



**Astiquer les rivets de selle**

Cette métaphore s'applique tout naturellement au coureur à la peine qui reste assis à l'avant de la selle de leur vélo. Lorsqu'il est fatigué ou lorsqu'il produit un effort violent et soutenu, le cycliste a tendance à s'avancer sur la selle et à se poser sur les rivets de cuivre. D'où « **astiquer les rivets** ». Aujourd'hui il n'y a plus de rivet aussi la locution a des variantes « **Faire du bec de selle** » ou « **Avoir la selle dans le cul** »

**Bouffer de la laine.** Le mot **laine**, ici est mis pour **maillot** : les maillots des coureurs étaient autrefois en laine et l'expression perdure, même si aujourd'hui ils sont taillés dans d'autres tissus. La locution alors s'explique facilement et « **Bouffer de la laine** » « **c'est marquer étroitement son adversaire** »

**Faire des Nœuds** Cette expression exprime les manifestations de la fatigue ; ce n'est pas encore la défaillance, mais c'est le moment où la mécanique commence à se dérégler. Le changement de rythme, l'accélération provoquent des perturbations physiologiques importantes. En jargon cycliste on dit que cela « **fait des nœuds** » et l'expression est aussi juste que pittoresque. Les muscles font mal, la tête bourdonne.



**Marcher à la topette.** C'est absorber le contenu énergétique d'une petite fiole pendant la course pour se donner ou se redonner des forces. Mais l'énergie pouvant aller se nicher dans des produits interdits, l'expression a fini par devenir l'équivalent de se doper. Voir : « **Allumer les phares** »..... « **Bourrer le canon** »..... « **Charger la chaudière** »..... « **Charger la mule** »... « **Mettre une pelletée de charbons dans le moteur** »..... « **Pousser les feux** »... « **Saler la soupe** »

**Scier du bois :** Cette expression s'applique au coureur dont le coup de pédale est heurté, saccadé et rappelle par là un dur labeur (voir piocher) : **son buste monte et descend alternativement, faisant l'image du mouvement de va-et-vient du scieur de bois ( voir enfoncer des clous ou pédaler carré)**

**Se faire péter les varices :** Cette expression donne la traduction imagée de « **se faire mal** ». C'est pédaler jusqu'à la limite de ses forces et de sa résistance, jusqu'au paroxysme. Se faire péter les varices et se faire mal rejoignent ensemble le verbe « **souffrir** » employé en langage sportif et principalement en cyclisme, devoir surmonter de grandes difficultés, fournir des efforts surhumains

**Compter les pavés :** C'est rouler à une allure trop lente, quand on n' a plus de force. Les pavés alors ne défilent plus sous les roues et le coureur donne l'impression d'avancer en prenant le temps de les compter.

**Ramasser les casquettes :** Appliquée à un coureur ou à une équipe, cette expression dit que ce coureur ou cette équipe n'ont rien gagné et qu'ils ont fait seulement acte de présence dans une course. Lorsque naguère on distinguait l'équipe classée première au classement général dans le tour de France par une casquette de couleur jaune portée par chaque coureur qui en faisait partie, l'expression a pu vouloir dire, pour l'équipe concernée justement « **être en tête du classement** » mais il nous semble que cette acception qui au demeurant n'est plus d'actualité, ne serait plus guère comprise aujourd'hui



**14 500 km en 129 étapes pour relier Pékin à Londres, sur l'itinéraire de la Route de la Soie et de l'Eurovélo 6 le long du Danube : visite des coulisses et déroulement d'une journée de cyclo.**



A notre retour, le 2 septembre un comité d'accueil organisé par le CTH, les voisins, les amis et la famille avait déroulé le tapis rouge à notre domicile. Ce fut pour nous un moment

très fort, merci à tous pour la chaleur de cet accueil.

Après avoir suivi au jour le jour notre expédition PPL 2012 sur le blog [gatebourse.over-blog.com](http://gatebourse.over-blog.com), Jean-Paul, rédacteur du 44x18, nous a demandé de présenter les « coulisses » du PPL 2012 et de relater notre vécu intérieur de cette expédition.

**PPL 2012 c'est d'abord la volonté de marquer une transition forte entre une activité professionnelle intense et le temps de la retraite.**

Un voyage à vélo de plus de 14 000 km représentait une opportunité idéale pour marquer cette transition. Réaliser ce voyage en couple et en partager les moments forts étaient aussi le bonus du projet. En Janvier 2011, une rencontre avec un couple participant de Paris Pékin 2008 (Evelyne et Jean-Luc de Cordemais) a fini de convaincre Jeanine. Bien sûr cette décision (réfléchie et murie) prise il restait quelques interrogations : la santé et le côté physique de l'expédition avec 14 000 km à vélo, une durée de 5 mois, le coût financier, supporter la vie de groupe et les conditions de vie présentées comme « spartiates » à certains moments.

Pour la partie physique, une pratique régulière du vélo et nos voyages itinérants en été, sur une douzaine de jours en 2011 (cols pyrénéens), nous avaient préparés mentalement et physiquement à cette aventure. Pour la durée : l'absence s'organise et si, on est bien absent physiquement, les moyens de communications d'aujourd'hui permettent de rester en contact virtuel et régulier de nos proches. Pour le coût financier, qui représente une somme importante, c'est une question de priorités sachant aussi que pendant 5 mois nous allions être « nourris et logés », que nous aurions un niveau de dépenses journalières proche du zéro et que notre vélo de randonnée PPL 2012 était compris dans le coût d'inscription.

Pour la vie de groupe, il y a en contrepartie des rencontres, de nouvelles amitiés... Pour les conditions de vie « spartiates »,



chaque cyclo sait bien qu'il faut être endurci certains jours pour supporter la pluie et le vent par exemple. Se laver à minima certains jours, coucher sous la tente dans des endroits improbables devient un détail de plus.

**La logistique de l'expédition et l'organisation PPL 2012 sont assurées par la FFCT qui, forte de plus de 120 000 adhérents, apporte ses compétences, ses relations et son expérience dans ce genre d'expédition.**

C'est la FFCT qui s'est occupée, auprès des différentes ambassades, des demandes de visas et d'autorisations de circuler dans les pays traversés. Des bénévoles de la FFCT ont pris en charge le montage des 80 vélos, la réalisation des aménagements de camions et l'accueil des participants lors des deux réunions en octobre 2011 et janvier 2012. De plus, la FFCT a mis à disposition le matériel de transport pour l'accompagnement : un semi-remorque pour véhiculer les bagages du groupe (un sac à dos et un sac de 60 litres chacun), un second semi-remorque pour le matériel de bivouac : un grand barnum pour abriter tous les participants lors des repas, un barnum plus petit pour la cuisine, les tables pliantes, les tabourets, les lits de camps, les matelas, les duvets, deux cabines de



une réserve d'eau consommable, du matériel de cuisine, un groupe électrogène, deux rangées de cinq robinets pour la petite toilette. Trois camionnettes « Daily » suivait également : l'une réfrigérée pour le transport des pique-niques et des boissons, et deux autres pour l'accompagnement et la sécurité avec notamment le matériel médical de premier secours. Côté personnel accompagnant, ce sont 13 personnes bénévoles dont 4 étaient sur le vélo (chef d'expédition, « pilote », mécanicien vélo et docteur) et 9 autres répartis dans les 5 camions.

**Sur le terrain, PPL 2012 requiert pour chacun organisation, discipline, savoir-être et tolérance.**

Partis le 25 mars des Herbiers, notre expédition vélo a commencé après quelques jours de tourisme à Pékin le 1<sup>er</sup> avril pour arriver à Londres le 28 août après 129 jours de vélo. C'est donc une journée de repos tous les 8 jours environ selon l'intérêt touristique des villes étapes avec une période « non-stop » de 14 jours entre Vienne et Paris. La journée commence tôt, car la plupart du temps le lever a lieu à 5h30 afin d'être prêt pour le départ à 7h00. En hébergement collectif (gymnase, école, bivouac, camping) pas besoin de réveil car les lève-tôt commencent à remuer discrètement dès 5 heures. Nous on attend 5h30, voire un peu plus. Après une « toilette de chat » et un habillage rapide, on plie le matériel de couchage et nos duvets, on ferme nos sacs et on porte le tout aux camions.

**MAISON  
DION**  
JARDINIERIE & CAVE  
Groupe France Rurale [www.maisondion.fr](http://www.maisondion.fr)  
ZI La Guerche - 85500 LES HERBIERS - 02 51 67 10 64  
ZAC La Métairie - 85250 ST-FULGENT - 02 51 42 75 41

**Votre vue  
c'est du sérieux**  
  
**Dominique  
CHERVET**  
OPTICIENS  
OUVERT  
du lundi au samedi  
9 h 00 - 12 h 45  
14 h 00 - 19 h 00  
  
Quartier d'Herbauges  
LES HERBIERS  
Tel. : 02 51 91 04 90

En hôtel ou auberge de jeunesse c'est en principe plus rapide. Le petit déjeuner est un moment important : il s'agit de bien manger car le « gras de l'hiver »... ou d'avant s'est vite « fait la malle ». Il faut donc charger son assiette comme il faut mais en tenant compte des autres. Ainsi s'il reste deux œufs sur le plat dans le plateau presque tout le monde comprend qu'il faut n'en prendre qu'un seul ! Si quelqu'un oublie ce principe, en général un rappel à l'ordre de l'un de ses suivants ne tarde pas à venir. Ensuite on prépare nos bidons en variant les contenus pour ne pas saturer sans oublier de soigner la chaîne et tout en jetant un œil aux pneus du vélo. Vient ensuite le briefing du chef d'expédition qui très brièvement nous présente l'étape. Puis c'est le départ, en général à l'heure prévue. Les repas du midi en Chine, pour 80 personnes, se tenaient souvent dans un restaurant trouvé « au pied levé » par « Gaston » notre guide chinois juste une heure avant l'arrivée des premiers.

Une grande plâcée de pâtes chinoises plus ou moins relevées mais très appréciées constituait le plat unique. Après la Chine, ou lorsqu'on était dans des zones inhabitées, les pique-niques se sont systématisés avec plus ou moins de bonheur



dans le contenu (pour le pire : concombre entier, saucisson et pain de mie). Pour le lieu du pique nique, le passage en Europe, avec davantage de lieux ombragés, a rendu ce moment plus agréable. En Asie, il n'était pas rare de ne trouver que l'ombre du camion frigo ou d'un mur pour se reposer. Pour l'arrivée à l'hébergement, un regroupement a toujours lieu quelques kilomètres avant de manière à ce que tout le monde arrive ensemble et que les premiers du groupe ne soient pas privilégiés pour l'installation dans le lieu d'hébergement prévu. Certains jours les serre-files arrivaient jusqu'à une heure trente après les premiers. En hôtel ou auberge de jeunesse, après la remise des clés par le responsable des hébergements, chacun s'installe. La douche chaude, ou bien tiède voire froide, était toujours très appréciée. Pour Jeanine, selon l'état de fatigue ou le temps disponible une courte sieste s'imposait d'abord. En fonction



de l'heure venait ensuite directement le dîner ou bien un peu de lessive, la lecture des mails, le tri et le classement des photos. Nos humeurs du jour étaient transcrites sur notre carnet de route tandis que le blog retraçait le ressenti de la journée en épurant ce qui peut être trop personnel.

Quel temps pour la tenue du blog nous a-t-on souvent demandé ? Si au départ il était co-rédigé, cela est très vite devenu impossible vu le peu de temps disponible. La première opération consistait à rédiger l'étape du jour dans un style « direct » sur word. Puis c'était le choix des photos, leur compression et le chargement sur le blog. Vient ensuite la publication de l'article du jour avec un titre accrocheur, l'insertion des photos et la vérification qu'il n'y avait pas de coquille de mise en page notamment. L'heure du coucher était donc variable : entre 21h00 et 22h00 en général. Avec le « régime PPL » les nuits sont réparatrices même si les « boules Quiès » en cire sont recommandées pour adoucir les bruits de ronflement ou autres bruits parasites.

### Sur les routes du PPL 2012 chacun va à son allure.

Au début du périple, le peloton était groupé : le pilote (Roland Diot) devant et nous tous derrière. Des arrêts « techniques » toutes les deux heures permettaient de ressouder le groupe. Après deux à trois semaines le peloton s'est organisé de lui-même : les rouleurs étant devant tandis que les « contemplatifs » se tenaient à l'arrière alors que les « touristes » et les « photographes » se tenaient entre les deux roulant individuellement ou en petits groupes au gré de leur forme physique ou de leur envie de pédaler plus ou moins fort. En cas de vent contraire, le peloton restait groupé plus longtemps par nécessité, les plus costauds se relayant devant pour protéger leurs suivants. L'organisation était donc libre et c'était tant mieux. Le parcours comprenait des passages

de cols compris entre 3 200 et 3 800 mètres. Si ces altitudes sont impressionnantes au regard de nos cols français les pourcentages y sont moins rudes avec un seul col dans lequel nous avons eu 2 km à 9%. Il n'empêche que le vélo, d'un



poids chargé faisant 25 kgs, n'y montait pas tout seul. Le dénivelé total du parcours de 14 500 km sur 129 étapes est de 75 000 m avec des records à 2520, 2371 et 2020 m les 5 avril, 9 juin et 17 avril. En Chine, au Kirghizistan, Kazakhstan, en Russie et en Ukraine les parcours, avec souvent une route unique du départ à l'arrivée était assez simples. En Europe de l'Ouest, avec un réseau routier plus dense, c'est devenu un peu plus compliqué. Pour les changements de direction, le pilote, le chef d'expédition, le mécanicien s'arrêtaient aux carrefours puis cela reposait sur la bonne volonté des uns et des autres d'en assurer le relais (souvent les mêmes)...

**AXA Yvonnick LALERE**  
**ASSURANCE - PLACEMENT - BANQUE**  
 Carrefour Massabielle  
 77 rue de Saumur - 85500 LES HERBIERS  
 Tél 02 51 66 03 76 - Fax 02 51 66 93 19  
 E-mail : agence.lalere@axa.fr  
 www.axa.fr  
 0942 070000  
 Particuliers Professionnels Entreprises

PARTENAIRE DE LA VIE SPORTIVE  
**Crédit Mutuel OCEAN**  
 www.cmocan.fr  
 Agences du Crédit Mutuel des Herbiers  
 11, rue nationale et Centre Commercial d'Ardelay  
 Les Herbiers

Sur certaines étapes on a donc assisté à des parcours fantasmagoriques pour certains générant des arrivées tardives. De même certaines arrivées, notamment en Ukraine à Odessa sous l'orage et au lac Balaton en Hongrie, reposaient sur « l'à peu près » ce qui conduisit inévitablement à des errements générant du temps de repos en moins et des moments d'énervements bien inutiles. On peut regretter que les GPS Garmin, dont 3 cyclos étaient équipés à titre personnel, n'aient pas été sollicités.

**Sur l'itinéraire du PPL 2012 pas de crevaisons de notre part et pourtant nous avons pratiqué tous les revêtements possibles : autoroutes, routes, pistes cyclables, routes en chantiers et chemins défoncés (« pistes »).**



En Chine, nous avons emprunté des autoroutes, des routes « normales », avec nids de poules, avec des pierres, briques ou autres objets trainant sur la chaussée, des routes en reconstruction sur plusieurs dizaines de kilomètres sur la terre battue en slalomant entre les obstacles.

Enfin, le Kazakhstan constitue le « summum » des difficultés routières avec deux étapes de 130 et 135 km sur des « pistes » défoncées, c'est-à-dire des « routes » plus ou moins empierrées avec des nids de poules plus ou moins profonds parmi lesquels il fallait se frayer un chemin. Nous, comme tous les participants, avons été étonnés par la capacité de notre corps à encaisser ces conditions difficiles. En cas d'épuisement extrême, le corps secrète de l'endorphine qui a un effet calmant. En Russie et en Ukraine, il s'agissait souvent d'étapes de « liaisons », sans intérêt touristique et, si l'état

des routes était satisfaisant, les camions y étaient omniprésents et faisaient peu de considération des cyclistes. Les « Lada » voitures du peuple des années communistes, y sont encore beaucoup présentes.



En Roumanie et Bulgarie, la circulation était moins dense avec encore quelques R12 (dénommée Dacia en Roumanie) et des charrettes à cheval pour les transports agricoles.

**En Asie, les conditions climatiques et environnementales ainsi que l'alimentation ont été plus ou moins bien supportées par les uns et les autres.**

Avant de s'inscrire chacun de nous avait passé avec succès les tests d'effort et recueilli l'avis médical de son médecin pour valider l'inscription. Il nous était conseillé d'avoir 1 000 km au compteur, pour notre part, nous sommes partis avec 700.

Avec le recul la force physique n'était pas primordiale, les qualités premières nécessaires étaient certainement santé, régularité et volonté plus que vitesse. Ainsi l'âge moyen des participants était de 62 ans avec une brochette d'une demi-douzaine de « jeunes » de 70 ans et plus dont une femme. La forme physique est venue petit à petit au fil des jours. Au final seulement 5 cyclos ont dû abandonner dont 3 pour raison de santé et 2 après une chute avec fracture. Côté poids, la ceinture du short ou du pantalon autant que les opérations de pesage à intervalles d'un mois et demi étaient un révélateur de notre forme ou fatigue physique. Sans que cela soit dit, cela a permis aux organisateurs d'améliorer le quantitatif de nos repas du matin et du soir. Pour notre part la perte de poids, par rapport à notre poids d'hiver est de 11 et 8 kg auxquels il faut retrancher 2 kg pour comparer à notre « poids d'été ».



Dans le premier col (2 554 m), dès le 5<sup>ème</sup> jour, la nuit et le froid ont surpris les derniers qui ont dû regagner l'hôtel à l'aide de camionnettes. Le premier mois en Chine, avec la pollution et un air différent du nôtre, a été très éprouvant générant pour beaucoup des bronchites et autres « ites » de la gorge. Le concert de toux sur les premiers hébergements collectifs était impressionnant.

**Cycles ROLAND BERLAND**  
SARL Christophe MOREAU

Dépositaire des marques  
Orbéa - Lapierre - Daccorini  
Kona - Rotwild

Concessionnaire :  
Peugeot Motocycles - Scooters  
et cyclos à bobine

- 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

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

- Atelier Mécanique  
Tôlerie - Peinture
- Location courts  
et longs termes
- Magasin de pièces  
de rechange
- Conseil technique  
Véhicules

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

Si certains n'ont pas « craché leurs poumons », c'est tout juste ! Le médecin, également cyclo, a été fort sollicité et des prescriptions plus « énergiques » auraient été les bienvenues. Les « turistas » et autres diarrhées ont également fait des ravages, surtout à la fin de la Chine, au Kirghizstan et au Kazakhstan où l'alimentation était très grasse avec des températures très élevées qui imposaient de boire beaucoup. Très peu y ont échappé et pour certains l'impossibilité d'avalier ou de retenir quoi que ce soit a pu durer plusieurs jours. Bien que « prendre le camion » n'avait rien d'agréable cela a cependant été indispensable pour les plus mal-en-point, comme Jeanine sur une journée, afin de traverser ces mauvaises périodes et de se refaire une santé.



Pour le climat, les conditions ont globalement été favorables : moins de 10 jours de pluie, une averse de neige et hormis deux ou trois jours de très forts vents contraires déstabilisant les vélos, le vent était le plus souvent poussant (on allait de l'est vers l'ouest). Enfin plus que le froid, la chaleur a été très éprouvante. Dans les étapes d'altitude, seule une étape au Kirghizstan a été perturbée par la neige et le grésil. Les patins de freins étant inefficaces avec l'humidité, les derniers ont chargé leurs vélos dans un camion bétailière providentielle qui les a rapatriés à l'arrivée. Si le froid peut être combattu en se couvrant davantage, on ne peut rien contre la chaleur. Le Kazakhstan nous a réservé plusieurs journées de fournaises à plus de 40°. Le maximum au compteur a été de 45°. L'eau devient vite très chaude, voire brûlante si on s'asperge. Un peu de café soluble ou bien un sachet de thé dans le bidon permet de la rendre plus agréable à boire.

**Dans cyclotourisme il y a « tourisme » et, si nous n'avons pas pu nous arrêter autant que nous l'aurions souhaité, les découvertes ont répondu à nos attentes .**

Le parcours de 6 000 km à travers la Chine (plus de 17 fois la France) nous a permis de découvrir une partie de la Chine profonde et les grandes villes de la Route de la Soie : Dunhuang, Kucha, Kashgar. Quelles images nous ont marqué ? Les monuments de Pékin et des environs avec la Cité Interdite (Palais Impérial), la Grande Muraille, le Palais d'Été, la Place Tian'anmen montrent la grandeur historique de la Chine. Ce qui nous a frappé en Chine ce sont les contrastes entre la modernité des villes et le sous-développement des campagnes avec une vie comparable à celle de nos années 1950 en France, les cultures en terrasse dans les montagnes et les collines, des grues dans toutes les villes mais aussi des bouteilles plastiques jetées un peu partout, les latrines « collectives » et aussi la rareté de l'eau dans les contrées arides. Au Kirghizistan, ce sont des images de montagnes verdoyantes, de troupeaux de moutons ou de chevaux conduits ou gardés par des bergers à cheval, le montage des Yourtes auquel nous avons assisté en cette période de transhumance. Les pistes défoncées, la chaleur et les immensités désertiques du Kazakhstan (5 fois grand comme la France mais 4 fois moins d'habitants) nous laisseront un souvenir inoubliable. Astrakhan en Russie et Odessa en Ukraine nous ont marqué par la beauté de leurs monuments. L'Eurovélo 6 emprunte les rives du Danube sur 2 840 km de la source du delta à Tulcéa en Roumanie jusqu'à la source à Donaueschingen en Allemagne avec de superbes paysages : la réserve ornithologique dans le delta du Danube à Tulcéa (Roumanie) et des rives escarpées entre Oravita et Orsova. L'accompagnement de la police, pour notre sécurité et peut être notre surveillance, facilitait la circulation dans les villes mais était parfois pesante lorsqu'elle voulait réguler le groupe. La Hongrie, un pays que l'on connaît mal, nous a surpris par sa modernité au sortir de la Roumanie. L'Autriche et l'Allemagne nous ont rapprochés de la France où l'accueil lors de notre entrée en Alsace nous a donné la « chair de poule ». L'Angleterre par ses petites routes encaissées dans la verdure et l'arrivée à Tower Bridge



**BROCHOIRE Yves-Marie**  
 Commissionnaire Peugeot • Gilera • Vespa • Aprilia

Visitez notre site Internet  
[www.brochoireym.fr](http://www.brochoireym.fr)

Tél. 02 51 66 91 07

**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 - Site : www.assurances-laturballe.com

à Londres ont clôturé en apothéose le parcours Partout l'accueil a été chaleureux avec une mention particulière en Chine. Comme lors de tous nos voyages vélos, il y a une frustration de ne pas pouvoir s'arrêter plus longtemps pour le tourisme. Quelques jours de repos supplémentaires et peut-être quelques kilomètres vélos en moins auraient été les bienvenus pour laisser plus de temps à la découverte de certaines villes étapes où il a fallu faire un choix entre repos et tourisme.

**La vie en groupe est plus une richesse qu'une contrainte...** à condition de savoir accepter les différences et développer la tolérance. Les échanges avec les cyclos étaient très majoritairement agréables et de nouvelles amitiés se sont créées. Dans les moments difficiles, la solidarité peut être mise à l'épreuve : en situation de forte fatigue on a plus tendance à penser à « sauver sa peau » qu'à aider le voisin que l'on juge peut-être, à tort ou à raison, en meilleur état que soi-même.

**Si c'était à refaire...**

Daniel : « Pour ce qui me concerne je repartirai sans hésiter, ayant globalement bien vécu cette expédition. Quant à en refaire une autre sur 5 mois, cela est une autre histoire...

Les échanges que nous avons pu avoir avec les autres cyclos sur leurs voyages donnent forcément l'envie de repartir... »

Jeanine : « Cette aventure m'a beaucoup plu même si le rythme était trop soutenu et laissait peu de temps pour le tourisme. L'envie de faire d'autres périples à vélo est toujours là. »

Jeanine et Daniel Bousseau



**Toutes à Paris, 5 000 femmes, Cyclistes de toute la France étaient au rendez-vous dans la capitale**

La Fédération française de cyclotourisme a organisé le dimanche 16 septembre le premier rassemblement du vélo féminin afin de promouvoir cette pratique, en dehors de tout esprit de compétition. Depuis le 1<sup>er</sup> septembre, près de 3 000 femmes de toutes les régions de France ont convergé à vélo vers Paris. Certaines ont parcouru jusqu'à 1200 km pour arriver dans la capitale. Toutes ces « cyclotes » ont été rejointes par celles d'Ile de France désireuses de prendre part au cortège. Ce sont près de 5 000 femmes qui se sont finalement élancées de la place Joffre pour une grande randonnée de 12 km dans les

rues parisiennes. Un succès total, marqué par la présence de Sylvie Tellier, directrice de la société Miss-France, venue à vélo soutenir sa mère arrivant, d'un voyage itinérant de Vendée. Ce voyage nous est raconté par Marylène



**Lundi 9 septembre**, 50 « Cyclotes » vendéennes, avec cinq accompagnateurs, ont pris le départ de la Ferrière pour Paris. Quatre Herbretaises ont participé (deux pour le voyage itinérant : Thérèse et Moi-même et deux pour le week-end : Marie-Annick et Réjane). **1<sup>er</sup> jour** : Beau temps, direction Saint Martin, Sainte Cécile, Mouchamps, Saint Michel, pique-nique aux Chatelliers-Chauteaumur l'arrivée a lieu vers 15 h 30 à Argenton les Vallées. **Mardi**, temps gris, nous laissons les Deux Sèvres pour rejoindre la vallée de la Loire. pour une visite du château d'USSE. **3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> jour** : Traversée du Cher, nous pédalons sur les routes du vignoble de Touraine, pique-nique à Amboise sur le quai de la Loire, arrêt au château de Chaumont sur Loire, visite de la cathédrale de Cléry-Saint-André près d'Orléans. **Vendredi**, les filles sont en superforme, nous arrivons dans la Beauce, paysage monotone, routes droites et vent de face. Arrêt à Méréville pour une visite d'une Halle renaissance et de la Tour Trajane. Nous sillonnons la vallée de la Chalouette dans l'Essonne où nous sommes prises en charge par des « cyclotes » de Chilly-Mazarin. **Dimanche 16 septembre 2012**, c'est le grand jour, nous voilà à Paris avec 550 kms de pédalage et ravies de notre périple. Défilé dans la capitale et pique-nique au champs de Mars face à la Tour Eiffel. Merci aux organisateurs et aux accompagnateurs qui nous ont bichonnées pendant cette semaine formidable. **Marylène**



**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  
 Vin en vrac - Bière - Spiritueux  
 Associations - Mariages - Banquets

**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

## Semaine Régionale à Confolens



Du 7 au 14 juillet, les cyclos de Confolens ont organisé une semaine cycliste, comparable à la semaine fédérale mais plus conviviale, compte tenu d'une participation plus réduite. En effet, 200 « **cyclos** » et « **marcheurs** », dont un couple espagnol et une luxembourgeoise ont participé à ce rassemblement for sympathique.

L'ouverture de cette semaine débute par une visite guidée de la ville suivie d'un apéritif de bienvenue et d'un repas grillade, le tout animé par un orchestre régional. Trois circuits, de 60 à 110 kilomètres, en étoile, très bien fléchés sont au programme, tous en partance de Confolens avec un ravitaillement-rencontre, copieux, entre « cyclos et marcheurs ». Tous les soirs au briefing, préparant les circuits du lendemain, un tirage de tombola, moyennant un écot d'un euro (facultatif) permet aux plus chanceux de gagner de nombreux lots, dont un jambon. Il s'en suit un apéritif généreux animé par un groupe folklorique. Une soirée festive signe la fin de cette semaine mémorable tant par l'excellence, que par l'accueil chaleureux du club de Confolens ainsi que

de son organisation parfaite. Paul Charrier



### La Léonne par Célestin dit Tintin

Il est au pays de Chantonnay, au creux du vallon, un endroit tranquille, avec son étang et le reflet des arbres en ses eaux. C'est là que deux amis aiment accueillir les « cyclos ». Dimanche 1<sup>er</sup> juillet 2012, il y a effervescence. La

randonnée passe et fait arrêt à la Davière. Par un sentier mystérieux, on découvre le repaire de nos deux amis. Chaque arrivant pose pied à terre, range sa monture. Qu'il est unique ce petit coin de Vendée. Ne pas compter les heures passées. Oublier la sueur. Seul compte le plaisir du rêve à réaliser. Autour de tables bien garnies, ce vallon si tranquille devient fourmillière. Chaque « cyclo » peut se raconter, se restaurer, et déjà, il faut prendre le chemin du retour. Pour moi, ces quelques lignes sont le MERCI adressé à celui qui par sa présence et dont le soutien fut précieux à une période toute particulière de ma vie de « cyclo ». Bon anniversaire à notre amie, avec ton mari et vos amis, profitez de ce coin de paradis. L'accueil sympathique et joyeux te désigne reine en ce lieu.

Tintin

### Du 5 au 12 Août a eu lieu la 74<sup>ème</sup> semaine fédérale de cyclotourisme à Niort

Tous les ans, les adeptes se disent, il y aura moins de monde que l'an passé, et pour tant, une fois de plus, nous étions entre 12 et 13 mille, disent les médias, dont une trentaine du CTH. 2000 bénévoles des associations locales ont participé avec plaisir et dévouement au bon déroulement de la plus grande

manifestation cyclotouriste européenne. Après l'installation au camping près du village fédéral (ou chez l'habitant), le départ est donné sur de petites routes fléchées dès le dimanche et sous la pluie. Le soleil et la chaleur domineront le reste de la semaine. Tous les jours, 4 à 6 parcours sont proposés, variant de 60 à 180 kms. Villes et bourgades, traversés, nous accueillent, se mettant en quatre, pour nous égayer (folklore, danse, groupe musical, etc...) mais aussi pour se restaurer, visiter ou récupérer. Les randonneurs(ses) ne partent pas forcément en même temps le matin, mais souvent se retrouvent sur ces aires de pauses très appréciées. Puis c'est le retour au campement, ou chacun s'octroie une douche rafraichissante, et prépare tenue et matériel, pour le lendemain. Et il est bien vite 19 H. L'heure des braves qui se rassemblent ici et là, autour des caravanes pour un grand



moment de convivialité : l'apéro. C'est le moment de refaire les parcours, de revoir les communes traversées et décorées. Pendant les sept jours l'on peut dire que nous avons quadrillé une région. En moyenne, de 6 à 700 kms sont effectués par chaque cyclistes. Une possibilité est offerte, pour ceux qui le désirent, de s'inscrire à la journée. Aussi, quelques membres du CTH, vététistes et cyclos sont venus découvrir l'ampleur de cette manifestation, car il y a également des parcours VTT et marche qui sont organisés. Le jeudi est le jour de repos. Gégène, Annick, Jean et Pierrette nous ont accompagnés sur le bateau croisière au fil de l'eau sur la sèvre niortaise, grand moment touristique et amical. Puis le dimanche, grand rassemblement au stade, ou chaque club, multicolore et déguisé vante leur région avec un symbole, (pour le CTH, c'est le moulin des alouettes sur le casque, fabriqué par notre magicien Gilbert). Après un grand tour d'honneur dans la ville sous les applaudissements de la foule et avant de nous disperser, nous passons entre les bénévoles, formant une haie d'honneur, en guise de remerciements. Chacun retient ce moment d'émotion, en attendant la 75<sup>ème</sup> édition qui se déroulera à Nantes. Merci aux personnes dévouées du CTH qui chaque année assurent le bon déroulement de cette semaine très sympathique. Finalement, suivant le slogan de cette année :

<<ça valait bien le détour>>.

Joël Renou



## facebook

Name:  
Cyclos-Cyclotes

Status:  
Cyclos-Cyclotes  
est le seul Webzine  
consacré au...



Fans:  
22

# LES SORTIES DU WEEK-END

## 1er & 2 Decembre

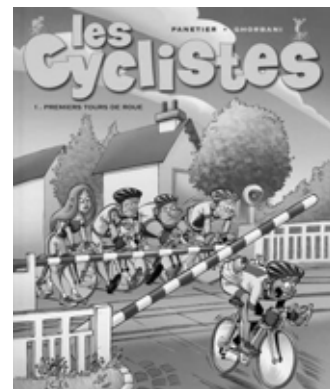
Les Herbiers	0	0
La Croix Bara	7	
Le Boupère	14	
Rochetrejoux	20	
Mouchamps	25	12
Vendrennes	32	19
St André Goule D'Oie	37	24
St Fulgent	40	27
Bazoges en Paillers	47	34
La Gaubretière	54	41
Les Herbiers	64	51



## 22 & 23 Decembre



Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	8	8
La Blanconnière		
Beaurepaire	15	15
Bazoges en Paillers	18	18
La Boissière de Montaigu	25	25
La Guyonnière	31	
Treize-Septiers	35	
St Symphorien	41	
Les Landes Genusson	46	32
La Gaubretière	51	37
Les Herbiers	61	47



## 29 & 30 Decembre

Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	8	8
St Fulgent	14	14
St André Goule d'Oie	16	16
Les Essarts	24	
St Martin des Noyers	31	
L'Oie	42	25
Mouchamps	48	31
Les Herbiers	59	42

## 17 & 18 Novembre

Les Herbiers	0	0
L'Aurière	2	
Mesnard la Barotière	9	
Beaurepaire	15	7
Bazoges en Paillers	18	10
La Boissière de Montaigu	25	17
Treize-Septiers	32	24
La Bruffière	36	28
Torfoou	44	
Tiffauges	47	
La Gaubretière	58	42
Les Herbiers	68	52

## Samedi 8 Decembre

La Roche s/yon

### Lieu d'accueil

Maison de quartier du  
**Bourg-sous-la-Roche**  
de 12h30 à 14h00

adhérents FFCT 3.00 £

Départ à partir de 13:30 ;  
Bénéfices reversés à  
l'Association Française  
contre les Myopathies

Téléphone 02.51.05.39.12

## 8 & 9 Decembre

Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
La Bonnelière	10	10
St Mars la Réorthe	15	15
Les Epesses	18	18
Chambretaud	25	25
La Gaubretière	35	35
Bazoges en Paillers	42	
St Fulgent	49	
Mesnard la Barotière	55	
Les Herbiers	63	45

## 15 & 16 Decembre

Les Herbiers	0	0
Rochetrejoux	10	10
Mouchamps	15	15
L'Oie	21	21
St Florence	23	23
Chauché	33	33
Forêt de Gralas	37	
Chavagnes en Paillers	43	
Bazoges en Paillers	53	
Beaurepaire	56	
Les Herbiers	64	54
Les Herbiers	0	0
La Gaubretière	10	10
Beaurepaire	14	14
Mesnard la Barotière	20	20
Vendrennes	25	25
Mouchamps	32	32
Rochetrejoux	37	
Le Boupère	43	
St Michel m/ Mercure	48	
Les Herbiers	60	43
Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
St Cécile	18	
St Vincent Sterlanges	20	
St Germain de Prinçay	26	
Sigournais	30	
Monsireigne	36	
St Prouant	38	21
Le Boupère	44	27
St Paul en Pareds	51	34
Les Herbiers	57	40

## 24 & 25 Novembre

## 25 Decembre



## 1er Janvier 2013



Les Herbiers	0	0
Mont des Alouettes	3	
Chambretaud	8	
La Verrie	16	
St Aubin des ormeaux	22	
St Martin des tilleuls	24	
Les Landes-genusson	31	15
Bazoges en Paillers	38	22
Beaurepaire	41	25
Mesnard la Barotière	47	31
Les Herbiers	55	39

## 5 & 6 Janvier 2013

Les Herbiers	0	
Mouchamps	12	
L'Oie	18	
St Florence	20	
Chauché	30	
La Rabatelière	34	
St Fulgent	42	
Mesnard la Barotière	48	
Les Herbiers	56	

**CADETEL**

Jeux de palets - Coupes - Trophées - Jeux de plein air

5, rue de la Gradine - La Tibourgère - 85500 LES HERBIERS  
Tél. 02 51 66 81 25 - Fax 02 51 66 97 03 - www.cadotel.fr

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

**Pain - Pâtisserie - Chocolat**  
BRIOCHE VENDEENNE - PAQUAUDE  
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 (île D'Oïron)  
www.tressedorée.com - @chat en ligne



# LES SORTIES DU WEEK-END

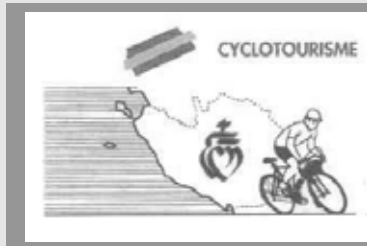
Rendez-Vous sur le parking, rue du 11 Novembre

14 Octobre

**DEPART 8H**

Inscriptions  
Prises en charge  
Par le club

Concentration de clôture



Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	8	8
St Fulgent	14	14
Chauché	22	22
Boulogne	28	28
Dompierre-sur yon	37	
D100 puis rond-point à gauche D2100		
1km500 à gauche		
<b>Le Beignon-Basset</b>	42	
Concentration de clôture		
Dompierre-sur yon	47	
La Merlatière	55	32
Les Essarts	62	39
St Cécile	72	49
Mouchamps	78	55
Les Herbiers	89	66

**Autres sorties**

**RANDONNEE DE LA FRESSURE**

Route : 23 . 47 . 72

**49 -LE MAY SUR EVRE**

Tél. : 02.41.63.28.39

**RANDONNEE MOULINS ET MARAIS**

Route : 25 . 45 . 75 . 90

**44- SAINT HERBLAIN**

Tél. : 06.88.90.28.77

**RANDONNEE VINS ET CHAMPIGNONS**

Route : 50 . 75 . 100

**49 SAUMUR**

Tél. : 02.41.50.43.67

20 Octobre



3 parcours au choix  
50- 84 et 112 km

21 Octobre

**DEPART 8h30**

Les Herbiers	0	0
Gare des Epesses	5	5
Ad St Mars le réorthe	9	9
La Blotière à gauche		
Chateauroux	17	
La pommeraie s/ sèvre	21	
Pouzauges	30	
La Flocelière	37	
St Michel M/Mercure	40	
Le Boupère	45	19
St Prouant	50	24
Rochetrejoux	58	32
Mouchamps	64	38
Le Gué Jourdain	68	42
Les Herbiers	76	50

**Autres sorties**

**RANDONNEE DU BOUDIN**

Route : 25 . 40 . 58 . 75

49- ST LEGER S CHOLET

Tél. : 02.41.56.22.67

27 & 28 Octobre

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
Voie-ferrée		
St Vincent Sterlanges	17	17
St Cécile	20	20
Les Essarts	30	30
La Merlatière	36	
Boulogne	40	
St Denis la Chevasse	45	
Chavagnes en Paillets	55	
Bazoges en Paillets	65	48
Beaurepaire	68	51
Les Herbiers	77	60



**Départ 9h**

1er Novembre

Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	8	8
Beaurepaire	14	14
La Gaubretière	18	18
Les Landes Genusson	23	
St Symphorien	28	
La Boissière de Montaigu	33	
Bazoges en Paillets	40	25
St Fulgent	48	33
Vendrennes	53	38
Mouchamps	60	45
Les Herbiers	71	56

3 & 4 Novembre

Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
Le Boupère	13	13
Pouzauges	22	22
La Pommeraie s/sèvre	31	31
St Amand s/sèvre	35	
Treize-Vents	44	
St Laurent s/sèvre	51	
St Malo du Bois	55	
Les Epesses	61	43
Les Herbiers	71	53

10 & 11 Novembre

Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	8	8
Vendrennes	12	12
Mouchamps	19	19
St Cécile	25	25
=> St Hilaire sur 3 km		
Bodin à gauche	28	28
La Marzelle	33	33
Chantonay	35	35
Puybéliard	38	38
St Mars des Prés	42	
Sigournais	46	
St Germain de Prinçay	50	
St Vincent Sterlanges	55	44
Voie-ferrée		
Mouchamps	60	49
Les Herbiers	71	60



**Départ 8h30**

6 & 7 Octobre

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	9	9
La Pagerie		
La Gaubretière	13	13
St Martin des Tilleuls	17	17
La Verrie	22	22
Mortagne s/sèvre	28	28
Puy St Bonnet	33	33
La Tessoualle	37	
Moulins	45	
Mauléon	50	
St Amand s/sèvre	58	
Les Chatelliers	61	
Les Epesses	68	48
Les Herbiers	78	58

**Autres sorties**

LA MELUSINE  
TRANSMERVENTAISE  
Route : 50 . 70

**85 ST MICHEL LE CLOUCQ**

Tél. : 02.28.13.06.44



**RANDONNEE DES BISCUITS**

Route : 33 . 50 . 74 . 94

**49 ST GEORGES DES G**

Tél. : 02.41.62.96.45

**RANDONNEE DU PAYS D ANCENIS**

Route : 30 . 60 . 90

**44 ANCENIS**

Tél. : 02.40.98.88.74

CHAUFFAGE TOUTES ENERGIES  
PLOMBERIE / SANITAIRE  
ZINGUERIE

*Michel, Charles, Vincent  
et Manuel à votre service*

SARL HUMEAU Charles Michel  
Tél. 02 51 67 12 04  
19 Rue de la Métairie  
85500 LES HERBIERS

**FUN BOWLING** 85  
LES HERBIERS  
TÉL 02 51 66 43 56

24 avenue du Borage  
Zone Cial La Tibourgère  
85500 LES HERBIERS

**FUN RESTO** 85  
LES HERBIERS  
TÉL 02 51 66 80 42



**Départ  
13h45**

# LES SORTIES DU MERCREDI

**Rendez-vous sur le parking, de la Gare  
Rue du onze novembre départ 13h45**



## 3 Octobre 2012

### 71k Rorthais

Les Herbiers St Mars  
Les Epesses / Mallièvre  
Treize- Vents  
La Chapelle Largeau  
Moulin / la Brosse  
St Aubin Baubigné  
Rorthais  
St Amand sur Sèvre  
Châteaumur / La Focellière  
St Michel Mt Mercure  
La Chambaudière  
St Paul / Les Herbiers

## 10 Octobre 2012

### 65 Km Réaumur

Les Herbiers / St Paul en Pareds  
Le Boupère // Voireau  
Le Caillou Blanc / L'Haumondière  
Les Latteries // Tillay  
La Salboire  
Réaumur => Montournais  
A/gauche Le Grand Bois  
La Daunière a/gauche  
4 routes a/d Mottette  
Le Puypelet  
Stop a/gauche 1<sup>ère</sup> a/droite  
Les Gibaudières  
Le Passou // Mont Bail  
A/gauche Pouzauges  
Le Bois de la Folie  
La Savarière a/d 1<sup>ère</sup> a/g  
Châteaumur  
Nouzillac // La Blotière  
St Mars / Les Herbiers

## 17 Octobre 2012

### 66km Chauché

L'Aurière // Mesnard  
St Fulgent direction super U  
La Chaunière / La Rabatelière  
A/g rue de L'étang / La Borderie  
A/d Le Genet après autoroute a/d  
Chauché direction Les Essarts  
Plessis Allaire a/gauche  
La Gontrie stop a/d Les Essarts  
Direction St André Goule D'Oie  
Plessis Durenceau a/droite  
A/d Maison Rouge / Le Four  
4 routes a/g La Piltière  
3 routes a/d 1<sup>ère</sup> a/gauche  
Stop a/droite 1<sup>ère</sup> a/g Rouadan  
1<sup>ère</sup> a/droite La Galocherie  
Stop a/gauche La Barre  
L'Oie => Mouchamps  
Château La Bonnière a/g  
Château Soubise a/d  
Gué Jourdain / Ardelay  
Les Herbiers

## 24 Octobre 2012

### 68km Prieuré Grammont

Les Herbiers // La Patte  
A/g La Pillaudière  
A/droite Moulin à Tan  
3rtes a/d 1<sup>ère</sup> a/g La Daunière  
3rtes a/g et a/d Le Colombier  
Rochetrejoux => St Germain  
La Pagerie a/g La Coutancière  
Les Cornières a/droite  
Abbaye Grammont / St Prouant  
Le Boupère / La Davière a/d  
La Limouzinière  
Stop a/g St Mars La Réorthe  
Les Epesses Le Puy du Fou  
Chambretaud  
La Chenelière  
Le Mont des Alouette  
Les Herbiers

## 31 Octobre 2012

### 64 km Combrand

Les Herbiers  
Les Epesses  
=> Mallièvre sur 2km  
A/d La Roche Bordron  
1<sup>ère</sup> a/gauche La Baud  
1<sup>ère</sup> a/gauche La Rabinière  
St Amand sur Sèvre  
La Petite Boissière  
Stop en face Combrand  
La Pommeraie sur sèvre  
La Focellière  
St Michel Mt Mercure  
La Chambaudière  
ST Paul en Pareds  
Les herbiers

## 7 Novembre 2012

### 64k Chavagnes en Pailiers

Les Herbiers/ Le Gué Jourdain  
A/droite Le Parc Soubise  
Vendrennes /  
St André-Goule-D'Oie  
Chauché/ Cimetière a/droite  
La Rabatelière  
Chavagnes en Pailiers  
=> Bazoges en Pailiers  
A/droite La Morinière  
Stop en face  
L'Hopitaud 2<sup>ème</sup> a/gauche  
Petite Roussière a/droite  
Le Château D'eau  
A/droite 1<sup>ère</sup> a/gauche  
La Malarderie  
Stop a/gauche 1<sup>ère</sup> a/droite  
A/gauche La Dalle  
A/droite Mesnard  
La Fournerie / Les Herbiers



## 14 Novembre 2012

### 63k St Aubin des Ormeaux

Les Herbiers L'Aurière  
Mesnard La Barotière  
=> St Fulgent a/d La Milière  
Beaurepaire / La Pagerie  
La Gaubretière / St Martin  
St Aubin Des Ormeaux  
=>St Christophe du Bois sur 1k  
A/d La Coudavid  
La Martinière // Le Cou  
La Verrie => St Malo du Bois  
A/g => St Laurent sur 4km  
Après rte de Rochard 2<sup>ème</sup> a/d  
La Grande Brosse  
Stop a/g St Malo du Bois  
A/droite Le Puy du Fou  
Chambretaud / La Chainelière  
La Vachonnière / Les Herbiers

## 21 Novembre 2012

### 62km Les Essarts

Les Herbiers  
Le Gué Jourdain  
Mouchamps  
St Cécile  
Les Essarts  
Chauché  
La Rabatelière  
St Fulgent  
Mesnard La Barotière  
La Fournerie  
L'Aurière  
Les herbiers



## 28 novembre 2012

### 57km chambretaud

Les Herbiers / La Garlopière  
Direction St Paul  
A/droite La Galtière  
La Jonchère / Rocherejoux  
Le Boupère => Michel  
A/gauche Bois Sorin  
La Gaubretière a/g Bel Air  
A/droite La Bessonnière  
La Bretonnière // La Cessière  
Stop a/d St Mars La Réorthe  
La Renaudière / La Perverie  
Les Epesses // Le Puy du Fou  
A/droite => St Malo Du Bois  
Stop a/gauche => La Verrie  
Avant autoroute a/gauche  
Chambretaud / la Chenelière  
Les Alouettes Les Herbiers

## 26 Décembre 2012 53K Les Roches Baritaud

Les Herbiers Ardelay  
Rochetrejoux / La Maison Neuve  
La Pelletrie //Gornières en face  
1<sup>ère</sup> a/droite La Coutancière  
La Pagerie Stop a/gauche  
La Sauvinière / Thénie a/droite  
Les Boudaudries  
Stop en face et 2<sup>ème</sup> a/g  
Les Roches Baritaud  
A/d St Vincent Sterlanges

## 5 Décembre 2012

### 58 km Preuilly

Les Herbiers / L'Aurière  
Mesnard Beaurepaire  
Les Roussières  
L'angenaudière // Belon  
les Rancunelières  
1<sup>ère</sup> a/g La Grandinière  
Stop a/gauche 1<sup>ère</sup> a/droite  
Preuilly stop en face  
Le Rouet 1<sup>ère</sup> a /gauche  
Le Grand Bois a/droite  
La Petit Roussière a/droite  
Stop a/gauche St Fulgent  
Vendrenne / La Tricherie  
Mesnard La Barotière  
La Boule // La Patte  
Les Herbiers

## 12 Décembre 2012

### 55 km Pouzauges

Ardelay / St Paul  
Les Roches / Le Boupère  
=> La Meilleraie sur 3km  
A/gauche Le Chaillou  
3rtes a/droite 1<sup>ère</sup> a/gauche  
A/d La Maison Neuve  
A/droite 1<sup>ère</sup> a/gauche Le Lac  
Stop a/g rond-point a/droite  
=>Chavagnes les Redoux  
A 5km a/droite Monsireigne  
St Prouant => Mouchamps  
A/droite Algon La Pelletrie  
Rochetrejoux La Jonchère  
La Galtière /La Patte  
Ardelay/ Les Herbiers

## 19 Décembre 2012

### 53km la Rabatelière

L'Aurière / Mesnard  
St Fulgent / St André G D'Oie  
=>Chauché / Villeneuve  
Avant autoroute a/droite  
Stop en face Landouinière  
La Giroulière a/gauche  
La Rabatelière a/droite  
La Salette // St Fulgent  
Direction Bazoges  
A/d La Rivière Galochon  
Pailiers A/g 1<sup>ère</sup> a/droite  
Stop A/droite / 2km a/g  
Serit / Les Herbiers

## La Tranchais/ Mouchamps

A/gauche La Pinelière  
A/droite Ardillers  
Château La Bonnière  
Le Parc Soubise  
A/gauche la Verrie  
Le Gué jourdain/ La Drapelière  
Ardelay / Les Herbiers

## Le Coin VTT

### Le 7 Octobre

- **Saint Michel le Clouisy (85)**  
« La Mélusine transmerventaise  
30 à 46km - Prix : public 6€ / FFCT 4€  
-18 ans 2€

- **Torfou (49) \_Rand'automne**  
28 à 50km Prix : 4€ / -14 ans 2€

- **Mouchamps (85) La rando du Tigre**  
28 à 53km - Prix : 5€

### Le 14 Octobre

- **Beaurepaire (85) Rando de l'empereur**  
Km ? - Prix : 5€

- **Le May sur Evre (49)**  
Rando de la fressure 27 à 58km  
Prix : public 6€ / FFCT 4€ / -18 ans 2€

### Le 21 Octobre

- **St Léger sous Cholet (49)**  
Rando des boudins  
25 à 45km -Prix public 6€ / FFCT 4€  
-18 ans 2,50€

### Le 28 Octobre

- **Vihiers (49)**  
Rando des châtaignes et du vin nouveau  
30 à 55km - Prix : public 6,50€ / FFCT  
4,50€ / -18 ans 2€

- **Mortagne sur Sèvre (85)**  
La Mortagnaise  
18 à 43 km – Prix : public 5€ / FFCT 4€ /-  
15 ans 2€

### Le 4 Novembre

- **La Ferrière (85)**  
Rando VTT et marche  
25 à 50km -Prix : 5,50€ / -14 ans 1,50€

### Le 11 Novembre

- **Les Herbiers- Circuit Puyfolaise**

### Le 18 Novembre

- **Begrolles en Mauges (49)**  
La virée des Conscrits  
20 à 60km - Prix : 4,50€

### Le 25 Novembre

- **Torfou (49) La Torfousienne**  
20 à 60km - Prix : 6€ / -14 ans 3€

### Le 2 Décembre

- **St Paul en Pareds (85) Les Bichottes**  
20 à 45km -Prix : 6 € / -14ans 3€

### Le 9 Décembre

- **Gétigné (44)**  
Rando des deux Vallées  
17 à 53km - Prix : 5€ / -14 ans 2€

### Le 16 Décembre

- **Les Herbiers**

**Vacances  
Joyeux Noël  
et Bonne Année 2013**



### **Les Informations du Chef**

### LE CHRONO DES NATIONS : LE 20 OCTOBRE 2012

Comme à l'accoutumée le CTH apporte sa contribution à ce grand évènement cycliste national. La distribution des prospectus au cours des randonnées extérieures reste à la bonne volonté de tous les adhérents. Marie Annick enverra la plaquette par mail à tous les clubs aux adresses connues et aux licenciés du club. Philippe assure La diffusion sur le site internet. La réservation de la sono auprès de l'OMS est à la charge de Jean-Michel Robin Les responsables des commissions sont chargés de demander leurs bénévoles pour les parkings et la sécurité : Dany - pour l'intendance :Yvon et Réjan et les inscriptions : Marylène.

### L'association des bals herbretais :

Après renseignements auprès de Jean Rambaud, vice président de l'association, à la réunion le 24 septembre chez Denise Pineau, l'an dernier, le CTH aurait brillé par son absence. Il faut se ressaisir, notre club doit continuer à faire partie de l'A.B.H, ce qui est un excellent rapport Il serait souhaitable d'instaurer un planning tournant de quatre bénévoles, pour assurer cette prestation et partager les journées suivantes :

### Planning 2012-2013 :

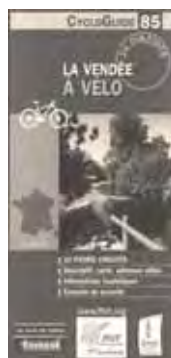
23/12/2012 ...10/02/2013...17/03/2013...19/05/2013  
16/06/2013....07/07/2013...21/07/2013

### Le Pique-nique du club

n'attire plus les foules. Le dimanche 9 septembre, nous nous sommes retrouvés seulement 45 au village de St Benoit (dont une vingtaine de licenciés présents sur 138). Sans doute, cela ne correspond plus aux attentes actuelles. C'est pourtant l'occasion de se retrouver entre conjoints(es) des cyclos/cyclotes .  
Dommage !!!

### Déménagement du local du CTH

Pour des difficultés de voisinage dues à un mauvais coucheur qui se plaint que le vélo soit trop bruyant, la municipalité s'est vue dans l'obligation de déménager le club. Elle accorde pour un bail d'un an un mobil home, en commun pour le CTH et VTH, relativement grand et confortable dans la zone industrielle de Guerche. Le changement s'est fait le mardi 25 septembre. Toutefois, pour des raisons de courtes dates d'information à tous les adhérents, le départ de la sortie du dimanche 30 septembre se fera pour la dernière fois à partir de l'ancien local.



**Cyclo-guide.** Avec le concours d'Yves et de Jean-Paul, le CTH avait participé à la réalisation du Cyclo-guide de Vendée. Il en reste 160. Des exemplaires ont été déposés dans les offices du tourisme, au magasin U, chez les vélocistes et dans une librairie de la Roche. Le CODEP fait une étude du bilan des ventes, par année, et va essayer d'élargir la diffusion à d'autres grandes surfaces



## Les Estafettes « d'antan » porteurs du courrier du C.T.H.



Paul , ayant participé à la semaine régionale de Confolens, inscrite à la FFCT, vous fait savoir qu'en 2013, elle aura lieu à Montmorillon (86) du : 6 au 13 Juillet. Pour tous renseignements, vous pouvez contacter Josiane Carion au 05 49 91 28 87 ou sur son site internet : [carionjo@wanadoo.fr](mailto:carionjo@wanadoo.fr)

Oyé...oyé...oyé...avis aux vététistes : Méfiez vous quand vous pédalez dans les chemins creux balisés où l'herbe a été fraîchement coupée. En effet, elle peut cacher des obstacles indésirables tels que de grosses pierres proéminentes qui vous envoient vers le ciel pour retomber aux enfers. Je connais une burne du CTH qui en a fait l'expérience bilan cinq côtes et un acromion cassés...pas mal...à ce qui paraît, la prochaine fois il fera mieux ...ça promet...

La Concentration de clôture se déroulera le 14 octobre 2013 au Beignon Basset



Les Semaines Fédérales se dérouleront :

- En 2013  
-à : Nantes  
Pays de Loire
- En 2014  
- à : Saint Pourcain sur Sioule - dans l'Allier  
( 30 km au sud de Moulins)
- En 2015  
- à : Albi



Dates à retenir  
L'assemblée générale aura lieu le 30 novembre 2012 à 20 H. dans la salle de la Métairie

La galette des Rois sera à déguster le 8 janvier 2013 à partir de 11 heures, dans la salle de la Métairie



### Téléthon 2012

Comme tous les ans, Brigitte et Marylène vont lancer leur grand défi sur Home trainer lors du Téléthon qui aura lieu : les 7 et 8 décembre 2012. Venez nombreux, c'est toujours pour la bonne cause



### Rédacteurs :

J. et D. Bousseau - P. Charrier  
M.A. Maudet - M. Planchet  
P. Remigereau - J. Renou  
G.M. Soullard - Y. Teillet  
Tintin - J.P. Tricot

**HYPER U**  
*les Herbiers*  
*le plus sportif des HYPERS*

**LE CHOIX**

**LES PRIX LES PLUS BAS !**

[www.hyperu-lesherbiers.com](http://www.hyperu-lesherbiers.com)