



Le Petit Journal



du
C.C.V.

MAIRIE DE



Castelmaurou

<http://ccv-castelmaurou.org/>

Rédaction : B. Peres

Mensuelle N° 128

Juin 2009



EDITORIAL

373 participants à notre randonnée !!!

Le soleil était avec nous pour cette grande journée.

Quelques cyclos égarés par un problème de fléchage que nous devons améliorer.

Du monde à la remise des récompenses qui s'est déroulée dans une atmosphère très simple, merci à Mme le Maire, Mr Durand et Mme Sudrié pour leur participation, l'apéritif qui a suivi à eu un très vif succès, tous les acteurs de cette journée méritaient bien un bon remontant.

Encore un grand merci à la municipalité, au comité des fêtes, aux pétanqueurs pour leur aide ; et à tous les licenciés qui ont donné de leur temps et de leur énergie. Cette journée ponctuée par un repas très agréable indique que le club se porte bien et maîtrise cette organisation.

La semaine s'est terminée par une sortie de l'ascension réussie sur le plan sportif, un peu moins au niveau de la restauration, il y aura toujours un petit souci qui sera pris en compte pour les futurs séjours.

Henri Pierre et Jorys ont fait du bon boulot, nous serons à l'écoute pour les prochains rendez-vous, d'idées nouvelles ainsi que de volontaires pour parfaire l'organisation.

Les choses sérieuses vont maintenant commencer pour nos plus valeureux licenciés, l'Ariègeoise, l'Etape du Tour, vont voir les nouvelles tenues du c.c.v , bonne chance à tous nos participants.

Les interclubs et les sorties internes vont agrémenter les mois à venir, avec les beaux jours nous avons encore de belles randos à effectuer.

Bonne route à tous.



Bernard

COMPTE RENDU DE LA REUNION DU VENDREDI 15 MAI 2009

Présents :

ARBERET – BANZATO – BARON – BARREYRE - BARTHE – BAUBY – BILHERAN – BISOGNIN – BOFFO
BOUSQUET - BOUTONNET - CADEI – CARE – CAZALBOU - CEOLOTTO – CONSTANT – CRABETTE – DELEAU
DUBOIS – ESTEVES - FAISANS – FAURE - GLEYZES - HONIAI – JALBY – JUSTE - LANGUILLE - LARTIGUE
LASSERRE – MARCHAND – MAROT - MERIC – MEYER - PERES – PEZZOT – RAYNAUD - REVILLOT - RIGO
RODRIGUEZ.

(Soit 39 licenciés sur 61)

Le président salue tous les présents.

2 points essentiels sont abordés :

- La préparation de notre randonnée de dimanche
- Les tenues

Pour la randonnée :

Bernard refait le point avec les responsables des différents postes des cécéviens désignés pour aider ; tous les gens non cités pouvant aller rouler.

Rendez-vous dimanche matin à 7h00. Le prix du repas qui suivra est fixé à **5 euros**.

Puis la parole est donnée à **Jean-Marc** qui nous parle de la réunion mensuelle FSGT qui s'est déroulée au LHERM avec le point sur les randos passées et à venir (voir le récapitulatif dans le journal).

Pour la sortie des cols ariégeois le 13 juin, possibilité de déjeuner sur place (cassoulet pour 13 euros par personne) ; avertir madame CASTAGNOL de FONBEAUZARD (envoyer un mail à Jean-Marc ou Jorys qui feront suivre).

A noter que le même jour a lieu LA PYRENEENNE et le 27 juin l'ARIEGEOISE.

Pour les cols ariégeois, le départ se fera à **6h30** de CASTELMAUROU.

Bernard demande aux participants de la sortie de l'Ascension de régler le séjour à **Jean-Marc**.

Il est proposé pour ceux qui le veulent, un départ groupé de CASTELMAUROU à 8h00.

Le jeudi 21 mai, il est prévu 2 circuits (90 et 77 km).

Le vendredi 22 mai, on prendra les voitures pour prendre le départ de la sortie à 30 km de l'hôtel pour une boucle de 125 km ou 113 km. Un arrêt pique-nique est prévu au km 80.

Le samedi, un circuit unique de 70 km.

La réunion se termine par la remise des nouvelles tenues pour ceux qui en ont commandé, remise sous la direction de **Serge**.

La réunion se termine par un pot offert par Jean RIGO et Eugène RAYNAUD.

PROCHAINE REUNION LE VENDREDI 04 SEPTEMBRE 2009 A 21H00



Horaires d'été

Rappel des horaires

Les Dimanche et Jours Fériés à 8 h 00

Les Mardi et Jeudi à 8 h 00

Le Samedi à 14 h 00

SORTIE DE GALAMUS

(Par Daniel)

Par une belle matinée de mai, nous nous sommes retrouvés 14 au départ de Couiza.

A 9 heures, tous de bonne humeur nous voilà partis.

Un départ en douceur mais assez rapidement la pente change. On compare les « Garmins », 5, 6, parfois 8 et même 10%, en plus il y a «vent de face». Cela n'empêche pas certains d'avoir l'âme poétique,

Serge en arrivant en haut du col du Paradis déclare :

« Que ne faut il pas faire pour être au paradis ! »,

Olivier « en haut du col de Linas, je suis las ! ».

Dans les villages traversés, José a désespérément belles, sans succès.



Passé Cucugnan, sans avoir vu le curé malgré les

appels chantés de certains sur l'air d'une chanson d'un autre curé célèbre, Laurent qui trouvait le parcours trop facile, s'est lancé à l'attaque du château de Queribus, 3 km à 12% mini, juste pour le plaisir !



A l'entrée des gorges de Galamus, le groupe a fait un petit arrêt pour profiter du paysage. José, est parti en repérage pour faire une photo de la belle mère lors d'une prochaine visite au bord des gorges, « encore un pas en arrière Mamy ! ». La sortie a été propice aux crevaisons, Jean-Marc tout d'abord, une crevaison « auto-réparante » signalée par un jet soudain de liquide sortant du boyau qui nous a fait croire, un moment, à un nouveau système de propulsion « booster », Thierry ensuite avec crevaison + réparation classique, (des progrès semblent pouvoir être faits en matière de réparation dixit certains experts).

Enfin, après 108 km, 1650m de dénivelé, presque 5 heures de selle, nous voilà de retour à Couiza. Un apéro CCV avait été prévu, l'eau fraîche et les glaçons ont permis une réhydratation rapide (il était temps !) puis tout le monde s'est attaqué au casse-croûte arrosé de rosé frais et de vin rouge. De l'avis général, le bordeaux du président est à recommander, il peut en ramener quand il veut.

Un grand merci à ceux qui ont organisé cette magnifique sortie.

Daniel





LES SORTIES ÉCOULÉES MAI - JUIN



MAI

Samedi 23	Commission FSGT	FENDEILLE (11) - (Les Boucles Occitanes): 70 Inscrits - 1 Participant CCV : BARTHE
Dimanche 24 	FSGT	SAINT CAPRAIS : 320 Inscrits - 8 Participants CCV : BANZATO - BARTHE-BISOGNIN BOUTONNET-COUDERC-FAISANS – GHIDIZZI – RIGO
Samedi 30 	CYCLOSPORTIVE Sortie Interne	LA LUCHONNAISE : 500 Inscrits - 3 Participants CCV : ARBERET- PERES - RODRIGUEZ COUIZA – GALAMUS : 14 Participants CCV : BANZATO – BILHERAN – BOFFO - BOUTONNET CADEI – CEOLOTTO- CONSTANT – DELMAS – FAURE - HAUVETTE LANGUILLE- LARTIGUE – MERIC - REVILLOT.
Dimanche 31 	FSGT CYCLOSPORTIVE	FROUZINS : 447 Inscrits - 3 Participants CCV : BARTHE – CEOLOTTO - LARTIGUE ALBIGEOISE : 400 Inscrits - 1 Participant CCV : PEZZOT

JUIN

Dimanche 07 	FSGT FFCT	LARRA (Randonnée Jean-Louis Serres) : 320 Inscrits - 5 Participants CCV : BAUBY- BILHERAN – CEOLOTTO GHIDIZZI - PEZZOT SAINT SAUVEUR 5 Participants CCV : BOUTONNET – BOFFO – COUDERC – DELEAU - MERIC
Samedi 13 	Sortie Interne Commission FSGT CYCLOSPORTIVE	LES COLS ARIEGEOIS 270 Inscrits - 8 Participants CCV : BARTHE – BAUBY – BOUTONNET CEOLOTTO – LANGUILLE - MERIC- PERES - RODRIGUEZ LA PYRENEENNE : 1000 Inscrits - 2 Participants CCV : ARBERET - PEZZOT
Dimanche 14 	FSGT FFCT	AUSSONNE (Randonnée de la Save) : 361 Inscrits - 8 Participants CCV : BARTHE-BAUBY – BOUSQUET – COUDERC ESTEVEES – GHIDIZZI- ? - ? MONTRABE : 80 Inscrits - 7 Participants CCV : BILHERAN - BOFFO – CARE – DELEAU FAISANS – HAUVETTE - REVILLOT



LES SORTIES A VENIR JUN – JUILLET



JUN

Samedi 20	Circuit n° 36 - VA Circuit n° 53 - VO	Direction AURIAC / CAMBIAC : V1 – 82 KM // V2 - 75 KM Direction VARENNES / FRONTON : V1 – 91 KM // V2 - 84 KM
Dimanche 21	FSGT	CASTELNAU (Randonnée Jean ROS) : 3 Circuits : 45 - 76 - 92 KM. Ravitaillement Saint-Sardos Inscriptions à partir de 7H00 – Salle des fêtes
Samedi 27	Circuit n° 32 - VA Circuit n° 55 - VO CYCLOSPORTIVE	Direction PIBRES / TEULAT : V1 – 79 KM // V2 - 73 KM Direction GRISOLLES / GRENADE : V1 – 92 KM // V2 - 83 KM L'ARIEGEOISE 3 Circuits : 74 – 111,5 - 165 KM – Départ 8H00 TARASCON
Dimanche 28	FSGT	PINS JUSTARET (1ère Randonnée du C.P.R.S) : 3 Circuits : 46 – 68 – 86 KM. Ravitaillement à Esperce Inscriptions à partir de 7H30 – Salle des fêtes

JUILLET

Samedi 4	Circuit n° 33 - VA Circuit n° 51 - VO	Direction ROQUESERIERE / TEULAT : V1 – 81 KM // V2 - 76 KM Direction ROQUES / BOULOC : V1 – 88 KM // V2 - 82 KM
Dimanche 5	FSGT FFCT	LABARTHE / LEZE (21ème Rando de la Lèze) : 4 Circuits : 30 - 40 – 66 – 87 KM. Ravitaillement à Calmont Inscriptions à partir de 7H00 – Parking EMMAUS GRENADE(16ème Randonnée Grenadine) 3 Circuits : 35 – 75 – 90 KM. Inscriptions à partir de 7H00 – Ancien collège
Samedi 11	Circuit n° 34 - VA Circuit n° 53 - VO	Direction LA COUGOTTE /CAMBON : V1 – 81 KM // V2 - 77 KM Direction VARENNES / FRONTON : V1 – 91 KM // V2 - 84 KM
Dimanche 12	FSGT	MONTAIGUT / SAVE(12ème Randonnée de la Save) : 3 Circuits : 30 – 66 – 87 KM. Ravitaillement à Cologne Inscriptions à partir de 7H30 – St Paul / Save
Samedi 18	Circuit n° 58 - VA Circuit n° 55 - VO	Direction MAGRIN / LE FAGET : V1 – 93 KM // V2 - 85 KM Direction GRISOLLES / LAUNAC : V1 – 92 KM // V2 - 83 KM
Dimanche 19	FSGT	BAZIEGE (Randonnée du vent de Cers) : 3 Circuits : 39 – 63 – 83 KM. Inscriptions à partir de 7H30 – Halle centrale
Samedi 25	Circuit n° 56 - VA Circuit n° 39 - VO	Direction CARAMAN / VALESVILLE : V1 – 92 KM // V2 - 83 KM Direction MIREPOIX / MONTPIROL : V1 – 84 KM // V2 - 80 KM
Dimanche 26	FSGT	PIBRAC (29ème Randonnée Pibracaise) : 3 Circuits : pas d'infos Inscriptions à partir de 7H30 – Salle Polyvalente



ESPACE CYCLOSPORTIVE



Compte rendu de l'Albigeoise : (Par Michel)

Je pense que j'étais le seul participant du CCV à l'Albigeoise, n'ayant pas vu d'autres maillots du club, aussi, en voici un petit résumé.

Moins d'inscrits pour ce nouveau parcours, magnifique, passant pas les bords du Tarn avant de monter à Alban et de faire tous les coteaux en travers donc circuit beaucoup plus difficile que par le passé. La pluie pendant toute la moitié de l'épreuve, pas une pluie « Castraise » mais une bonne averse quand même pendant deux heures avant que le temps ne se mette doucement au beau pour devenir très agréable sur la fin.

Bonne organisation mais moins présente que d'habitude. Pour ma part, comme je suis souvent derrière je n'ai pas vu une seule moto alors que justement elles devraient être là pour les esseulés comme elles le faisaient.

J'ai même doublé un participant qui était tombé et continuait à pied sans que personne ne se préoccupe de lui.

Les bénévoles tenant le ravitaillement et que nous alertions ne savaient d'ailleurs pas trop quoi faire.

Domage... Relâchement passager ou lassitude ? L'avenir nous le dira.

En résumé, belle épreuve cette année mais très dure et sécurité un peu défaillante.

Résultats 104 KM:

Place	Nom	Temps	Moyenne
1	Temps du 1er	03H:10Mn:55s	32,68 Km/h
247	Michel	05H:14Mn:01s	19,87 Km/h
255	Temps du dernier	05H:55Mn:52s	17,53 Km/h

Compte rendu de la Luchonnaise : (Par Benoit)

3 Ccviens au départ de cette Luchonnaise, Didier et moi-même sur le petit parcours de 101 KM + Polo venu au tout dernier moment s'exercer sur le grand parcours pour en découdre avec les fameux cols de la vallée du Louron.

En marge de la chaleur étouffante, c'est malheureusement dans des conditions plus que précaire que c'est déroulé cette cyclo, signalisation défectueuse avec à la clé des erreurs de parcours faussant complètement la course, carrefours dangereux non gardés, ravito quasi inexistant, eau + coca chaud à l'arrivée et pour finir plus d'une heure de queue pour parvenir au plateau repas tant mérité (au fait, merci Polo)

Pour ma part, j'ai eu le droit à mon p'tit coup de chaud habituel à 3 KM du sommet, 30 Mn d'arrêt à contempler le sommet qui m'attendait pour enfin repartir et finir péniblement l'ascension à 7 Km/h de moyenne, je peux vous le confirmer c'est long !!!!!

Résultats 101 KM:

Place	Nom	Temps	Moyenne
1	Temps du 1er	03H:08Mn:08s	32,23 Km/h
142	Didier	04H:17Mn:15s	23,58 Km/h
177	Benoit	04H:55Mn:14s	20,54 Km/h
191	Temps du dernier	05H:46Mn:14s	17,51 Km/h

Résultats 133 KM:

Place	Nom	Temps	Moyenne
1	Temps du 1er	04H:01Mn:30s	33,11 Km/h
76	Paul	04H:53Mn:33s	27,23 Km/h
156	Temps du dernier	07H:28Mn:11s	17,81 Km/h

Compte rendu de la PYRENEENNE : (Par Paul)

Quel bonheur, quel plaisir en prévision quand il est question d'aller rouler, et tout particulièrement pour affronter 3 géants de nos chères Pyrénées sur 174 kms de distance ! Cette année la Pyrénéenne, 3ème édition, a élu domicile à Argeles Gazost. 7h30, c'est en compagnie de Nicolas Jalabert, et de 500 joyeux routards qu'est donné le départ de la "4 vallées". Il fait déjà 15 degrés...

C'est parti pour une folle chevauchée ! A plus de 50 km/h notre peloton dévale vers Lourdes, puis escamote sans mollir la côte de Loucrup, où était passée l'étape du Tour l'année dernière.

Bagnères, 33km/h de moyenne depuis le départ, peloton groupé, pure folie, et arrive la catastrophe : « la chute collective ». Je ne suis pas épargné, mais avec chance je me relève, je n'ai rien.

Nous continuons à filer à vive allure vers Ste Marie de Campan puis Payolle en dépassant un troupeau de vaches en route pour l'estive. Il fait déjà très chaud. Peu à peu le peloton se morcelle et nous bifurquons vers l'Hourquette d'Ancizan, il est grand temps de prendre son rythme pour attaquer les 10 derniers kilomètres aux pentes difficiles mais régulières. Magnifique !



Au sommet, on découvre la riante vallée d'Aure entourée des prestigieux sommets du Néouvielle encore largement revêtus de leur manteau neigeux. St Lary boude l'épreuve. J'attendais là un ravitaillement qui n'est pas ! C'est le début de tout ce qui va suivre... Arreau, toujours pas de ravitaillement. Je n'ai qu'un bidon plein sur les deux... et nous voilà à attaquer le col d'Aspin. Même si je sais que la pente n'est jamais extrême, l'ascension est néanmoins soutenue sur les 6 derniers kilomètres. Et la chaleur est bel et bien là. A mi pente, j'ai vidé mon second bidon.

Surprise au sommet, interdiction de remplir nos gourdes pour que l'eau ne vienne pas à manquer pour les derniers. Malheur... Je quitte le sommet avec la soif. Je sais déjà que c'est de très mauvais augure pour la suite. Il faudra attendre Ste Marie pour s'abreuver généreusement (trop ?).



Et c'est parti pour la dernière ascension de la journée. La plus dure, la décisive : le Tourmalet. Jusqu'à Gripp, rien de bien terrible, sauf la chaleur. J'ai ouvert le maillot CCV en grand (merci Serge pour la fermeture éclair "totale"), boire, boire, boire, encore boire. Et les kilomètres passent. Je prends le parti comme de nombreux de rouler sur le côté gauche où ça et là, il y a quelques mètres d'ombrage. Soudain, en quelques hectomètres, je perds 1 puis 2 km/h. Je ne transpire plus, le rythme cardiaque chute. La nausée monte aux lèvres. Je connais ces premiers signes de défaillance. Je voudrais m'arroser mais avec quoi, je n'ai plus d'eau ? Pied à terre.

Je tente d'intercepter les motos de la course, en vain, ils n'ont pas d'eau. Je me résous à repartir, j'aperçois enfin la Mongie. La pente est extrême, supérieure à 10%. Le compteur indique 7km/h. Que c'est long ! Enfin La Mongie, et de l'eau ! Ensuite, la pente se radoucit, mais je dois lutter contre l'apparition de crampes. Le panorama qui s'offre aux yeux est somptueux. Le Pic du Midi nous domine avec prestige, mais l'heure n'est pas à la contemplation. La souffrance à dominer, le courage à trouver au plus profond de soi. Je serre les dents, et atteint enfin au mental le col et le ravitaillement.

Il ne reste "plus que" 40kms. La route est en mauvais état. Les avalanches d'un hiver rigoureux en ont emporté quelques tronçons fraîchement réparés pour permettre notre passage. Dégringolade vers la vallée où il nous faut affronter un vent violent contraire sur encore 20kms...

Soudain, j'aperçois un maillot du CCV à l'horizon ! Ce n'est pas un mirage. C'est Michel qui en termine avec la "2 vallées", et qui se bat seul jusqu'au bout. Accolades. Et nous continuons avec la rage d'en finir. Je vois les barrières, la ligne d'arrivée.

Et PAN, mon pneu avant éclate ! J'aurai tout eu aujourd'hui. Je finis les 100 mètres à pied en portant le vélo. Ce sont presque 7h30 qui se sont écoulées depuis le départ ce matin. C'est enfin terminé. Douche, repas, échange d'impressions. Michel est en pleine forme (plus que moi). Coup de fil de François et Laurent qui viennent aux nouvelles. Ca fait chaud au cœur !

Grande lassitude. Leçon d'humilité...

Les 4 Vallées - Résultats du 174 KMS :

Le vélo c'est le meilleur et aussi le pire.

Place	Nom	Temps	Moyenne
1	Temps du 1er	05H:42Mn:06s	30,52 Km/h
129	Polo	07H:28Mn:13s	23,30 Km/h
298	Temps du dernier	10H:06Mn:13s	17,22 Km/h



WEEK END DE L'ASCENSION SAN FELIU DE GUIXOLS (Par Michel)



Costa Brava, la côte des braves...! Un bien beau Week End.

Comme à chaque Week End de l'Ascension, le CCV se retrouve pour trois jours de « grand messe » consacrée au vélo...et à la bière, un peu, et à l'apéro, aussi.

Bon, mais surtout au vélo, avant pour préparer le circuit, pendant, bien sûr et après pour reparler du circuit, de son vélo, des autres qui suivent ou pas, des côtes qu'on a bien ou mal escaladées, de la route, enfin on ne parle que vélo (et apéro, toujours..). Et comme il y a des conjoints, quand même, il faut qu'elles aient le moral pour nous voir partir aux aurores, revenir comme des chiffons, sauf quelques uns, et nous entendre après la douche ne parler que vélo en sirotant de la bière affalés sur les fauteuils. Donc, merci aux conjoints de nous accompagner, supporter et reconforter après nos durs efforts.



Alors, les sorties. Nous voilà donc partis, le jeudi après-midi pour un premier circuit concocté par les organisateurs grâce à un outil génial, le GPS, dont nous verrons plus loin, à l'usage, qu'il sait aussi réserver des surprises. Premier circuit, donc, qui après deux chemins de terre, un passage à gué, une chute (sans gravité) et un bris de chaîne, nous amène dans la première côte annoncée qui se révèle être une rampe de folie dans un lotissement/labyrinthe où les sens uniques succèdent aux voies sans issue à tel point qu'on se demande si nous allons en sortir. Des ouvriers qui se trouvent là en laissent tomber leurs pelles et se disent qu'il y a bien que des français pour faire du vélo dans ce dédale de pentes aussi raides que tortueuses. Mais nous arrivons enfin en haut et moi, qui n'étais déjà pas très bien au départ, je suis déjà complètement cuit.



Belle descente et suite du parcours où le GPS, encore lui, nous promène dans des rues pavillonnaires avant de nous remettre sur le droit chemin. Il fait chaud et nous avons la chance de trouver de l'eau dans un village avant de repartir. Je suis de plus en plus mal, à tel point que je ne vous dirai pas où nous sommes passés ensuite car je ne m'en souviens absolument pas, le trou noir complet ! J'ai fait la moitié du circuit dans le brouillard. Je ne revois que la fin, une partie plate qui nous ramène à la côte, puis une succession de côtes et descentes, la traversée de Playa de Aro, encombrée de véhicules et enfin une dernière côte qui nous ramène à l'hôtel où je m'écroule. Ça commence bien !

Deuxième jour, Jorys nous promet le « Ventoux Catalan » 20 Km de montée (30 pour les ceux qui le souhaitent et veulent monter au Punto de l'Homo) mais il faut partir en voiture, le départ se faisant à 60 km de l'hôtel. Mais grâce au GPS, nous allons trouver... Mais pas tout de suite. Il nous faudra faire plusieurs tours de la ville afin d'éviter les rue piétonnes que le GPS veut nous faire emprunter à tout prix et trouver des places de stationnement pour six ou sept voitures. Une fois garés, équipés et décidés, nous attaquons de suite la rampe qui se révèle être vraiment une petite sœur du Ventoux, 20 km avec des pentes oscillant entre 6 et 10 %, voir plus sur de courtes portions. Lâchés dès le début, nous nous retrouvons quand même à deux avec Alain sur la première moitié avant qu'un raidillon plus raide que les autres ne me décroche et je fini seul. C'est dur mais vraiment beau et à part quelques centaines de mètres, la route est bonne. En haut, à 1100 m, nous nous retrouvons à cinq et je me résigne, sur les conseils de mes camarades à ne faire avec eux que les 95km. Cette décision s'avérera très sage...Au moins pour moi.



Les quatre costauds (François, Laurent, Paul et Jean-Marc) sont montés plus haut mais nous apprendrons plus tard qu'une crevaison irréparable empêchera Laurent de terminer la journée en vélo et il rentrera avec la voiture de François que celui-ci sera redescendu chercher... A chaque jour son lot d'aventure...

Encore une belle descente puis une remontée jusqu'à 1300 m puis de nouveau une descente très rapide toujours sur de belles routes, en corniche et en forêt avant de rejoindre le lieu du pique-nique. Mais avant cela, Jorys se fera, et nous fera, une belle frayeur en crevant en pleine descente. Il se rétablira de justesse.

Nous arrivons enfin au « ravito » et il est temps car je suis en pleine « fringale »... Trois sympathiques dames nous ont amené de quoi nous restaurer, ce qui n'était pas évident si loin de l'hôtel. Encore merci pour leur dévouement. Tout le monde est là, même François et Laurent qui arrivent en voiture.

Le pique-nique n'est pas terrible mais il nous satisfait car la faim nous tenaille et nous savons qu'il nous reste un col à passer avant de redescendre au point de départ. Nous voilà repartis pour ce dernier col de 10 km qui m'a fait penser au col de Port. Comme « d'hab », je suis lâché dès le départ mais le passe finalement assez bien.



Et vient la descente, 30 km, géniale mais assez dure sur la fin car il fait chaud et on finit par être crispé et courbaturé de partout à force de garder la même position. Cette deuxième journée est terminée, fatigante mais quand même superbe.

Le soir, après la bière, certains (comme moi) pensent que les prévisions du lendemain devraient être revues à la baisse car nous commençons à en avoir plein les cannes... Sagement, Jorys et Henri-Pierre nous concocteront un menu allégé.

Dernier départ, donc, le samedi et comme nous ne sommes pas disciplinés, nous n'attendons pas le chef et partons dans le mauvais sens pour faire 8 km de trop et revenir finalement au kilométrage prévu. Voilà ce que c'est de ne pas écouter au « briefing ». Enfin, ça nous fait un échauffement supplémentaire. Le circuit est quand même plus aisé avec, au début, une belle montée de 5 km large et confortable, descente, nouveau petit col et portions planes avant d'attaquer le plat de résistance, la Route en corniche et ses côtes assassines. Je ne connaissais pas et même si les copains m'avaient prévenu, j'ai découvert !



Le départ de Tossa de Mar, surtout, long et très pentu a de quoi décourager. Le reste est à l'avenant, même si les portions sont plus courtes, avec une quinzaines de montées et autant de descentes. Je pensais que les deux jours précédents m'avaient usé mais c'est finalement là que je me sens le mieux. Mais je craque aux deux tiers et termine bien fatigué. Toutefois, malgré les difficultés, cette corniche est vraiment magnifique et c'est bien la récompense de nos efforts... Fini le vélo, la plage nous attend pour une après-midi de détente, en famille, bien mérité

Le Week-end est terminé et il faut dire bravo aux organisateurs. Oh, certes, on peut toujours dire que tout n'est pas parfait mais pour être souvent passé par là, je sais ce que c'est et mettre en place un week-end comme ça pour 40 personnes avec hébergement et sorties, en essayant de contenter tout le monde, les cyclistes mais aussi les accompagnants, c'est « hard »...

Chapeau donc, et pas facile de faire mieux.

Maintenant, à nous les interclubs de « quartier » mais aussi les Cyclosportives... !