
A droite avant le pont		
La Grossière	26	



Environ 1 km à gauche

Boussay	33	
La Bruffière	37	31
La Boissière	45	39
Bazoges en Pailiers	52	46
Beaurepaire	55	49
Les Herbiers	62	56

4 & 5 Décembre 2010

Samedi 4 Décembre

La Roche s/yon 85

Lieu d'accueil

Maison de quartier du bourg-sous-la-roche

## Randonnée du Téléthon

adhérents FFCT 5.00 £  
Kms Route 30 & 60

Départ à partir de 13:30 ;  
randonnée pédestre 6.5 km  
Téléphone 02.51.05.33.20

Les Herbiers	0	0
La Pâte- La Forêt		
Mouchamps	14	14
L'Oie	20	20
St Florence	22	22
Chauché	32	
St Fulgent	40	31
Mesnard la Barotière	46	37
Beaurepaire	52	
Les Herbiers	59	44

11 & 12 Décembre 2010

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
Mesnard la Barotière	13	
Vendrennes	17	
La Brossière	19	
St André Goule d'Oie	22	
Chavagnes en Pailiers	30	20
La Boissière	38	28
Les Landes Genusson	45	35
La Gaubretière	50	40
Les Herbiers	59	49

18 & 19 Décembre 2010

Les Herbiers	0	0
La Croix Bara	7	7
Le Boupère	14	14
La Chagnaièrre		
La Boctière		
Pouzauges	23	23
La Pommeraièrre s/Sèvre	32	
St Amand s/Sèvre	36	
Chateaurmur	40	
La Flocellièrre	44	31
St Mars la Réorthe	51	38
Gare des Epesses		
Les Herbiers	60	47



25 & 26 Décembre 2010

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
Bazoges en Pailiers	10	10
Chavagnes en Pailiers	20	20
St André Goule D'Oie	29	29
St Fulgent	31	31
Bazoges en Pailiers	38	
La Gaubretière	45	
Les Herbiers	54	44



1<sup>er</sup> & 2 Janvier 2011

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
Rochetrejoux	18	18
Le Boupère	25	25
La Croix Bara	31	31
St Mars la Réorthe	33	
Les Epesses	36	
Chambretaud	43	
Les Enfreins		
Les Herbiers	54	39



Votre vue  
est du sérieux



OUVERT  
du lundi au samedi  
9 h 00 - 12 h 45  
14 h 00 - 19 h 00



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

INTERSPORT  
LE SPORT COMMENCE ICI

10€\*

de réduction  
à partir de 70 €  
d'achat

INTERSPORT  
LE SPORT COMMENCE ICI

\* Hors solides et promotions non remboursable à la caisse. Non cumulable. Valable jusqu'au 31/12/2010

OUVERT du lundi au samedi de 9h30 à 20h



**Octobre**

**3> Saint Michel le Cloucy (85)**

La mélusine- Transmervantaise  
20 à 60 km – Départ 7h30 local  
Prix 4€(FFCT) – de 18 ans gratuit

**10>Mouzillon (44)**

La « Rando des moules »  
25 à 47 km – Départ 7h30  
Prix 6€

**Beaurepaire (85)**

La « Rando de l'Empereur »  
25 à 60km – départ 7h30  
Prix 5€ - de 12ans 3€

**Chatelliers-Châteaumur (85)**

La « Castelmeroise »  
31 à 52 km  
Prix 5€ - 12 ans 3€

**17>Saint Sébastien/loire (44)**

« Rando V.T.T. »  
20 à 40 km  
Prix 3€ - 18 ans gratuit

**Saint Léger sous Cholet (49)**

La « Rando du Boudin »  
18 à 45 km  
Prix 4€ -18 ans gratuit

**24> Les Herbiers**

Recherche « La Puyfolaise »  
Départ 8h30 au local

**31> Sainte Cécile (85)**

La « Cécilienne »  
25 à 55km – départ 7h30  
Prix 5€ - 12 ans gratuit

**Novembre**

**7> Les Herbiers**

Recherche « La Puyfolaise »  
Départ 8h30 au local

**La Séguinière (49)**

La « Rando des Bouchots »  
24 à 53 km - Départ 7h30  
Prix 4 €

**14 > Les Herbiers**

**«Rando Découverte et Sortie du Club »**

Le départ sera donné à 8 heures à la maison « Lelièvre », route de Clisson  
2 circuits : 25 et 45 km. Cette sortie est ouverte à tout le monde. Les Cyclos passent au VTT. Les non-licenciés, hommes, femmes, enfants (+12 ans) sont cordialement invités à venir nombreux.  
Dégustation de grillades à l'arrivée.

**21 > Bégrolles en mauves (49)**

« La virée des conscrits »  
20 à 60 km - départ : 7h30

**28 > Les Herbiers départ : 8h30**



**Décembre**

**5 > Saint Paul en Pareds (85)**

La « Rando des Bichottes »  
25 à 45 km  
Départ 7h30 au local

**12> Les Herbiers**

Départ 8h30

**19> Beaupréau (49)**

La « Rando de la Buche »  
25 à 45 km  
Prix 4€ - 12 ans gratuit



Bonnes fêtes de fin d'année à tous les gens de vélo, amis, familles et partenaires

Guy- Marie. 02 51 67 12 36

**Le pliage du canard**

**Le 44/18** vous connaissez ? Le voilà, une fois encore, comme tous les trois mois, avec fidélité, pour nous informer et raconter la vie du CTH. Jean-Paul notre rédacteur en chef orchestre tout cela, avec le talent qui est le sien et aussi le plaisir qu'il en tire : « *J'aime ça* » dit-il. L'ordi, les fichiers, les articles, les photos, la mise en page, les cadrages, le choix du papier, les dialogues avec l'imprimeur, les idées : rien ne manque, tout est passé au fil d'une baïonnette dont il a le secret. Ce soir une petite équipe composée de Jean-Claude, Yves, Didier, Jacky et Gino est rassemblée chez notre ami, dans le saint des saints, sous sa direction pour une opération conduite de main de maître: **Le pliage du 44/18**. Dans la première heure, les 320 numéros ont été classés, répertoriés, pliés et répartis pour une vraie distribution à la mousquetaire avant livraison aux lecteurs. Bref un chantier à faire pâlir le facteur de Jacques Tati dans son film « Jour de fête ».

« *Ben les gars, faut voir ça!* »

La deuxième heure, après un triage « déchaîné » ce qui va de soi pour des cyclistes, Jean Paul nous réserve sa seconde mi-temps. La convivialité est de mise avec tout ce qu'il faut pour maintenir le moral de ses troupes : boissons, petits fours et délicieuse tarte préparée très gentiment par son épouse. Qu'on se le dise, un bon esprit règne ce soir dans les sous-sols de chez Jean-Paul. Voilà du piment autour des petits services bénévoles qui assurent la vie et le dynamisme du club.



**tresse dorée**  
Dominique PLANCHOT  
Meilleur Ouvrier de France  
Boulangerie

**Pain - Pâtisserie - Chocolat**  
BRIOCHE VENDEENNE - PAQUAULT  
PREFOU - Pain POULICHETTE

Spécialités chocolats :  
BICHOTTES, JEU DE PALETS,  
P'TITS GRAINS D' SEL

Nos boutiques  
LES HERBIERS - ARDELAY - ST PAUL EN PAREDS  
LA ROCHE SUR YON - CHOLET - MONTAIGU  
VALLET - LA COTINIÈRE (Ile D'Oléron)  
www.tressedoree.com - @chat en ligne

G.V.

**Crédit Mutuel**  
Océan

**LA BANCASSURANCE A QUI PARLER**

11, rue Nationale - LES HERBIERS

**AXA LALERE**  
ASSURANCE - PLACEMENT - BANQUE

Carrefour Massabielle  
77 rue de Saumur - LES HERBIERS

Tél. 02 51 66 03 76 - Fax 02 51 66 93 19  
E-mail : agence.lalere@axa.fr - Site : www.axa.fr/lalere.lesherbiers

**Particuliers Professionnels Entreprises**



## Les annonces du bureau



Robert Annereau tient à votre disposition  
des « Coupe-vent »  
Manches courtes **20€**- Manches longues **30€**.  
Pour tous renseignements complémentaires  
Tél : 02 51 91 20 58

**Le 26 novembre 2010**,  
l'assemblée générale du  
C.T.H. aura lieu salle du  
Pontreau à partir de 20  
heures. Pour relater les  
activités du club, passées,  
présentes et à venir, et  
dresser le bilan financier,  
tous les licenciés sont  
chaleureusement invités à  
assister à ce temps fort de  
la vie du C.T.H.



### Le 9 Janvier 2011

Dès l'achat de votre éphéméride  
pour la nouvelle année, ce sera  
votre premier rendez-vous à  
inscrire : « La dégustation de la  
galette des rois ». Après la  
randonnée hebdomadaire, ce  
moment de partage et d'échange de  
vœux aura lieu à partir de 11  
heures, salle de la Métairie.



### Le 29 Janvier 2011

La soirée dansante se tiendra à la salle  
« Herbauges » à partir de 19 heures 30.  
Amis danseurs, venez vous amuser et  
vous défouler au rythme d'un orchestre  
endiable, tout en dégustant un diner de  
qualité. Les cartons d'invitations seront à  
votre disposition lors de l'assemblée  
générale, en attendant faites en part à vos  
amis et familles, car selon la formule  
consacrée :



« Plus on est de fous plus on rit »

### Du 11 au 13 juin 2011 - Projet du Voyage familial



Notre sympathique G.O, Jacky  
Teillet, nous concocte la sortie du  
W.E de la Pentecôte 2011. Cette  
année il nous emmène voir nos  
cousins de Bretagne dans le  
superbe village-club « Beg-Meil »  
de Fouesnant. Pour les cyclos qui  
le désirent s'y rendre à vélo, le  
parcours de 310 km se fera en  
deux jours avec une étape relais à  
définir. Nous en reparlerons dans

les prochains numéros, mais d'ores et déjà vous pouvez  
assurer votre réservation pour ce grand rendez-vous du Club  
avec l'intercalaire d'informations jointe.

## La vie du club



Pour la sixième année consécutive, le  
CTH sera présent à Herbauges pour  
participer au Téléthon. En 2009 un défi  
était lancé, parcourir les Herbiers-  
Narbonne soit 700 kms. Avec les efforts  
de pédalage des licenciés et des  
Herbretais(es) nous avons parcouru 1121  
kms soit la distance les Herbiers/  
Cannes avec la somme de : 432€ pour la  
cagnotte. Pour 2010 lançons nous un nouveau défi : parcourir  
encore plus de kilomètres. Nous partirons des Herbiers en  
direction du nord de la France..Rouen..Amiens.. Autant de  
personnes participantes autant de kms parcourus et de  
pièces dans la cagnotte pour aider la recherche à apporter  
des réponses à de nombreuses maladies génétiques. Un  
planning sera mis en place au cours de l'assemblée générale  
**D'avance merci à vous tous**

Marylène Planchet et Brigitte Arnaud

### Le Pique- Nique Familial



Après la randonnée du dimanche 12 septembre, une  
soixantaine de convives se retrouvent au rendez vous  
annuel du club : **le pique-nique** à Saint Benoit.

Le temps étant de la partie, l'apéritif de bienvenue est  
le moment fort de ce rendez-vous toujours apprécié.

Robert, notre dévoué maitre-queue, s'affaire aux  
barbecues d'où s'échappent de suaves odeurs incitant  
à partager un excellent repas bien vendéen. L'après  
midi, consacré aux jeux de plein air pétanque, palets,  
balades, a connu une belle et heureuse surprise pleine  
d'émotion : **la visite de « Gégène »** qui visiblement  
est très heureux de retrouver sa famille cycliste.

Déjà la nuit tombe, il est l'heure de rentrer, heureux  
d'avoir passé une belle et chaleureuse journée de  
rencontre et d'amitié.

Eric Bourasseau



**HERBRETAISE AUTOMOBILE SAS**  
VENTE VÉHICULES NEUFS ET OCCASIONS

• Atelier Mécanique  
Tôlerie - Peinture

• Location courte  
et longue durée

• Magasin de pièces  
de rechange

Services commerciaux : avenue de la Maine  
Services après-vente : 2, rue de l'Industrie - Tél. 02 51 91 01 71  
Fax 02 51 91 13 48  
85504 LES HERBIERS Cedex  
www.herbretaise-automobile.fr

**Cycles**  
**ROLAND BERLAND**  
SARL Christophe MOREAU

Dépositaire des marques  
Orbéa - Lapierre - Daccordi  
Kuota - Rotwild

Concessionnaire :  
Peugeot Motocycles - Scooters  
et cyclos à boîte

• Service course (route,VTT)  
• Montage à la carte  
• Vêtements cyclistes  
• Vélos électriques  
• Location de vélos

5, avenue des Sables LES HERBIERS  
Tél. 02 51 67 18 34 - Fax 02 51 66 81 51  
cberland@nerim.net



**La Semaine Fédérale à Verdun**  
**Hommage aux Cyclistes et aux Poilus**



En passant par la Lorraine avec leur vélo  
 Ils étaient trente capitaines à mouiller l'maillot  
 De Fresnes en Woëvre au pays de Montmédy  
 Ils ont avalé les kilomètres, fourbus et ravis  
 A l'est, que du nouveau, la mobilisation est générale  
 Tout le monde est regonflé surtout le moral  
 A eux les Ardennes, la Marne, la Meuse  
 Pays de mirabelles, de groseilles et de la gueuze  
 Cette terre d'Argonne aux massifs forestiers  
 Impressionnant théâtre d'épisodes tourmentés



Eux, c'est au son du canon qu'ils ont visité ce pays  
 Les regards de la mort sur leurs visages meurtris  
 Quand le jour se lève des ombres s'avancent  
 Le long des tranchées de la désespérance  
 Le clairon sonne au loin, forçant les fatigues  
 Les larmes s'écoulent, il faut rompre la digue  
 Des tranchées sortent des hommes sous la mitraille  
 La guerre rentre en scène, une horrible bataille  
 Les hommes titubent et tombent à la chaîne  
 Les larmes écoulant le trop plein de la haine



Affublés de leur moulin, gaiement ils ont défilé  
 Portant haut et fier les couleurs de la Vendée  
 Parader est un pur bonheur, besoin de se défouler  
 Le vélo est leur passion, ils savent le pratiquer  
 Arrêtez ces mots, dire que c'est un sport d'homme  
 Qu'on se le dise, les femmes sont championnes  
 Plus qu'un besoin, le vélo guide le fil de leur vie  
 Sans lui adieu le goût de l'effort, bonjour l'ennui  
 La fête était belle dans les rues de Verdun  
 L'amertume du retour est repoussée à demain.  
 La joie de se revoir l'an prochain en Normandie  
 Garde au cœur des « Herbretais » ce goût de folie



A leur défilé de la victoire, si riche d'espérance  
 Ils ont beaucoup donné pour sauver la France  
 Écoutons les accents de leur voix d'outre-tombe  
 Nous dire, il ne faut pas que le pays retombe  
 Aux erreurs du passé, au langage des armes  
 Qui sèment la douleur, la tristesse et les larmes  
 Tous les hommes sont nés pour se comprendre  
 Au lieu de se frapper, leurs mains doivent se tendre  
 La haine et le mépris cessant d'être à l'honneur  
 Feront naître chez nous des sentiments meilleurs  
 Les humains connaîtront la vie plus fraternelle  
 Quand naîtra sur le monde la paix universelle.

Jean-Paul Tricot



**Rédacteurs :** Brigitte. Arnaud – Eric. Bourasseau --Jeanine. Bousseau – Paul. Charrier – Marylène Planchet –  
 Patrice. Remigereau – Guy .Marie. Soullard – Yves Teillet – Jean-Paul Tricot – Georges Vrignaud

**H Y P E R U**

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

*Le plus sportif  
 des HYPERS*

**LES  
 HERBIERS**



# Sortie familiale du club – le week-end du 11 au 13 juin 2011

## Le village de Beg-Meil dans le Finistère sud

Village-Club Renouveau  
 Vacances "Ty Nod" Beg-Meil  
**29170 Fouesnant**  
 Tél. 02 98 94 98 47



### Les Plus du village

- Village classé au patrimoine du 20<sup>ème</sup> siècle, situé dans un parc de 10 hectares
- Circuits cyclo et rando au départ du village
- Piscine chauffée de mai à septembre, zone balnéo.

### Face à l'archipel des Glénan...

**Le village : à 300 m de la plage**

Une plage de sable blanc bordée de pointes rocheuses s'étend sur 3 km, à seulement 300 m du village. Découvrez aussi des villes de caractère comme Quimper, Pont-Aven, Concarneau...

### Côté Logement

- 500 personnes • 74 bungalows • 34 chambres • 24 gîtes • 46 mobile-homes
- Le C.T.H. a réservé des appartements de 2 à 4 personnes.

### Services et équipements sportifs

Bar/terrasse, salon, salon TV, salle de spectacles, info tourisme, bibliothèque, buanderie, parking, différentes salles pour vos activités, wifi gratuit dans les espaces communs.

Piscine chauffée avec balnéo, tennis, terrain de basket, pétanque et boules bretonnes, mini-foot, bicross, tennis de table, beach-volley.

**Le CTH prend en charge le transport en car + vélos et une partie de la location, ce qui fait une somme de 2600 euros. Une participation restante de 100 € est demandée par participant (60 € pour les enfants).**

**INSCRIPTION** auprès de : Jacky TEILLET, 18 rue du M<sup>al</sup> de Lattre - 85500 LES HERBIERS : tél 02 51 67 29 37

**Date Limite d'inscription : le 15/12/2010 (acompte de 50 % par personne à l'inscription)**

Avec possibilité d'étaler le deuxième règlement, le solde devant être expédié **avant le 30 mai 2011.**

**NOM :** ----- **Prénom** -----

**NOM :** ----- **Prénom** -----

**Adresse** -----

**Téléphone :** ----- **mail :** -----

**ADULTE** ..... X 100 € = .....

Soit un versement de 50€ X ..... = .....

**ENFANT** ..... X 60 €

Soit un versement de 30€ X ..... = .....

Par chèque à l'ordre du C.T.H.

**TOTAL :** .....