



Le Petit Journal



du
C.C.V.

MAIRIE DE



Castelmaurou

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

Rédaction : C. Care - B. Peres

Mensuelle N° 148

Septembre 2011

Le mot du Président

L'été s'en vient, l'été s'en va. Quel été ? Vous avez vu l'été ? Notre pratique a souffert des caprices de la météo, ce qui a contribué à nous donner la perception que l'automne était déjà là et avec lui la fin de la saison... Certains ont néanmoins pu réaliser leurs grands projets de randonnées ou de cyclosporives, bravant parfois les éléments naturels déchaînés ! La Roue d'or, L'Ariégeoise, la Pyrénéenne, les deux Etapes du Tour, la Jalabert ont vu s'aligner les CCviens avec de très jolies performances et pas un seul abandon à déplorer ! Le CCvien est courageux, téméraire et obstiné dans ses efforts contre vents et marées.

Respect !

Espérons que de belles journées automnales viendront compenser le déficit estival de chaleur et de ciel bleu. Il reste encore quelques rendez-vous au programme des cyclosporives de la région avec la Lapébie, les Bosses du 13 et la Casartelli, auxquelles il faut ajouter les randos FSGT dominicales. Soulignons au passage une participation toujours en hausse autour d'un noyau de fidèles au départ du train jaune. Bravo, ça fait plaisir, vous y prenez goût !

Et puis avant de passer en mode « hiver », sachez aller découvrir et redécouvrir, seul ou en groupe, la quiétude des petites routes paisibles qui ont retrouvé leur calme : Pyrénées, Tarn, Gers, il n'y a que l'embarras du choix et pour tous les goûts. Aussi nous vous proposons deux sorties internes inédites l'une dans le lot autour de St Cirq Lapopie, et la seconde au départ de Giroussens suivie d'un repas. A réserver impérativement dans vos agendas.

Encore beaucoup de plaisir
et bonne humeur en perspective !

Polo

Horaires d'Automne

La fraîcheur matinale et des températures plus clémentes pour l'après-midi nous amènent à appliquer les horaires d'automne à partir du:

Mardi 06 Septembre 2011

Les Mardi et Jeudi à 13 h 30
Le Samedi à 14 h 00
Les Dimanche à 8 h 30 (Sauf Inter-clubs)

Compte rendu de Paris - Nice 2011

Difficile de résumer cette grande aventure en quelques lignes... De long mois de préparation, avec de très- nombreux kilomètres de préparation sur le vélo, y compris les jours où la fatigue est présente et où l'envie manque. Et puis arrive enfin le grand jour : 1700 kms à parcourir. Plus de 26.000 mètres de dénivelé au programme.



Là le temps s'arrête. Pendant 10 jours totalement entre parenthèses, sorti du monde réel, à se laisser porter jour après jour par une seule préoccupation : rouler, rouler, rouler de 6 à 8 heures tous les jours. Avec un rituel logistique qui se reproduit jour après jour : lever 5h15, petit déjeuner, libérer la chambre, aller au départ. Et puis à l'arrivée à l'étape, cérémonie, trouver son hôtel, trouver ses valises, douche, lavage du linge, écrire un petit mot sur le blog, se reposer, aller diner, ranger ses affaires pour le lendemain, et aller vite dormir, 22h au plus tard ! La machine bien huilée des 70 bénévoles qui nous accompagnent et s'occupent de tout le reste, pour que nous n'ayons absolument rien d'autre à penser. Nous sommes totalement assistés et coupés du reste du monde.

Avec à présent plus de deux mois de recul, que garder de cette épopée : d'abord la fierté de l'avoir bouclée de bout en bout sans avoir souffert, d'avoir pu profiter de chacun des instants, depuis la variété de ses paysages parcourus, jusqu'au plaisir des efforts intenses solitaires ou en peloton face aux difficultés de la route : le vent, les cols, les petits bobos, l'accumulation des kilomètres...

Au menu 3 étapes de « plat » de plus de 200kms chacune (dont une terrible vent violent de face), suivies de 7 étapes de pure montagne où nous avons gravi plus de 20 cols ou ascensions légendaires et moins connues. Des pentes vertigineuses du col de Parquetout en passant la mythique ascension de l'Alpe D'Huez. Prix de l'élégance rare au col de l'Arpettaz et ses points de vues magnifiques sur le Mont Blanc. Frissons matinaux du peloton emmené de vive allure et dont l'ombre se miroite dans le lac d'Annecy au lever du soleil... Les mots manquent !



Jour après jour, les doutes et les inquiétudes laissent place à la confiance puis à la certitude qu'on peut y arriver, qu'on va y arriver grâce aussi au soutien sans faille de tous ceux qui ont posté un petit mot d'encouragement sur mon blog ou qui m'ont téléphoné. Je vous livre les quelques images les plus intenses qui viennent à la surface dans mes souvenirs inoubliables :

L'euphorie : le départ et la rencontre avec Joop Zoetemelk avec qui nous partageons les premiers tours de roue. L'émotion : l'arrivée à l'Alpe d'Huez après une folle chevauchée de 196 km de plus de 4000m d'ascension. L'obstination : l'étape Gap – Valberg passée majoritairement sous des trombes d'eau, avec tout particulièrement le col de la Cayolle traversé dans un brouillard à pourfendre et une pluie battante. La tristesse : de voir ceux à la dérive qui ont du quitter l'aventure par manque de forme ou à cause d'un accident. La nostalgie : apercevoir la grande bleue au détour d'un balcon du Mercantour en arrivant sur Nice, et prendre conscience que l'aventure se termine là.

Tous les détails, étape par étape sur :

<http://www.polopn011.over-blog.com/>



Polo.



LES SORTIES ECOULEES

JUIN – JUILLET - AOUT



JUIN

<p>Samedi 11</p> 	<p>COMMISSION</p> <p>FSGT</p>	<p>ASPET – Les cols Ariègeois 178 Inscrits – 9 Participants CCV : ARBERET – BAUBY – BOUGUES BILHERAN S. – CONSTANT – COULOMB - FERRARONI - HAUVETTE - PERES</p>
---	---	---

<p>Dimanche 12</p> 	<p>FSGT</p> 	<p>AUSSONNE (31^{ème} Randonnée de la Save) : 373 Inscrits - 23 Participants CCV : ARBERET- BANZATO - BARTHE BAUBY - BILHERAN (2) – BOFFO – BOUGUES - BOYER - CADEI - CARE CEOLOTTO – DOUELLE – ESTEVES - FERRARONI - LAFFORGUE – LARTIGUE LEBRIS – MARQUIS - MERIC – PERES -PETITJEAN - REVILLOT</p>
---	--	---

<p>Dimanche 19</p> 	<p>FSGT</p>  <p>FFCT</p>	<p>CASTELNAU (La randonnée Jean Ros) : 392 Inscrits - 25 Participants CCV : BANZATO - BARTHE – BAUBY BILHERAN (2) – BOFFO – BOUGUES - BOYER - CARE - CEOLOTTO COULOMB - DELEAU - DOUELLE – HANFF - LAFFORGUE - LANGUILLE LARTIGUE - LEBRIS – MAROT - MARQUIS - MERIC - PETITJEAN REVILLOT - RICARD – RODRIGUEZ</p> <p>SERVIES : 8 Participants CCV : BARON - BISOGNIN – BOUSQUET – CADEI CHABAUD (2) – ESTEVES - GLEYZES</p>
---	---	---

<p>Samedi 25</p> 	<p>CYCLOSPORT</p>	<p>TARASCON – (L'ARIEGEOISE) : 4216 Inscrits – 14 Participants CCV : BARON - BILHERAN S. BOUSQUET – BOUTONNET - BOUGUES – CADEI - CARE – FERRARONI FUALDES – LAFFORGUE - MERIC – PERES - PETITJEAN - RICARD</p>
---	--------------------------	--

<p>Dimanche 26</p> 	<p>FSGT</p>  <p>FFCT</p>	<p>PINS JUSTARET (3^{ème} Pins à vélo) : 492 Inscrits - 8 Participants CCV : ARBERET – BARTHE CEOLOTTO – CONSTANT – COULOMB - HAUVETTE – LARTIGUE MARQUIS</p> <p>MONTASTRUC (Rando Canto L'Aouselou) : XXX Inscrits - 14 Participants CCV : BANZATO – BILHERAN B. BISOGNIN - BOFFO – BOYER - DELEAU - ESTEVES - FERRARONI GAYRAL – JUSTE - LE BRIS – MAROT - RICARD – RODRIGUEZ</p>
---	---	---

JUILLET

<p>Dimanche 03</p> 	<p>FSGT</p>  <p>FSGT</p> <p>CYCLOSPORT</p>	<p>LABARTHE / LEZE (23^{ème} Rando de la Lèze) : 415 Inscrits - 1 Participant CCV : LARTIGUE</p> <p>BESSIERES (Fête du vélo) : 135 Inscrits - 25 Participants CCV : BARTHE – BAUBY - BOFFO BILHERAN S. – BISOGNIN – BOYER - CADEI – CHABAUD (2) – CONSTANT COTTINAUD - COULOMB – DELEAU - DOUELLE – FERRARONI - GAYRAL GLEYZES - LAFFORGUE – LEBRIS – MARQUIS -MERIC - PERES - PETITJEAN REVILLOT - RICARD</p> <p>BAGNERES DE BIGORRE (LA PYRENEENNE) : 1000 Inscrits - 2 Participants CCV : ARBERET - CEOLOTTO</p>
---	--	---

Dimanche 10 	FSGT	MONTAIGUT / SAINT PAUL (14ème Rando de la Save) : 392 Inscrits - 11 Participants CCV : ARBERET - BAUBY CEOLOTTO - GAYRAL - LAFFORGUE - LARTIGUE - MARQUIS - MERIC PERES - RICARD - RODRIGUEZ
---	-------------	--

Lundi 11	CYCLOSPORT	MODANE – ALPE D’HUEZ (ETAPE DU TOUR 1) : 7000 Inscrits - 1 Participant CCV : BOUGUES
-----------------	-------------------	---

Dimanche 17 	FSGT CYCLOSPORT	PIBRAC (31ème Rando Pibracaise) : ? Inscrits - 0 Participant CCV : ISSOIRE – ST-FLOUR (ETAPE DU TOUR 2) : 6500 Inscrits - 2 Participants CCV : ARBERET - CEOLOTTO
---	--------------------------------------	---

Dimanche 24 	FSGT	BAZIEGE (Randonnée du vent de Cers) : 214 Inscrits - 16 Participants CCV : ARBERET – BILHERAN S. BOUGUES - BOUSQUET – BOUTONNET - CEOLOTTO – COULOMB – DASCON HAUVETTE – LAFFORGUE - LARTIGUE – MERIC - PERES – PETITJEAN REVILLOT – RICARD
---	-------------	--

AOUT

Dimanche 21 	FSGT CYCLOSPORT	CORNEBARRIEU (Randonnée du Riou) : 200 Inscrits - 11 Participants CCV : BARTHE – BAUBY - BOUGUES CEOLOTTO – COUDERC - FAISANS - LANGUILLE – MARQUIS - MERIC PERES - RODRIGUEZ MAZAMET – LA JALABERT : 1000 Inscrits - 2 Participants CCV : PETITJEAN - RICARD
---	--------------------------------------	--

Dimanche 28 	FSGT	CADOURS (Randonnée de l’Ail) : 300 Inscrits - 14 Participants CCV : ARBERET – BARTHE – BAUBY - BILHERAN S. - BOUGUES - CEOLOTTO – COULOMB – FERRARONI LAFFORGUE - LARTIGUE – MARQUIS - PERES – RICARD – RODRIGUEZ
---	-------------	---



LES SORTIES A VENIR SEPTEMBRE - OCTOBRE



SEPTEMBRE

Dimanche 4	FSGT	AUCAMVILLE (Randonnée des Violettes) : 3 Circuits : 38 – 75 - 90 KM. Ravitaillement à Villeneuve les Bouloc Inscriptions à partir de 7H30 – Stade municipal
Samedi 10	Circuit n° 31 – VO Circuit n° 30 – VA SORTIE INTERNE	Direction VILLAUDRIC / NOHIC : V1 - 81 KM // V2 - 77 KM Direction TEULAT / VENDINE : V1 - 79 KM // V2 - 73 KM CAJARC (St CIRQ LAPOPIE) : 1 circuit de 90 KM Départ de Cajarc à 9h15 ou de Castelmaurou à 7h00.
Dimanche 11	FSGT	SALLES/GARONNE (29ème Randonnée du Volvestre): 3 Circuits : 30-75-90 KM. Ravitaillement à Merigon Inscriptions à partir de 7H30 – Salle des fêtes
Samedi 17	Circuit n° 23 – VO Circuit n° 24 – VA	Direction POMPIGNAN / FABAS : V1 - 74 KM // V2 - 74 KM Direction TARABEL / ST ANATOLY : V1 - 75 KM // V2 - 71 KM
Dimanche 18	FSGT CYCLOSPORTIVE	CASTELGINEST (La Flèche Occitane): 3 Circuits : 40-75-88 KM. Ravitaillement au Born Inscriptions à partir de 7H30 – Départ Gymnase MARSEILLE – (LES BOSSES DU 13) 3 Circuits : 94 – 136 - 164 KM Départ 8H00 Parc Luminy de Marseille
Samedi 24	COMMISSION FSGT	VILLEMUR (Randonnée d'Automne – Challenge des clubs): 2 Circuits : 92-102 KM. Ravitaillement sur le circuit
Dimanche 25	FSGT	LAUNAGUET (Randonnée de l'amitié): 3 Circuits : 40-72-86 KM. Ravitaillement à Bourg Saint-Bernard Inscriptions à partir de 7H30 – Salle des fêtes

OCTOBRE

Samedi 1	Circuit n° 33 – VO Circuit n° 22 – VA	Direction ROQUESERIERE / TEULAT : V1 – 81 KM // V2 - 76 KM Direction GIROUSSENS / LAVAUR : V1 – 73 KM // V2 - 73 KM
Dimanche 2	FSGT	FENOUILLET (La fête du vélo) : 3 Circuits Inscriptions à partir de 7H30 – Salle des fêtes
Samedi 8	Circuit n° 27 – VO Circuit n° 12 – VA	Direction CASTELNAU / GRENADE : V1 - 77 KM // V2 - 72 KM Direction LANTA / AIGREFEUILLE : V1 - 70 KM // V2 - 60 KM
Dimanche 9	FSGT FFCT	VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS (Rando du Vent d'Autan): 3 Circuits Inscriptions à partir de 7H30 MONTRABE (9ème Rando route Montrabéenne): 3 Circuits : 45-75-90 KM. Ravitaillement sur le circuit Inscriptions à partir de 7H30 – Salle Petite gare
Vendredi 14	Réunion Mensuelle	21h00 - Salle de réunion du 3 ^{ème} Age.



L'interview du mois : Fabrice Marot

Salut Fabrice, quel est ton «pédigrée» ?

Je suis originaire des Charentes maritimes, du côté de La Rochelle. J'ai fait un passage d'une dizaine d'années en Dordogne, j'y ai pratiqué mon premier sport, le foot, au niveau régional et je jouais à l'arrière. Puis Toulousain à partir de 92.

Je possède un vélo de grimpeur un Wilier Izoard et je parcours environ 2500 km par an.

Tes premiers tours de roue ?

En arrivant à Toulouse je me suis mis au VTT, affilié FSGT mais pas en club. On roulait avec les copains tous les we du côté de Colomiers, de la forêt de Bouconne. Quelques clubs comme Mondonville organisaient des manifestations mixtes VTT/route et petit à petit j'ai opté pour la route. Après 2 années de vélo, je suis allé avec Michel Pinel au forum des associations de Castelmaurou, j'y ai rencontré Georges Fauré et il nous a recruté !

Ton meilleur souvenir à vélo ?

Les sorties annuelles du CCV. 3 jours formidables de découverte de nouveaux paysages, de convivialité, d'échanges et des nuits merveilleuses avec mon Didou (il se reconnaîtra...).

Ta plus grosse galère ?

Les côtes !! Une fois on était parti de Sainte Marie de Campan direction le Tourmalet et je n'y suis jamais arrivé ! J'ai bloqué avant la Mongie ; plus de jambes, aucune sensation, alors je me suis allongé dans l'herbe et j'ai attendu que le groupe redescende...

Idem lors d'une sortie au port de Balès en partant de Valcabrère ; plus rien dans les jambes après le chalet, j'étais vidé. J'ai fait demi-tour à mi-parcours et retour direct à la voiture ! En rentrant, je voyais les étoiles.

A force, je vais finir par penser que je ne suis pas un grimpeur ;-)



Une photo « collector »,
Fabrice au sommet d'un col

Alors justement, quels sont tes projets vélo 2011 ?

J'en ai un, c'est continuer de prendre du plaisir, simplement, avec les copains.

Ton plat préféré?

Sans conteste, et au risque de surprendre, les « œufs à la tomate ». Sur une base de piperade sans poivrons, avec du piment et un bon rosé de Fronton.

Et pour conclure, une anecdote pour nos amis CCviens ?

Encore dans un col, c'était à Argelès. J'ai réussi à arriver en haut (!) et j'ai vu arriver le Barça à pied, la chaîne de vélo à la main. Trop puissant le Didier ! Ceci dit, c'est l'unique fois où je suis arrivé en haut d'un col avant lui.

Merci Fabrice.

Vive le vélo !!



