

Le Bulletin des cyclos qui ont le temps

Grâce à la vigilance de JM FALGUIERE, rendons à Gustave ce qui n'appartient pas à Henri ! (La Sacoche n°4)
« Quand les dents du cyclo tombent il lui faut en mettre davantage à l'arrière ! »

Gustave Vidal -Ancien Président des Montagnards Cévenols.

Et une autre pour la route :

« Le cycliste n'est pas un automobiliste déchu, c'est un piéton" miraculé! » - *Jacques Faizant.*

Le Vélo en Fête.



Le dimanche 19 juillet le Comité des Fêtes de Remoulins fêtait ses 10 ans d'existence.

De l'avis des présents ce fut une réussite à laquelle participait **l'Association de la Pédale d'Antan Uchaudoise (*)**. Une des figures emblématiques (photo ci-contre) n'est autre que Daniel Pujolas, ancien du G.C.N., qui reçut en 2008 un trophée au titre de créateur du logo du Crococyte, la revue du Club.

Juché sur un Grand Bi rutilant il ouvrit la route à une cohorte de vélos divers où tous les cyclistes étaient costumés avec goût façon rétro. Parfaitement intégrés dans le cortège des mainteneurs de traditions provençales et camarguaises, ils recueillirent un franc succès. Belle façon ludique de participer à l'histoire

des Cycles et à la promotion du deux roues. La Pédale d'antan sut faire rêver, distraire, étonner les badauds massés le long du parcours dans la bonne humeur.

Encore un grand bravo à ces mainteneurs de la petite reine.



(*) site : www.lapedaledantan.fr

Dans ce numéro

- Le Vélo en fête.....p 1
- Un cyclo émérite nous a quittés.....p 2 -3
- Commission « Féminines » du CODEP.....p 4
- La trousse à outils.....p 5
- Voyage en Vivarais JC Hesse.....p 6 à 9
- Journée CODEP- Féminines -en septembre.p 10
- Le Trophée du Vélo.....p 10



Un cyclotouriste émérite nous a quittés.....

André GOUDET, doyen d'âge du Groupe Cyclo Nîmois, s'en est allé brutalement dans sa 84^{ème} année. Vétéran du GCN, il avait reçu le Vélo d'Or du Club pour ses 53 années de cotisation en 2008 . Grande assemblée de cyclos, ses amis, dans la charmante église de St Gervasy, pour une cérémonie sobre mais chaleureuse, avec les mots qu'il fallait. Le CODEP était là, notamment son président Jack Sabatier venu accompagner un vieux compagnon de route. Une délégation importante du GCN également (André s'occupa pendant des années et jusqu'en 2007 des Randonnées Permanentes du GCN, dont deux sont aujourd'hui reprises par le CODEP). Et puis tous ceux, nombreux, autour de la famille, qui ont apprécié pendant un demi-siècle la compagnie d'André GOUDET.

André, c'était un homme de vélo ; s'il prenait sa voiture, c'était par nécessité. En 2007, âgé alors de 82 ans, il monta au roc de Gachonne (photo). Il n'y a pas si longtemps je l'ai rencontré au Bricomarché de Nîmes-Est venu



à vélo chercher quelques bricoles, une course de 15 km AR, c'est méritoire à 83 ans. « Je ne roule plus beaucoup ».....m'a-t-il confié..... « mais j'ai quand même fait 8000km cette année.... » . Sans commentaires.

André fut dès ses débuts un rouleur exceptionnel. Roland Nogarède se souvient d'avoir grimpé avec lui le col St Pierre dans la 2ème randonnée des Crêtes Cévenoles en 1955 ; on partait de Nîmes, on allait tourner à Florac, on grimpait le col de Montmirat.....260 bornes. C'était ses débuts au G.C.N .

L'année d'après, il attaqua les brevets qualificatifs pour Paris-Brest-Paris, sans mener d'ailleurs le projet à son terme, ce qu'il regretta. Son ami Robert Ceirano, grand dévoreur de kilomètres devant l'Eternel, fit avec lui des milliers de bornes.

Pouvais-je avoir un meilleur maître à mes débuts cyclotouristes, 20 ans plus tard ? Nous habitons Marguerittes tous les deux et nous nous sommes immédiatement accordés pour mes premières virées montagnardes. Je n'ai jamais senti qu'il levait le pied pour moi ; allure régulière et sans excès, humeur égale, plaisantant facilement, en apparence infatigable, et connaissant les routes comme sa poche. Le compagnon idéal. Jamais un conseil dogmatique, simplement son exemple qu'il me suffisait de suivre sur la route pour ma formation, surtout quand la pente se faisait difficile, quand il fallait un peu s'accrocher, gérer l'effort, se montrer courageux. Que des bons souvenirs.

Je lui proposai un jour de juillet 78 d'aller voir mon gamin et son cousin en colo à Chambon-sur-Dolore (63) et de rentrer à Nîmes à vélo. La grande aventure pour un débutant (j'avais un an de club) ; pas de problème pour lui ; nous avons pris un train à minuit, débarqué à Brioude vers 03h et vu repartir le train illico avec nos vélos ! L'autorail de 6h nous les ramena (ouf !), ce qui nous permit d'aller boire un café dans le premier troquet ouvert à cette heure, après avoir tué le temps dans la salle d'attente de la gare. En trois jours, nous sommes rentrés par La Chaise Dieu, Allègre, le lac du Bouchet, Langogne, Barjac, un voyage magnifique de 360 km et 3700m de dénivelé, une promenade pour lui, un peu moins pour moi mais un plaisir total et le « métier » qui rentrait. Ce qui me plaisait avec lui, c'est qu'on avait toujours le temps d'arriver, les kilomètres défilaient tranquillement et on prenait le temps de regarder ; ce qui est l'essence même du cyclotourisme à la portée de tous que nous prônons dans La Sacoche. Parmi les souvenirs qui l'amusaient beaucoup, il y avait la Semaine Fédé-

rale de Libourne, et les sacoches que nous chargions de bonnes bouteilles, de chai en chai, de quoi améliorer le casse-croûte du soir.

Mais laissons Roland nous conter d'autres facettes du personnage .

« Dans les années 92-95 nous faisons des sorties de retraités à 4 ou 5 et je me souviens particulièrement d'une sortie où nous revenions dans la pluie et un vent terrible après les gorges de l'Hérault, par la route des Lavagnes, vers Pégairolles de Buèges ; en rigolant on évoquait le Cap Horn ! Il y avait beaucoup de crevaisons et alors André nous disait: "Il faut y aller, ce soir je chante à la chorale ! Il était infatigable ! » Question endurance, il ne craignait personne. Vous avez bien lu, André chantait aussi à la chorale de Marguerittes. Roland raconte encore : « Il faisait aussi partie de notre groupe de marche. Un jour, au sommet de la tour des Opies, point culminant des Alpilles, il a chanté merveilleusement le Crédo du Paysan ; étant donné le cadre et l'ambiance j'en garde un souvenir ému ».

André avait son petit paradis cévenol , un petit chalet en bord de route à Concoules « où il aimait recevoir et où nous avons passé de bons moments. Nous y avons fait un rendez-vous de la confrérie des 650 et là aussi nous avons fêté ses 80 ans en le faisant passer sous des roues de vélo ».

Il prenait le train jusqu'à Concoules SNCF, juste en bas de chez lui (vraiment en bas !!) et grimpeait jusqu'à son gîte ; il y a quelques temps il m'a dit « tu sais, le train ne s'arrête plus à



Concoules, alors je vais devoir m'arrêter à Génolhac et finir à vélo » ; pour ceux qui connaissent, vous apprécierez le courage du bonhomme, mais peu à peu hélas sa carcasse le trahissait.

Faut vous dire, mes amis, qu'il ne se privait pas d'aller chercher son pain à Villefort ; Robert Ceirano peut en témoigner ; vous connaissez la sortie de Villefort ?

Assemblée générale du GCN-janvier 2008
André GOUDET (2^{ème} à gauche) reçoit le Vélo
d'Or pour ses 53 ans de club
ainsi qu' André et Roland Nogarède

Alors André , tu t'en vas en nous laissant la grande tristesse de perdre un agréable compagnon de route, et un ami tout court ; nous savons tous que la vie ne t'a pas épargné, que tu as eu ton lot d'ennuis et de désillusions, mais que sur le vélo tu en parlais très peu ; les mots qui revinrent souvent lors de la cérémonie des adieux furent « gentillesse », « discrétion », « courage », « amitié », « simplicité ». Je ne viendrai plus te chercher pour te conduire à l'AG, mais je sourirai encore en songeant à ce bon mot que nous partageâmes un jour dans l'Aigoual : « T'as vu la Mercedes sur le Perjuret ... » Sacré André. A ciao !



Marcel VAILLAUD
juillet 2009

1985- Virée en Ardèche,
route de Privas à Nismes,
André Goudet en compagnie
de Marcel Vaillaud (à gauche).
rédacteur de La Sacoche
et Jack Sabatier (assis),
président actuel du CODEP 30



Commission « féminines »

POINT MECANIQUE

Avec l'accord du CODEP 30 j'ai diffusé en avril 2009 un questionnaire destiné aux féminines. Son objet était de mieux les connaître et de faire le point sur leurs attentes. Plusieurs questions étaient posées dont une en particulier

Avez vous besoin d'une initiation technique et théorique en mécanique vélo ?

J'ai reçu 23 réponses de cyclistes sur 155 féminines, soit 15%

Un premier rendez vous fut donc pris pour **le 20 juin 2009 à ARAMON** au centre de loisirs d'EDF de 13h à 18h

Pour cette opération, je fis appel à 3 amis cyclos qui ont gentiment répondu présent
Mrs Robert Larquier, Gérard Renouard, Jean Claude Hesse

Finalement **5 cyclistes** firent le déplacement. Je dois reconnaître que j'attendais une meilleure participation au vu des demandes enregistrées. Néanmoins d'autres points mécaniques auront lieu d'ici la fin de l'année

Notre premier sujet pris l'allure d'un cours d'école en pleines révisions

- 1/ contenu de la trousse à outils (que vous trouverez en encart page)
- 2/ sans oublier la sécurité (gilet, couverture de survie, timbre, éclairage avant arrière)

Puis nous avons attaqué la pratique

- 1/ explications sur comment démonter une roue du vélo
- 2/ réparation d'une crevaison
- 3/ remonter la roue + regonfler

A notre grande satisfaction, enfin nous allions pouvoir accéder à une certaine autonomie

Une petite pause détente nous permis de parler d'autres projets

En tant que déléguée à la commission féminine et au nom du CODEP 30, je tiens à remercier nos trois formateurs, qui ont été très clairs dans leurs explications, et disons le, très brillants. Ce qui a permis à « mes » 5 féminines d'être de bonnes élèves et d'obtenir mention ' TB '.

Ghislaine CHARTON

En page suivante la composition d'une bonne trousse à outils

Sur simple demande recevez tous les n° de La Sacoche déjà parus en un seul fichier au format PDF



Commission 'Féminines »

La trousse à outils

Par ordre de fréquence d'utilité

- **Pompe** : il est déconseillé de partir sans sa pompe, surtout seul(e)
- **Chambre à air** : en avoir plutôt deux qu'une pour les grandes virées, ça supprime la corvée de réparation sur route (après avoir minutieusement extirpé la cause de la crevaison)
- **Démonte-pneus** : indispensables, il en faut au moins trois.
- **Quelques gants** en plastique fin pour conserver les mains propres en cas d'interventions salissantes.
- **Pince à épiler** : pour extraire épines, éclats de verre, éventuellement les poils disgracieux.
- **Petit tournevis** adapté aux vis de réglage des dérailleurs (qui peuvent bouger en route et entraîner des dérailleurs intempestifs) ; en général cruciformes.
- **Clés Allen** : on emportera les deux ou trois clés qui s'adaptent aux différents serrages présents sur le vélo (bien faire le tour de la machine) ; attention particulière au serrage du tube de selle, aux vis des porte-bagages.....Si besoin, **clés plates** appropriées (souvent du 8 ou du 9)
- **Deux ou trois courroies** de cale-pied (d'avant les pédales automatiques)
- **Câbles de freins** arrière et petite pince coupante.
- **Câbles de dérailleur** spécial indexation (câble inextensible)
- **Clé à rayons** : permet de corriger un léger voile suite à un choc ; mais aussi de retendre les rayons qui ne doivent pas s'avachir (ne faire que si l'on a appris !!)
- **Dérive-chaîne** : pour ouvrir la chaîne ; sert rarement sur la route ; permet de raccourcir la chaîne en cas de casse du dérailleur et de rentrer à la maison.
- **Morceau de pneu** d'une dizaine de cm : servira très rarement mais peut permettre de réparer sommairement une déchirure de pneu
- **Pneu pliable** : pour les angoissées mais ça peut servir.

Aux confins septentrionaux du Languedoc et des Cévennes il est des terrains de jeux formidables pour les cyclotouristes épris de calme, de nature, de beaux paysages fleuris.....et de jolies grimpettes ; le Vivarais en fait partie. Amis, dépliez la carte pour suivre pas à pas ce petit voyage itinérant que nous conte Jean-Claude Hesse, que nous remercions ici ; peut-être cela vous donnera t'il envie de suivre leur exemple.....

NDLR

RANDONNEE en VIVARAIS



Ils étaient six du club d'ARAMON, Janot (1), Georges (1), Marc(*), Robert (1), Roger (1) et Jean-Claude (1) accompagnés d'Antoine (1), que tout le monde connaît bien dans le GARD , pour effectuer un périple de 700 Km dans le VIVARAIS avec dans les 10000 m de dénivelé et plus de 25 cols, entre le 8 et le 13 juin 2009. Fortement inspiré d'une ancienne randonnée permanente abandonnée depuis quelques années, le parcours avait subi de nombreuses retouches et adaptations, mûrement réfléchies par Janot, qui s'était aussi chargé de réserver les différents hébergements.

LUNDI 8 juin :

Connu pour ses vins et sa Brasserie de...Bière, RUOMS était notre cité de départ ; notre petit groupe s'élança vers 10 heures en direction le bois de PAÏOLIVE. A peine partis, l'intruse que nous redoutions s'est rapidement imposée parmi nous ; tout cyclo au long cours la connaît, et la croise trop souvent tout en espérant qu'elle ne vienne pas : la PLUIE ! Il nous fallut enfilez les équipements adéquats pour poursuivre notre périple.

Le site de Païolive offre des vues plongeantes sur le Chassezac et présente d'étranges roches calcaires aux formes fantastiques façonnées par le temps et les érosions.

Aux VANS, véritable carrefour de départs d'excursions , nous nous ravitaillons pour le pique-nique du midi. C'est aux VANS que naquit Ollier (1830-1900) le véritable inventeur de l'orthopédie réparatrice.

Un grand merci à cette dame très charmante qui nous permet, à Sablières, de nous abriter dans son garage ouvert pour ne pas tremper nos aliments ! Durant la journée, Roger a eut le privilège de crever deux fois, avec un beau petit silex dans le pneu lors de la seconde crevaison.

Résignés, nous avons poursuivi notre chemin avec notre invitée surprise en direction de JOYEUSE, LARGENTIERES pour arriver au gîte JAL à ROCHES. Là un brave soixante-huitard nous accueille et nous montre nos chambres. Le soir, nous avons dîné en sa compagnie, ainsi qu'un couple



Joyeuse : La légende dit que Charlemagne aurait perdu à la chasse son épée dans ce coin. Un soldat la retrouva et il fut autorisé à titre de récompense d'y fonder une seigneurie. D'où le nom de la ville. Son canton abrite 180 dolmens.

Largentière : Doit son nom et sa richesse aux mines de plomb argentifère (fermées) exploitées dans les collines environnantes. Curiosité : la façade de son tribunal est la copie du tribunal Nîmois !..

MARDI 9 juin:

Nous pouvons démarrer sec, les routes ne sont pas trop sales de la nuit d'orage. Direction VALGORGE, LOUBARESSE, puis les cols de MEYRAN et de la CROIX de BAUZON. Nous cheminons vers JAUJAC, AUBENAS, le TEIL, ROCHEMAURE et son château en ruine, MEYSSE, St BAUZILLE et St LAGER terme de l'étape du jour, au camping les Civelles. Cette journée s'est déroulée sans encombre, ni incident. Nous avons même eu des talents de devin à une dizaine de kilomètres de l'arrivée, une envie subite de bière bien fraîche, aucun contestataire et ce fut l'arrêt à l'estaminet du village. Après avoir apprécié cette tranche de houblon (2) à sa juste valeur, nous avons terminé l'étape du jour. Quelle ne fut pas notre surprise de découvrir une route trempée par un orage isolé, on se doute de ce qui nous serait arrivé si

Loubaresse : Véritable nid d'aigle 1250 m au pied du Tanargue ; possède avec le Col de Meyran, la Croix de Bauzon (proche) de remarquables points de vue à des lieues à la ronde.

Jaujac : Ancienne ville minière connue pour le crash d'un avion anglais qui décapita 12 maisons (4 morts en Nov. 1963).

Rochemaure : Village médiéval qui doit son nom à une énorme roche noire qui domine le pays. Beau son et lumières en Aout.

d'allemand et une classe d'un lycée agricole de St REMI de PROVENCE. Durant la nuit, un gros orage nous a charitablement vidé le ciel pour le matin suivant.

nous ne nous étions pas arrêtés. Nous avons réservé deux mobil-home au camping des Civelles. nous nous y installons et chacun vaque à ses occupations, douche, lessive, téléphone et même partie de tennis de table avec le gérant pour Marc. Ce dernier nous apprend qu'il organise prochainement un tour de CORSE avec

un groupe, mais pas vraiment pour nous, car ils sont adhérents à la FFC. Puis nous prenons notre repas dans le camping, en réservant le petit déjeuner du lendemain.

MERCREDI 10 juin

La nuit fut bonne, si on ne compte pas les scieurs de bois qui opèrent toute la nuit. Nous expédions le petit déjeuner tandis que le gérant du camping examine nos montures, notamment sous le boîtier de pédalier de Jean-Claude ; très perplexe demande « c'est quoi ce levier et cette chose là » (rappelons qu'il est FFC) Après avoir été renseigné courtoisement sur ce modèle



de dynamo, il poursuit son inspection et

découvre Janot avec des sandalettes ; « vous êtes donc le seul à ne pas vous être mis aux cales automatiques ? » Nouvelles explications et preuves à l'appui il apprend encore quelque chose : « Ah bon, je ne savais pas que ce matériel existait »

8 heures, c'est l'heure d'attaquer cette journée qui s'annonce plutôt vallonnée. Comme nous ne sommes pas sûr des négoces sur le circuit, nous nous ravitaillons à PRIVAS ; certes nous serons chargés pour les côtes, mais il vaut mieux tenir quecrever la dalle !

Nous enchaînons les cols de l'ARENIER, de FAYOLLE, des QUATRE VIOS et nous arrivons à LACHAMP RAPHAËL, le village

Cascade du Ray-Pic - située sur la D 215 entre Burzet et Lachamp Raphaël.

Site classé depuis 1931, la cascade du Ray-Pic apparaît à 60 mètres de hauteur au beau milieu des orgues basaltiques.

La rivière la Bourges jaillit en pleines coulées volcaniques pour ensuite s'écouler sur le tracé d'un flot de laves âgé de 35000 ans.

le plus élevé de l'ARDECHE (Etape mythique du Monte-Carlo qui dynamisait le commerce, dixit l'Hôtelier !..).

Une surprise nous y attend, Jacques, un ancien du club d'ARAMON, expatrié dans les HAUTES ALPES, qui fait également un périple avec son club. Après quelques échanges, chacun repart de son côté pour la pause de midi : pour nous, ce sera un bistrot à deux pas, et pour Jacques le retour vers MEZILHAC où ses collègues l'attendent.

Puis nous descendons sur BURZET (heureusement pour nous, ce n'est pas l'époque du rallye de Monte-Carlo). Nous traversons MONTPEZAT/BAUZON, St CIRQUES avant d'arriver au lac d'ISSARLES, où nous séjournerons à l'hôtel Beauséjour (recommandé par la FFCT)

JEUDI 11 juin :

Lac Issarlès : situé à 1000m d'altitude, il a 5 Km de circonférence, une superficie de 97 ha et une profondeur estimée entre 138 et 147 m ; c'est un exemple particulièrement pédagogique de cratère formé par la rencontre explosive il y a 800000 ans d'un magma incandescent avec un ensemble phréatique. Le bouchon ayant sauté sous la pression colossale, les eaux envahirent la dépression ainsi formée.

grimpons encore jusqu'à DESSAIGNES, où la responsable du centre équestre VERGIER nous accueille avec un verre de grenadine. Après avoir préparé nos lits, garé nos montures et pris une bonne douche, nous invitons la patronne des lieux à prendre l'apéro avec nous, ce qu'elle accepta volontiers ; elle nous amena du saucisson artisanal que nous avons fortement apprécié. Le repas fut pris en sa compagnie et celle de la cuisinière, une soirée riche en échanges et en anecdotes. Elle nous a longuement parlé des participants de l'Ardéchoise, qui ne sont pas tous des cyclos, certains en profitant pour faire la fête toute la nuit, sans tenir compte de vrais pédaleurs qui souhaiteraient dormir.

Dès le départ, la route s'élève en direction du très beau village de BEAGE, puis Ste Eulalie. En chemin nous dépassons de superbes maisons au toit de chaume. Puis dans le fond, on aperçoit le Mont GERBIER de JONC. Il n'y fait pas trop chaud (1551m), nous ne nous y attardons pas et redescendons vers St MARTIN, le CHEYLARD pour remonter vers NONIERES. Nous enchaînons quelques cols en direction de VERNOUX et



VENDREDI 12 juin :

Après avoir saluer notre hôtesse, les chevaux et les deux lamas, nous reprenons la route montante vers St AGREVE, nous traversons St BONNET le FROID en direction de LALOUVESC. Au loin, la vallée du Rhône s'étale sous nos yeux, avec quelques cimes enneigées dans les Alpes. La plongée vers St FELICIEN et TOURNON nous fait retrouver la chaleur du soleil de juin. Nous en sortons par la route panoramique (dur-dur, mais offrant tellement de beaux panoramas) appelée aussi route étroite. Passage à PLATS (quoique...) St ROMAN et PONSOYE, où nous séjournerons dans le domaine de l'Abéale (gîte tenu par un copain de Janot) . Accueil avec une bière fraîche, et installation dans le palace. Tandis que Janot et son copain se remémoraient leurs aventures de spéléo, nous avons partagé le repas avec nos hôtes.

SAMEDI 13 juin :

Nous effectuerons à six la dernière journée de ce périple, Antoine nous ayant quittés hier à PONSOYE pour rejoindre sa voiture garée chez son fils à quelques encablures de là. Il lui fallait rentrer chez lui, tenu par des obligations. Mais il avait fait la première étape avant de nous rejoindre le premier jour.

Nous repassons à VERNOUX et empruntons une petite route qui nous permet de découvrir les ruines du château de la Tourette. Nous remontons la vallée de l'EYRIEUX jusqu'à OLIERES. A PRIVAS, c'est jour de marché, une aubaine pour refaire nos provisions.. Nous voyons au loin des éoliennes, et de moins en moins loin, jusqu'à passer à proximité, au col de BENAS, dernière difficulté de la semaine. Au passage à FREYSSENET, un muret à l'ombre nous permet d'engloutir notre pitance. Puis sous un soleil de plomb, nous passons à LAVILLEDIEU et St GERMAIN, avant d'arriver à RUOMS terminus de notre boucle.

Un dernier rafraîchissement au même troquet où nous avons pris un café lundi matin, les vélos dans les voitures, le moment des saluts avant de rentrer chez soi, satisfaits de la semaine et prêts à étudier le parcours que Roger et Georges nous concoctent dans les CORBIERES et les châteaux Cathares pour 2010.

Jean-Claude HESSE – juin 2009

(1) Janot Mahieu - Georges Raynaud – Marc Bertholon – Robert Estève – Roger Benazeth –Jean Claude Hesse – Antoine Bourg Ruiz.

(2) Liquide reconstituant les sels de l'organisme, très nutritif, extrait du houblon ; jadis très cultivé dans le NORD de la FRANCE et en BELGIQUE, il provient aujourd'hui souvent de POLOGNE. Ce breuvage fermenté se déguste très frais entre amis, avec un bon doigt de mousse au dessus du verre communément appelé pinte, chope, demi, etc...



Le Mont Gerbier de Jonc (1551 m) est le reste d'un volcan actif il y a 7 millions d'années ; la lave , visqueuse, s'est élevée vers le ciel et s'est refroidie sans s'étaler ; pauvre en silice, elle a donné une roche particulière, en dalles de couleur claire , sonores quand on frappe dessus au marteau, d'où le nom de « phonolite » donné à cette roche ; l'érosion a fait le reste pour dégager le dôme. On trouve des dômes de ce type dans toute la Haute Loire.

Nous avons tous appris que la Loire prend sa source ...etc...etc....

A voir une fois dans sa vie (au minimum) : le Gerbier au moment des jonquilles...



Jonquilles au Mt Gerbier des Joncs

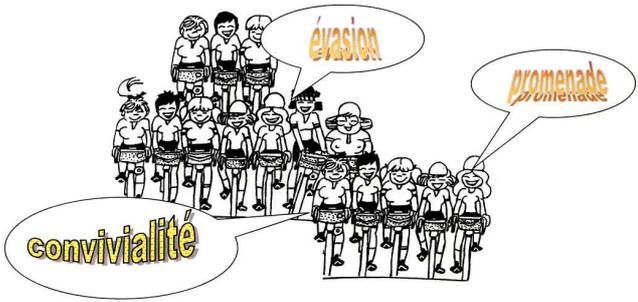


13 septembre 2009

Mesdames

Le CODEP 30 organise pour vous

une journée **CYCLO RAID**



Départ 9 h de la Manade Chomel de St Chaptès
pour une cyclo raid de 40 km
Documents remis lors du départ
Repas tiré du sac -
Accompagnateurs bienvenus
Venez nombreuses

D'après un dessin de Guy PERPERE

Le TROPHEE du VELO

La F.F.C.T. invite les Clubs qui ont des projets, des actions concrètes et novatrices pour la promotion du vélo à participer au **Trophée du Vélo 2009.**

Tous les responsables des Clubs gardois ont reçu par le canal du CODEP 30 les modalités d'inscription.

Cet encart est simplement un aimable rappel. Les Clubs qui animent une école de cyclotourisme, ou d'autres qui sont impliqués dans des projets territoriaux, sont fortement incités à y participer. Il est toujours bon de voir, de recueillir des idées venant d'autres horizons.

NDLR - Lundi 20 juillet 2009 : les médias couvrent en marge du Tour de France la grimpe « cyclotouriste » (sic FR3) du Mont Ventoux

Jean-Pierre CANCE (membre des Randonneurs) nous écrit :

« La presse parle de cyclistes parcourant les montagnes de France et d'ailleurs (ils sont assistés les pauvres)... de randonneurs pédestres allant à Compostelle (eux au moins portent leur sac à dos)... de l'étape du tour de France ouverte à tous ce jour au Ventoux...

Luc et moi, nous vous offrons du vécu, du vrai, en toute autonomie et indépendance, avec les bagages et 35 kg chacun à transporter sur nos bicyclettes de randonnée, à la sueur de notre front... et dire que la presse n'était pas là pour la photo... »

Visitez le blog de Jean-Pierre, vous ne le regretterez pas

<http://carnetderandonnee.over-blog.com>

et l'article **de Cols en Glaciers...**

entre Suisse du Sud et Italie du Nord...pour vous donnez envie... et rêver...

Un rappel utile

Pour vos rencontres avec des décideurs territoriaux ou régionaux, il vous faut savoir que la Loi du 1^{er} Janvier 1988- Article 20- oblige la mise au point d'itinéraires cyclables lors des réalisations ou de rénovations de voies urbaines.

Loi joyeusement ignorée ou bafouée depuis 11 années !