



Le Petit Journal



du
C.C.V.



Castelmorou

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

Rédac : G.Hauvette – P.Henin
Impression: J.L.Ricard

Mensuel N° 159

Décembre 2012

EDITORIAL

Un nouveau bureau tout neuf, plein d'entrain et de dynamisme pour que 2013 soit l'année du changement et de la transition pour préparer le CCV de demain. Ce sang neuf que nous attendions est présent et bien présent pour venir donner un second souffle à la motivation de l'équipe. Du coup, le capitaine, pourtant prêt à passer la main, assurera une année supplémentaire pour que la transition se fasse en douceur.

L'équipe s'est déjà mise au travail pour préparer le programme de la saison : les classiques points café, interclubs et sorties internes, les cyclosporives et week-ends associés, et même les 24h du Mans pour les plus intrépides. Même la rando CCV sera revisitée, avec un départ de Lapeyrouse et un ravitaillement à La Cougotte. Le week-end de l'ascension, exceptionnellement de 5 jours se fera à proximité de la Grande Bleue dans un lieu encore à choisir ensemble. Vous pouvez voir que la routine ne sera pas au rendez-vous de 2013. Alors renouvelez dès aujourd'hui sans hésitation votre licence, vous ne serez pas déçus !

On ne peut passer sous silence le premier succès de la saison, avec le téléthon « nouvelle formule » de jour sur le circuit de 2 km dans Castelmorou sous un généreux soleil d'hiver. Participation massive des CCViens avec plus de 3700 km parcourus pendant les 11 heures de « course ». 450€ collectés et reversés au profit du téléthon. Vous pouvez être fiers de votre mobilisation et générosité. Instants précieux pour la cohésion du groupe riches en convivialité et bon esprit. Bravo à tous !

A l'heure où nos préoccupations vont plus à la préparation des fêtes de fin d'année qu'aux exploits sportifs, venez vous ressourcer en venant rouler au départ de la place dans les petits matins aux paysages familiers engourdis par la fraîcheur hivernale. Qu'il y fait bon s'y réchauffer le cœur !

Joyeux Noel à vous tous et à vos familles !



Polo



Compte rendu Assemblée Générale du CCV- 10 novembre 2012

Membres présents : ARBERET, BANZATO, BARON, BARREYRE, BARTHE, BILHERAN Bernard, BISOGNIN, BOFFO, BOUGUES, BOUSQUET, BOUTONNET, BOYER, CARE, CAVIGLIA, CELOTTO, CONSTANT, COTTINAUD, COULOMB, DANIEL, DE GUIBERT, DELEAU, DIJAOUS, DOUELLE, ESPINASSE, ESTEVES, FAISANS, FERRARONI, FUALDES, GLEYZES, HANFF, HAUVETTE, HENIN, JULIEN, LAFFORGUE, LANGUILLE, LARTIGUE, LASSERRE, LEBRIS-REDE, LOUPIAS, MARCHAND, MAROT, MERIC, PERES, PETITJEAN, PEZZOT, REVILLOT, RICARD, RIGO, RODRIGUEZ, SALA.

Membres représentés : A. Marquis, B. Cazalbou, M. Juste et G. Gayral

Le quorum est atteint, l'AG peut se tenir.

Bilan Moral et sportif (Paul Arberet) :

- **Bureau** : bonne cohésion et mais la répartition des tâches devient problématique avec une concentration de plus en plus forte sur un nombre plus limité. Il faut de nouvelles bonnes volontés en 2013 pour que les activités puissent s'organiser avec plus de fluidité (*et que les plus actifs n'arrivent pas à saturation*).
- **Effectifs** : encore en hausse avec 76 membres (72 en 2011) avec un important 6 taux de renouvellement (10 nouveaux en 2012). Ce renouvellement est source de dynamisme. L'intégration s'est faite à deux vitesses. 4 nouveaux ont été très actifs, mais 6 n'ont finalement pas/peu participé aux activités. Une pensée forte pour tous ceux que les contraintes personnelles (médicales, accidentelles, familiales) ont éloigné temporairement ou plus durablement du vélo...
- **Vie du club** : année riche à tous les points de vue, avec une excellente participation pour tous les types d'activité qui ont eu un franc succès (y compris les événements festifs ou familiaux qui contribuent à l'ambiance et à la cohésion entre membres). ***Un accident très grave à déplorer de nuit (matin du 18/03) pour rejoindre le rendez-vous du train jaune.*** Des mesures de sécurité renforcées ont été prises, mais cela n'est probablement pas suffisant et trop lourd de responsabilité pour les dirigeants. Après bien des hésitations, le train jaune ne sera plus proposé de nuit. Par ailleurs, il faudra encore poursuivre les actions de prévention en particulier en veillant à constituer des groupes d'un maximum de 10 personnes et ne jamais relâcher son attention même durant les sorties « cool ».
- **Rando CCV** : très fort succès reconnu par les participants. Le 20^{ème} anniversaire a été marqué par la confection d'un bidon sérigraphié offert qui a été apprécié des participants. Plus de 400 cyclos au départ grâce aussi à une météo exceptionnelle – Excellente solidarité et contribution du bureau et de 53 CCViens à l'évènement avec une organisation sans faille. Poursuite du renouvellement équipement de fléchage (merci Gérard et Jean-Marc).
- **Sortie annuelle** : très bonne participation (18 sur le vélo) – excellente ambiance et esprit. Météo en demi-teinte pour les accompagnants mais favorable pour les cyclistes. Lieux + hôtellerie très appréciés. 3 belles sorties variées (dont une avec picnic).
- **Sorties internes** : 5 sorties programmées (si on exclut la sortie annuelle en Espagne) pour un total de 82 participants (contre 67 en 2011) soit une moyenne stable de 16 participants en moyenne par sorti... Il faudra poursuivre dans cette voie pour améliorer l'attractivité de ces sorties. Les sorties « en semaine » sont restées beaucoup trop confidentielles => à « officialiser » et promouvoir.

- **Interclubs** : participation en léger retrait en 2012 (qui s'explique principalement par un calendrier FSGT moins fourni) – avec 678 inscriptions contre 768 en 2011, la tendance à la hausse amorcée en 2009 n'est pas remise en cause (plus de 19 participants en moyenne par randonnée contre 18 participants par journée en 2011) avec 19 coupes. Challenge Teulé : en attente de l'AG FSGT (à venir le 17/11). Seuls 28 membres ont plus de 10 participations à leur actif (soit bien moins de la moitié des effectifs), et seuls 12 en ont plus de 20 (contre 17 en 2011) expliquant aussi le léger retrait. Le train jaune fonctionne bien avec publication des horaires sur le site mais la problématique de sécurité est apparue suite à l'accident dramatique de Grégory Julien survenu de nuit le matin du 18/03/2012.

- **Cycloportives** : avec 65 participations au total (contre 62 en 2012) pour 26 membres pratiquants (ayant plus d'une cyclo au compteur) contre 22 en 2011, cette pratique est aussi en hausse en particulier chez les nouveaux entrants. On peut en déduire qu'il y a une demande de la part des membres en la matière. A noter le déplacement de 13 CCViens à Argelès pour la Pyrénéenne, et que nous devrions continuer à proposer en 2013 une cycloportive avec hébergement sur le week-end.

- **Entraînements** : il y a toujours du monde au départ de la place et la constitution des groupes reste problématique pour que tout le monde y trouve son compte et que la sécurité soit assurée. Cette désorganisation est à l'origine de la constitution de groupes « parallèles » qui ne partent pas/plus de la place aux horaires... dommageables pour ceux qui ne sont pas intégrés à ces groupes.

- **Téléthon** : 4517 kilomètres ont été parcourus sur circuit dans Castelmaurou de jour et sur hometrainer la nuit avec participation de 45 CCViens pendant plus de 39 heures, l'évènement a fédéré une dynamique exceptionnelle tant au sein du CCV que dans le village de Castelmaurou. 468€ ont été collectés au profit du téléthon avec les remerciements et félicitations de la commune et des responsables locaux du téléthon.

- **Bilan 2012** : une activité très solide - le CCV reste un club très diversifié dans les pratiques, niveaux et attentes de chacun. La diversité et la nature des sorties sont adaptées à ces contraintes. Les rassemblements festifs restent nécessaires occasionnellement pour assurer la cohésion. La sécurité doit rester une priorité pour 2013.

- **Perspectives 2013** :

- programme classique interclubs FSGT / sorties internes et sorties classiques au départ de la place,
- organisation d'un point café : différé à 2014 car calendrier FSGT 2013 déjà défini
- annulation train jaune de nuit,
- week-end ascension à Cajarc (Argelès AZUREVA complet) – coordination T.Revillot
- une cycloportive ou une randonnée (Brive ?) avec hébergement
- une équipe 24h du Mans
- téléthon (nouvelle formule allégée de jour)
- sondage / enquête de satisfaction
- achat imprimante
- remorque /attache remorque de transport vélo pour utilisation fourgon mairie ?

Le rapport moral et sportif est adopté à l'unanimité.

Bilan financier (Jean-Marc Lartigue) :

	Dépenses		Recettes	
Report 2011				+4690 €
Tenues CCV	1605,62	Particip. Adhérents tenues	2066,16	
Repas fin année	1584,27	Particip. Adhérents repas fin année	860,00	
Licences	3183,30	Cotisations	3766,00	
Apéritifs + frais divers	1815,93	Sponsors subventions et livret A	3067,95	
Rando CCV	714,51		1252,65	
Sortie annuelle	8383,22		8133,00	
TOTAL Dépenses	17286,85	Total Recettes	19145,76	+1858,91 €
Bilan 2012				+6548,91 €

A noter le niveau élevé de sponsoring + subventions (même si en léger recul par rapport à 2011 – année exceptionnelle). Il est nécessaire au bon fonctionnement du CCV, et ces montants sont fixes malgré l'accroissement d'effectif.

Dépense exceptionnelle des bidons offerts + repas d'après rando. Au niveau des tenues, il reste un stock important du fait de problèmes de tailles rencontré en 2011 même si ce stock commence à se résorber.

Le rapport financier est adopté à l'unanimité.

Election du bureau :

Le bureau sortant remet sa démission.

Sont candidats pour l'année 2012 : Paul ARBERET, Agnès DOUELLE, Jorys CONSTANT, Serge MERIC, Jean-Luc RICARD, Jean-Marc LARTIGUE, Gérard BOUSQUET, Gérard BARON, Michel PEZZOT, Grégoire HAUVETTE, Daniel BOUTONNET, Benoît PERES et Jean-Luc BOUGUES.

Le bureau est élu à l'unanimité.

L'assemblée générale est levée.

Constitution du bureau 2013 :

Suite à la première réunion du bureau les rôles suivants ont été attribués :

- Président : Paul Arberet
- Vice-président : Grégoire Hauvette
- Vice-président en charge de la logistique : Gérard Bousquet
- Secrétaire en charge des relations avec les administrations et subventions + coordination train jaune : Jean-Luc Ricard
- Trésorier et correspondant FSGT : Jean-Marc Lartigue
- Responsable téléthon : Agnès Douelle
- Responsable journal + horaires : Pascal Henin
- Responsable tenues : Serge Méric
- Responsable site internet + reportages photo : Jorys Constant
- Responsable « clientèle » : Daniel Boutonnet
- Responsable calendrier, parcours et logistique sorties « à distance » : Benoît Peres
- Responsable cycloportives et coordination 24h du Mans : Jean-Luc Bougues
- Responsable départ Lapeyrouse Rando CCV : M.Pezzot
- Responsable des sorties entraînement et sorties internes semaine : Gérard Baron



HORAIRES D'HIVER

A compter du Samedi 08 Décembre 2012 et jusqu'au

Samedi 02 février 2013 inclus,

Dimanche et jours fériés : 9H00

Mardi et Jeudi : 13H30

Samedi : 13H30

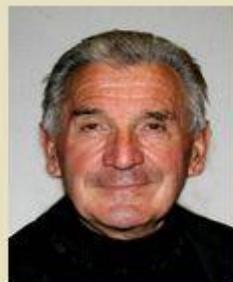
BUREAU 2013



Président
Paul ARBERET



Vice-Président
Grégoire HAUVETTE



Vice-Président
Gérard BOUSQUET



Trésorier, corresp. FSGT
Jean Marc LARTIGUE



Secrétaire
Jean Luc RICARD



Respons. Multimédia
Site internet & Photos
Jorys CONSTANT



Responsable Journal CCV
Pascal HENIN



Responsable Tenues
Serge MERIC



Responsable Téléthon
& Matériel
Agnès DOUELLE



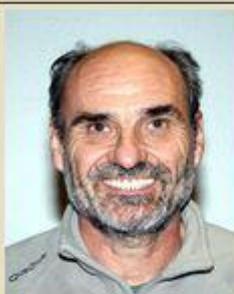
Resp. Calendrier, parcours
& coordination train jaune
Benoît PERES



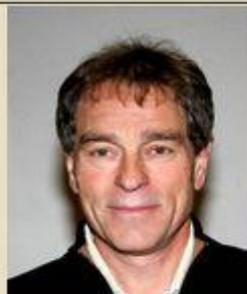
Responsable Cyclo-sportives
Jean Luc BOUGUES



Responsable clientèle
Daniel BOUTONNET



Resp. coordination
sorties "semaine"
Gérard BARON



Respons. Dossier RANDO CCV
Départ de LAPEYROUSE
Michel PEZZOT

ACTIVITÉS DE DÉCEMBRE 2012

Samedi	1	Circuit VO n° 5 (66 km) ou Circuit VA n° 8 (66 km)
Dimanche	2	Circuit VO n° 5 (66 km) ou Circuit VA n° 8 (66 km)
Samedi	8	Circuit VO n° 7 (69 km) ou Circuit VA n° 14 (57 km) TÉLÉTHON à CASTELMAUROU
Dimanche	9	Point café de l'ASAT TÉLÉTHON à CASTELMAUROU
Vendredi	14	RÉUNION CLUB
Samedi	15	Circuit VO n° 1 (55 km) ou Circuit VA n° 4 (57 km)
Dimanche	16	Point café du CPRS
Samedi	22	Circuit VO n° 9 (69 km) ou Circuit VA n° 2 (55 km)
Dimanche	23	Circuit VO n° 9 (69 km) ou Circuit VA n° 2 (55 km)
Samedi	29	Circuit VO n° 11 (70 km) ou Circuit VA n° 10 (67 km)
Dimanche	30	Circuit VO n° 11 (70 km) ou Circuit VA n° 10 (67 km)

	Inter-club F.S.G.T.		Inter-club autre Fédération
	Sortie interne C.C.V.		Epreuve F.S.G.T.
	Réunions mensuelles du CCV - 21 h Salle de réunion du 3ème âge.		

JANVIER 2013



POINTS CAFE

06- CUGNAUX

13- LHERM

20- ST JORY

27- CASTELGINEST

Publication des derniers résultats concernant les cyclosporives de la fin de saison 2012, avec le commentaire des certains acteurs du CCV. Merci à tous les CCViens ayant contribués à la rédaction de ce sujet.

Agnès



Résultat parcours CKT (136km / 2037m de dénivelé) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	A	Temps du 1 ^{er}	03:44:24	36,40km/h
261	98	C	Jean-Luc BOUGUES	04:43:02	28,80km/h
515 concurrents classés / 590 inscrits					

Commentaires :

« C'est le grand rendez-vous des cyclos du Sud-Est de la France et ce sont environ 3000 participants qui s'élancent sur les 3 circuits.

Pour ma part, je suis inscrit sur le 136 kms avec 2100 m de dénivelé.

Le temps est vraiment avec nous et le soleil sera radieux toute la journée, le vent pratiquement nul et la température (27° environ) idéale.

Le départ au pied du 1^{er} col est très rapide et permet de se mettre rapidement dans le bain; ce sera à fond sur tout le parcours sur des routes au revêtement parfait dans la majeure partie.

J'ai vraiment pris beaucoup de plaisir même si l'enchaînement des montées à un rythme soutenu est éprouvant; seul bémol, dommage que l'on n'ait pas le temps d'admirer les paysages car certains points de vue sont sublimes. »

Jean-Luc BOUGUES

Classement : 261^{ème}/98^{ème} catégorie C en 4h43'02'' (28,80km/h)



Résultat grand parcours (110km) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	A	Temps du 1 ^{er}	03:03:51	35,90km/h
95	34	C	Jean-Luc BOUGUES	03:43:14	29,60km/h
158 concurrents classés					

Bravo à Jean-Luc BOUGUES pour son résultat.





La Casartelli

16^{ème} édition – 29 septembre 2012



Principales difficultés :

- ❖ **La Fabio Casartelli :**
119km / 2280m de dénivelé
- ☞ Col de l'Arriu (704m)
- ☞ Col de Portet-d'Aspet (1069m)
- ☞ Col de la Core (1395m)
- ☞ Col de Catchaudégué (893m)

Résultat La Fabio Casartelli (119km / 2280m de dénivelé) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	A	Temps du 1 ^{er}	03:48:55	31,19km/h
17	4	D	RICARD Jean-Luc	04:13:36	28,15km/h
62	15	D	DIJAOUS Didier	04:53:43	24,31km/h
100 concurrents classés					

Résultat La Découverte (99km / 1590m de dénivelé) :

- ❖ **La Découverte :**
99km / 1590m de dénivelé
- ☞ Col de l'Arriu (704m)
- ☞ Col de Portet-d'Aspet (1069m)
- ☞ Col de Porteich (862m)

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	B	Temps du 1 ^{er}	03:15:14	30,43km/h
109	8	F	BOUSQUET Gérard	04:45:01	20,84km/h
111	9	F	BISOGNIN Frédéric	04:45:02	20,84km/h
112	10	F	DANEL Jean-Louis	04:45:02	20,84km/h
121	12	F	JUSTE Michel	04:49:53	20,49km/h
145	33	D	HAUVETTE Grégoire	05:07:33	19,31km/h
158 concurrents classés					

Commentaires :

« En route pour ma 3^{ème} Casartelli; contrairement aux cyclosporives précédentes, la météo annoncée ne me réjouit pas. Finalement, après la brume, le brouillard et quelques gouttes de pluie, le final est très acceptable.

Concernant le parcours annoncé, mis à part le Col du Portet d'Aspet court mais très dur, avec un passage à 16 % à hauteur de la stèle du regretté Fabio Casartelli je peux me trouver satisfait de mon comportement sur le vélo.

Organisation irréprochable et peut-être à l'an prochain. »

Gérard BOUSQUET

Classement : 109^{ème}/8^{ème} catégorie F en 4h45'01'' (20,84km/h)

« Dernière cyclosporive au programme de l'année et devinez quoi : la pluie prévue au rendez-vous ! Retrait des dossards et des « puces » et attente du départ en compagnie de Didier DIJAOUS inscrit aussi sur la grande (119km), le temps est couvert mais pas de pluie. 5 autres CCViens sont inscrits sur la 99km mais je n'ai pas vu tout le monde avant de partir.

Un tour pour rien autour du pâté de maison et se placer sur la ligne de départ. Après un discours et le départ donné par Mr Casartelli, la course est lancée à la sortie de St Girons Et de suite les 40km/h et + sont de rigueur pour celui qui veut suivre et ça jusqu'au pied du Col de Larriu ou un groupe de 30 coureurs se détache, je suis dedans

Traversée d'Aspet et même cadence jusqu'au Portet d'Aspet (32 de moyenne) ou un groupe de 20 part devant .La bruine a fait son apparition ainsi que le brouillard, je gère la montée devant (tous

des suceurs de roues) et la descente qui est humide mais personne ne me double (merci Sram et Corima...).

On roule en groupe d'une dizaine jusqu'à Castillon et le début du Col de la Core où je décide de partir et lâcher les suceurs. J'ai les jambes et la moitié du col passe à 20/22 de moyenne. Je me retrouve seul pour les 5 derniers km, je double quelques concurrents partis trop vite, fais un arrêt ravito éclair au sommet de la Core pour mettre un coupe-vent/pluie pour la descente car il pleut depuis la moitié du col.

Descente évidemment sous la pluie, ça glisse et je me fais doubler par un ..fou qui descend encore plus vite que moi ! J'ai 63 au compteur !! Attaque du dernier col (Catchodégue) qui passe comme un gant. Il n'y a plus que se laisser aller jusqu'à St-girons en faisant attention de pas tomber car la route est étroite, en sous-bois et très humide (ou crever...) ,la pluie toujours, qui s'arrêtera pour les 5 derniers km et un passage sous la flamme en 17° position (4h13mn36s et 28,1 de moyenne). Repas pris en commun avec tous les CCViens et retour sur Toulouse sous des trombes d'eau.. »

Jean-Luc RICARD

Classement : 17^{ème}/4^{ème} catégorie D en 4h13'36'' (28,15km/h)

« Ce 29 Septembre, je me suis engagé sur La Casartelli « La Découverte ». 99 kms. Il ne faut pas exagérer quand même ! Deuxième cyclo de la saison pour moi et... de ma vie.

Après l'abandon de Juillet l'objectif ici est de finir...

9 heures le départ est donné sous un léger brouillard, il ne pleut pas. Ouf !

Les parents de Fabio Casartelli sont là et il y a une certaine émotion.

Je me faufile dans le peloton et il me semble être pas trop loin de la tête. Les motos sont là à chaque carrefour pour nous protéger. Tout va bien c'est plat.

Arrive le Col de Larrieu que je pensais être une formalité et un échauffement.

Que nenni... ! Mon GPS affiche 13% à la sortie du village !!!

Comme d'habitude mes qualités de grimpeur m'expédient à l'arrière du peloton ! Je suis doublé par Gérard, Michel, Jean-Louis,... et comme je suis en noir « banalisé » (ma veste de pluie) ils ne reconnaissent même pas et en plus ils discutent tandis que moi je commence à tirer à langue. Fini les motos sur les côtés au carrefour... C'est confirmé, je suis bien à l'arrière de la course.

On bascule un petit groupe au Sommet de Larrieu puis on fonce sur Aspet. Connaissant la route je me mets à l'abri pour arriver frais au pont de l'Oule au pied du Portet d'Aspet.

Sommet 4kms une rigolade... !!! Après mon Tourmalet je pensais monter ça comme « qui rigole »...

Hélas je suis vite, très vite surpris. J'ai l'impression que je n'avance plus... Tout à gauche j'arrive à la stèle après une rampe sévère. Les parents de Fabio Casartelli sont là et lancent un « Bravo » aux coureurs éparpillés que nous sommes. Comme je monte doucement, je pense à l'idiotie de la vie qui a fait que ce coureur prometteur disparaisse en un beau jour de Juillet et de fête.

Cet encouragement me touche et me donne la pêche pour monter le mur de 500 mètres environ qui se dresse devant moi. Mon GPS affiche 18 %. Je zigzague comme un montagnard. J'en veux presque à mes collègues du CCV, ils auraient pu me prévenir quand même... J'oublie presque que je participe à une cyclo sportive

La pente diminue et j'arrive enfin au sommet (doublé une fois et j'en ai doublé 3). Je me console en me disant que j'ai gagné deux places !!

Je me ravitaille dans la descente où la pluie fait son apparition.

Puis c'est le long plat descendant vers Audressein.

Je suis un peu fatigué mais le ravitaillement fait du bien et, je vois un panneau « Saint-Girons 5Kms ».

Hélas ! Nous bifurquons à droite pour le Col de Porteich. Cela doit être superbe mais il pleut. Personne ne me double, c'est sans fin et lorsqu'on pense être au sommet il reste un lacet ou une pente. Une longue droite avant le sommet mine le moral du gars qui me précède et qui pose le pied à terre. La fatigue est bien là.

J'arrive enfin au ravitaillement dans le crachin ou un pauvre bénévole qui attend depuis ...longtemps se réchauffe dans sa voiture. Fruits secs, oranges, je dévore tout ...Il me dit « 12 kilomètres de descente puis plat et vous y êtes ».

La pluie rend la descente dangereuse et les gravillons m'incitent à la prudence.

Sur les derniers kilomètres on retrouve le parcours de la Marco et je m'incruste dans un petit groupe de cinq.

Puis je vois le panneau 3 kilomètres. Je suis envahi pas une légère émotion (encore) car je vais finir ma première cyclo sportive.

En arrivant dans Saint-Girons nous sommes encouragés par des spectateurs et cela fait du bien après 5 heures d'effort.

Comme mes compagnons du groupe, je me surprends à sprinter à 300 mètres de la ligne.

Ca y est. La ligne d'arrivée est franchie et cela fait du bien. L'objectif est atteint.
5h07:33///145^{ème} sur 185 .19,8km/h de moyenne. Peux mieux faire ! »

Grégoire HAUVETTE

Classement : 145^{ème}/33^{ème} catégorie D en 5h07'33'' (19,31km/h)

Rendez-vous dès avril 2013 pour vos prochaines anecdotes et divers commentaires concernant vos exploits sur les cyclo sportives dans notre région.

Agnès

Publication des derniers résultats concernant les cyclosporives de la fin de saison 2012, avec le commentaire des certains acteurs du CCV. Merci à tous les CCViens ayant contribués à la rédaction de ce sujet.

Agnès



Résultat parcours CKT (136km / 2037m de dénivelé) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	A	Temps du 1 ^{er}	03:44:24	36,40km/h
261	98	C	Jean-Luc BOUGUES	04:43:02	28,80km/h
515 concurrents classés / 590 inscrits					

Commentaires :

« C'est le grand rendez-vous des cyclos du Sud-Est de la France et ce sont environ 3000 participants qui s'élancent sur les 3 circuits.

Pour ma part, je suis inscrit sur le 136 kms avec 2100 m de dénivelé.

Le temps est vraiment avec nous et le soleil sera radieux toute la journée, le vent pratiquement nul et la température (27° environ) idéale.

Le départ au pied du 1^{er} col est très rapide et permet de se mettre rapidement dans le bain; ce sera à fond sur tout le parcours sur des routes au revêtement parfait dans la majeure partie.

J'ai vraiment pris beaucoup de plaisir même si l'enchaînement des montées à un rythme soutenu est éprouvant; seul bémol, dommage que l'on n'ait pas le temps d'admirer les paysages car certains points de vue sont sublimes. »

Jean-Luc BOUGUES

Classement : 261^{ème}/98^{ème} catégorie C en 4h43'02'' (28,80km/h)



Résultat grand parcours (110km) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	A	Temps du 1 ^{er}	03:03:51	35,90km/h
95	34	C	Jean-Luc BOUGUES	03:43:14	29,60km/h
158 concurrents classés					

Bravo à Jean-Luc BOUGUES pour son résultat.





La Casartelli

16^{ème} édition – 29 septembre 2012



Principales difficultés :

- ❖ **La Fabio Casartelli :**
119km / 2280m de dénivelé
 - ☞ Col de l'Arrieu (704m)
 - ☞ Col de Portet-d'Aspet (1069m)
 - ☞ Col de la Core (1395m)
 - ☞ Col de Catchaudégué (893m)

Résultat La Fabio Casartelli (119km / 2280m de dénivelé) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	A	Temps du 1 ^{er}	03:48:55	31,19km/h
17	4	D	RICARD Jean-Luc	04:13:36	28,15km/h
62	15	D	DIJAOUS Didier	04:53:43	24,31km/h
100 concurrents classés					

Résultat La Découverte (99km / 1590m de dénivelé) :

- ❖ **La Découverte :**
99km / 1590m de dénivelé
 - ☞ Col de l'Arrieu (704m)
 - ☞ Col de Portet-d'Aspet (1069m)
 - ☞ Col de Porteich (862m)

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	B	Temps du 1 ^{er}	03:15:14	30,43km/h
109	8	F	BOUSQUET Gérard	04:45:01	20,84km/h
111	9	F	BISOGNIN Frédéric	04:45:02	20,84km/h
112	10	F	DANEL Jean-Louis	04:45:02	20,84km/h
121	12	F	JUSTE Michel	04:49:53	20,49km/h
145	33	D	HAUVETTE Grégoire	05:07:33	19,31km/h
158 concurrents classés					

Commentaires :

« En route pour ma 3^{ème} Casartelli; contrairement aux cyclosporives précédentes, la météo annoncée ne me réjouit pas. Finalement, après la brume, le brouillard et quelques gouttes de pluie, le final est très acceptable.

Concernant le parcours annoncé, mis à part le Col du Portet d'Aspet court mais très dur, avec un passage à 16 % à hauteur de la stèle du regretté Fabio Casartelli je peux me trouver satisfait de mon comportement sur le vélo.

Organisation irréprochable et peut-être à l'an prochain. »

Gérard BOUSQUET

Classement : 109^{ème}/8^{ème} catégorie F en 4h45'01'' (20,84km/h)

« Dernière cyclosporive au programme de l'année et devinez quoi : la pluie prévue au rendez-vous ! Retrait des dossards et des « puces » et attente du départ en compagnie de Didier DIJAOUS inscrit aussi sur la grande (119km), le temps est couvert mais pas de pluie. 5 autres CCViens sont inscrits sur la 99km mais je n'ai pas vu tout le monde avant de partir.

Un tour pour rien autour du pâté de maison et se placer sur la ligne de départ. Après un discours et le départ donné par Mr Casartelli, la course est lancée à la sortie de St Girons Et de suite les 40km/h et + sont de rigueur pour celui qui veut suivre et ça jusqu'au pied du Col de Larrieu ou un groupe de 30 coureurs se détache, je suis dedans

Traversée d'Aspet et même cadence jusqu'au Portet d'Aspet (32 de moyenne) ou un groupe de 20 part devant .La bruine a fait son apparition ainsi que le brouillard, je gère la montée devant (tous

des suceurs de roues) et la descente qui est humide mais personne ne me double (merci Sram et Corima...).

On roule en groupe d'une dizaine jusqu'à Castillon et le début du Col de la Core où je décide de partir et lâcher les suceurs. J'ai les jambes et la moitié du col passe à 20/22 de moyenne. Je me retrouve seul pour les 5 derniers km, je double quelques concurrents partis trop vite, fais un arrêt ravito éclair au sommet de la Core pour mettre un coupe-vent/pluie pour la descente car il pleut depuis la moitié du col.

Descente évidemment sous la pluie, ça glisse et je me fais doubler par un ..fou qui descend encore plus vite que moi ! J'ai 63 au compteur !! Attaque du dernier col (Catchodégue) qui passe comme un gant. Il n'y a plus que se laisser aller jusqu'à St-girons en faisant attention de pas tomber car la route est étroite, en sous-bois et très humide (ou crever...) ,la pluie toujours, qui s'arrêtera pour les 5 derniers km et un passage sous la flamme en 17° position (4h13mn36s et 28,1 de moyenne). Repas pris en commun avec tous les CCViens et retour sur Toulouse sous des trombes d'eau.. »

Jean-Luc RICARD

Classement : 17^{ème}/4^{ème} catégorie D en 4h13'36'' (28,15km/h)

« Ce 29 Septembre, je me suis engagé sur La Casartelli « La Découverte ». 99 kms. Il ne faut pas exagérer quand même ! Deuxième cyclo de la saison pour moi et... de ma vie.

Après l'abandon de Juillet l'objectif ici est de finir...

9 heures le départ est donné sous un léger brouillard, il ne pleut pas. Ouf !

Les parents de Fabio Casartelli sont là et il y a une certaine émotion.

Je me faufile dans le peloton et il me semble être pas trop loin de la tête. Les motos sont là à chaque carrefour pour nous protéger. Tout va bien c'est plat.

Arrive le Col de Larrieu que je pensais être une formalité et un échauffement.

Que nenni... ! Mon GPS affiche 13% à la sortie du village !!!

Comme d'habitude mes qualités de grimpeur m'expédient à l'arrière du peloton ! Je suis doublé par Gérard, Michel, Jean-Louis... et comme je suis en noir « banalisé » (ma veste de pluie) ils ne reconnaissent même pas et en plus ils discutent tandis que moi je commence à tirer à langue. Fini les motos sur les côtés au carrefour... C'est confirmé, je suis bien à l'arrière de la course.

On bascule un petit groupe au Sommet de Larrieu puis on fonce sur Aspet. Connaissant la route je me mets à l'abri pour arriver frais au pont de l'Oule au pied du Portet d'Aspet.

Sommet 4kms une rigolade... !!! Après mon Tourmalet je pensais monter ça comme « qui rigole »...

Hélas je suis vite, très vite surpris. J'ai l'impression que je n'avance plus... Tout à gauche j'arrive à la stèle après une rampe sévère. Les parents de Fabio Casartelli sont là et lancent un « Bravo » aux coureurs éparpillés que nous sommes. Comme je monte doucement, je pense à l'idiotie de la vie qui a fait que ce coureur prometteur disparaisse en un beau jour de Juillet et de fête.

Cet encouragement me touche et me donne la pêche pour monter le mur de 500 mètres environ qui se dresse devant moi. Mon GPS affiche 18 %. Je zigzague comme un montagnard. J'en veux presque à mes collègues du CCV, ils auraient pu me prévenir quand même... J'oublie presque que je participe à une cyclo sportive

La pente diminue et j'arrive enfin au sommet (doublé une fois et j'en ai doublé 3). Je me console en me disant que j'ai gagné deux places !!

Je me ravitaille dans la descente où la pluie fait son apparition.

Puis c'est le long plat descendant vers Audressein.

Je suis un peu fatigué mais le ravitaillement fait du bien et, je vois un panneau « Saint-Girons 5Kms ».

Hélas ! Nous bifurquons à droite pour le Col de Porteich. Cela doit être superbe mais il pleut. Personne ne me double, c'est sans fin et lorsqu'on pense être au sommet il reste un lacet ou une pente. Une longue droite avant le sommet mine le moral du gars qui me précède et qui pose le pied à terre. La fatigue est bien là.

J'arrive enfin au ravitaillement dans le crachin ou un pauvre bénévole qui attend depuis ...longtemps se réchauffe dans sa voiture. Fruits secs, oranges, je dévore tout ...Il me dit « 12 kilomètres de descente puis plat et vous y êtes ».

La pluie rend la descente dangereuse et les gravillons m'incitent à la prudence.

Sur les derniers kilomètres on retrouve le parcours de la Marco et je m'incruste dans un petit groupe de cinq.

Puis je vois le panneau 3 kilomètres. Je suis envahi pas une légère émotion (encore) car je vais finir ma première cyclo sportive.

En arrivant dans Saint-Girons nous sommes encouragés par des spectateurs et cela fait du bien après 5 heures d'effort.

Comme mes compagnons du groupe, je me surprends à sprinter à 300 mètres de la ligne.

Ca y est. La ligne d'arrivée est franchie et cela fait du bien. L'objectif est atteint.
5h07:33///145^{ème} sur 185 .19,8km/h de moyenne. Peux mieux faire ! »

Grégoire HAUVETTE

Classement : 145^{ème}/33^{ème} catégorie D en 5h07'33'' (19,31km/h)

Rendez-vous dès avril 2013 pour vos prochaines anecdotes et divers commentaires concernant vos exploits sur les cyclo sportives dans notre région.

Agnès

Petit retour sur les dernières cyclosporatives de la saison avec le commentaire des certains acteurs du CCV. Merci à tous les CCViens ayant contribué à la rédaction de ce sujet. Suite et fin dans le numéro de janvier.

Agnès



La Laurent Jalabert

11^{ème} édition – 19 août 2012



Résultat La Nicolas Jalabert (100km – 1450m de dénivelé) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	B	Temps du 1 ^{er}	03:00:02	33,33km/h
11	5	B	Alexandre MARQUIS	03:06:44	32,13km/h
561 concurrents classés					

Commentaires :

« 1 seul CCViens à La Jalabert, s'il y en avait d'autres ils se sont bien cachés !

Voilà, j'ai fait ma première cyclosporative. Avant tout, petit retour en arrière. Après un mois de Mai et Juin presque vierge en inter-club, juilletiste dans l'âme me voilà parti en vacances avec le vélo dans les bagages. 1000 km de moins que l'an dernier à la même période et près de 8 week-ends de suite sans inter-club, le verdict tombe sans appel dès la première sortie, je suis à la rue !

Durant la première semaine je devais avoir plus d'acide lactique que de sang dans les veines ! Un vrai chemin de croix. Mais le CCViens est teigneux et petit à petit la forme pris forme. Je conclu mes vacances par notamment une sortie de 160km avec près de 2500m de d+ et une autre de 200km avec près de 2800m de dénivelé positif. C'est là que je pris la décision de m'inscrire à La Jalabert et de commencer modestement par le 100km. Il me restait donc à parfaire ma condition physique, après quelques jours de repos modéré suite aux vacances, direction le Plateau de Beille que je gravis par deux fois. Il me restait à travailler l'intensité, (3 mois sans inter-club ça se sent), que je fis la semaine suivante par des chaleurs caniculaire. Arrive alors la semaine de la "cyclo" ou je relâche sensiblement l'entraînement, j'ai besoin de récupérer physiquement et mentalement.

Et me voilà donc parti vendredi soir avec femme, chien, chat et la caravane et direction le camping de Mazamet. Nous profitons du samedi et du lac de la Raviège pour nous détendre et aussi pour reconnaître une partie du parcours qui me sera bien utile le lendemain.

La dernière nuit ne fut pas de tout repos, l'appréhension du lendemain et de l'inconnu.....

Je suis arrivé assez tôt sur la ligne de départ, premier objectif arrivé le mieux placé possible au pied de la 1ère bosse.

Le vent violent avait dû calmer les ardeurs de certains puisque les 10 premiers km vent de face se firent modérément.

Dès les premiers mètres de la bosse l'allure fut soutenue, si bien qu'au bout de 2 km à peine nous n'étions plus qu'une dizaine à faire partie du "groupe Jalabert". J'étais plutôt surpris de me retrouver parmi ces cadors, ce fut difficile, au courage, mais je m'accrochais. Au ravito au 37^{ème} km et après 25km de bosses ou faux plat, enfin tout ce qui fait mal aux jambes, je mange ma 1ère barre de céréales (je déconseille aux CCViens de manger une barre de céréales au pied d'une bosse...) le cauchemar, au moment même où ça se mettait à attaquer dans tous les sens. C'est là aussi que je me rendis compte que si j'avais mal aux jambes, les copains étaient comme moi, mais finalement tout le monde se regroupait. Et vers le 50^{ème} km les 7 plus costaud dont Jalabert en remirent une couche, et le courage ne faisant pas tout je les laissais partir, trop fort pour moi. On se retrouvait donc 9 valeureux à

maintenir un rythme soutenue. Des crampes et une douleur à la hanche vinrent me rendre visite pour les 20 derniers km.

La dernière difficulté une côte de 3,5 km suivi de plus de 5 km de descente ne donna rien. On entama donc la descente sur Mazamet, que 2 funambules entreprirent à tombeau ouvert, un gros coup de patin et un dérapage contrôlé et j'abdiquais d'essayer de les suivre, après tout y a rien à gagner, mais mon collègue en décidait autrement, me doublant bien décidé à rattraper les funambules, mais deux virages plus bas, un tout droit et une roulade plus loin il fit comme moi. On se retrouva donc à 4 survivants de la descente et nous rejoignîmes Mazamet ensemble. Et au bout d'un dernier sprint rageur une 11^{ème} place vint couronner ma journée. Résultat absolument inattendu. On m'avait conseillé de goûter au cyclosportive et j'ai trouvé le gâteau très bon. De plus j'ai trouvé l'organisation très au point, le parcours agréable et surtout sans zones particulièrement dangereuses. »

Alexandre MARQUIS

Classement : 11^{ème}/5^{ème} catégorie B en 3h06'44'' (32,13km/h)



La Lapébie

24^{ème} édition – 2 septembre 2012



Résultat La Serge Lapébie (117km - 2300m de dénivelé) :

Principales difficultés :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps
1	1	B	Temps du 1 ^{er}	03:53:54
23	9	B	Alexandre MARQUIS	04:16:31
243	100	C	Jean-Luc BOUGUES	05:11:02
501 concurrents classés				

- ☞ Col de Menté (1349m)
- ☞ Col de Buret (599m)
- ☞ Col des Ares (797m)
- ☞ Port de Balès (1755m)

Commentaires :

« Ce n'est toujours pas la chaleur mais au moins, il ne pleut pas.

Bon départ dans le paquet de tête jusqu'au pied du Mente, ensuite il faut gérer.

L'ascension du Mente se passe correctement, sans s'affoler et je trouve au sommet un paquet d'une vingtaine d'unités qui me permet de franchir le Buret, les Ares et d'arriver au pied des 12 derniers kms du Balès sans trop de difficultés.

Ensuite c'est chacun pour soi et l'ascension se fait de manière régulière mais sans pouvoir accélérer ma vitesse relativement basse.

Au sommet, c'est la délivrance et il ne reste plus qu'à se laisser glisser jusqu'à l'arrivée ou les organisateurs nous avaient fait la surprise de faire un tour de ville plus grand que le chemin normal par une route très endommagée.

Même si ce fut dur, je suis satisfait de ma journée, je ne pouvais pas faire mieux. Une chose est certaine, les bons moments des vacances (grillades + apéros) laissent des traces.... »

Jean-Luc BOUGUES

Classement : 243^{ème}/100^{ème} catégorie C en 5h11'02''

« 2 CCViens à La Lapébie !

Contrairement à La Jalabert, je suis parti seul avec la tente le samedi. Première chose s'inscrire, et ensuite trouver un camping. Le montage de la tente me prit un peu de temps, j'avais quelques peu oublié les consignes de montage. Mais peu avant la tombée de la nuit le lit était fin prêt. Le sommeil se fit paisiblement mais fraîchement. 8°C le matin au réveil, et 12° sur la ligne de départ. Le temps nuageux du matin fit rapidement place à de belle éclaircie.

Sur la ligne de départ c'est avec plaisir que j'aperçus et saluais Jean-Luc BOUGUES. Sur cette même ligne il nous est confirmé par l'organisation que c'est probablement la dernière édition, les autorisations préfectorales étant visiblement trop compliquées à obtenir.

Le départ donné, je fis le maximum pour garder une place dans les 20 premiers afin d'éviter d'éventuels chutes, c'est là que je croisais notre compagnon du dimanche matin, Hubert.

Et nous voici au pied du Col de Menté, dès le pied le rythme fût très soutenu, la sélection se fit rapidement. Je m'accrochai du mieux que je pu, mais vers la mi-pente je pris la décision de lever le pied avant d'exploser, quelques concurrents me rattrapèrent mais je les laissais filé, préférant me préservé. Peu avant le sommet un groupe de 4 revient sur moi, là je dois m'accrocher puisque derrière il n'y a plus personne, c'est chose faite. Je me rends tout de même compte qu'il m'a fallu mettre le 34*25 pour le Col de Menté, je n'ai pas de braquet plus petit, je commence à me questionner pour le Port de Balés !

Au sommet du Col de Buret les différents groupes n'en forme plus qu'un, nous sommes une quinzaine, notamment notre ami Hubert. Je ne parle pas des 6 ou 7 qui sont devant et qui sont intouchable. L'allure restera très soutenue jusqu'au pied du Port de Balés, pas une minute de répit.

Et voilà le juge de paix, à ce moment-là, j'ai les cuisses tétanisé par des crampes, alors dès les premiers hectomètres je fais le choix de laisser partir mes compagnons et de gérer seul ma montée.

Le week-end dernier lors de la rando de l'ail, j'avais demandé un maximum d'info à Polo sur le parcours que je ne connaissais pas, sa connaissance du terrain et ses conseils me furent d'un grand secours, double merci Polo.

Les 6 premiers km furent très durs, les crampes très tenaces, je me devais de trouver des ressources au plus profond de moi pour passer ce cap. Et petit à petit les crampes devinrent moins tenaces, et paradoxalement c'est dans les pourcentages les plus durs que je fus le moins mal. Ceci dit 34*25 pour le Port de Balés après 80 km de courses c'est trop grand !!!!! Dans les portions les plus durs la position en danseuse fût la plus utilisé. On oubliera la cadence de pédalage ! Et ce que je pensais arriva, je commençais à rattraper certains de mes anciens compagnon de route. C'est avec surprise que certains que je trouvais très impressionnant dans le groupe, était complètement à la dérive. A chaque fois que je rattrapais un ancien compagnon, un autre revenait de l'arrière pour me rattraper !!! Et après 20km de monté, enfin la descente, là, vaille que vaille, même pas peur je décidais de la faire à bloc.

Il y eu bien 2 concurrents sorti de je ne sais où qui me rattrapèrent, mais je fis sans doute la meilleur descente de ma vie !!! Je donnais donc mon maximum jusqu'à l'arrivé, je finis exténué, sur les rotules, des crampes plein les jambes, et ma hanche récalcitrante me fit boiter bas. Que c'est dur le vélo !!!

Mes données compteur sont différentes du programme initial, cela m'a été confirmé par d'autres concurrents : 120km 28km/h moyenne 2704m de dénivelé positif »

Alexandre MARQUIS

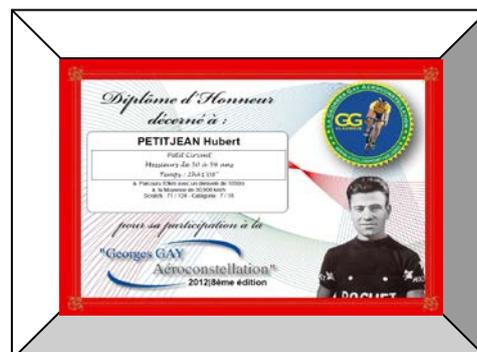
Classement : 23^{ème}/9^{ème} catégorie B en 4h16'31''



Résultat petit parcours (83km / 1050m de dénivelé) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	C	Temps du 1 ^{er}	02:11:39	37,83km/h
71	7	D	Hubert PETITJEAN	02:41:08	30,91km/h
119 concurrents classés / 124 inscrits					

Bravo à Hubert PETITJEAN pour son résultat.



Petit retour sur les dernières cyclosporatives de la saison avec le commentaire des certains acteurs du CCV. Merci à tous les CCViens ayant contribués à la rédaction de ce sujet. Suite et fin dans le numéro de janvier.

Agnès



La Laurent Jalabert

11^{ème} édition – 19 août 2012



Résultat La Nicolas Jalabert (100km – 1450m de dénivelé) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	B	Temps du 1 ^{er}	03:00:02	33,33km/h
11	5	B	Alexandre MARQUIS	03:06:44	32,13km/h
561 concurrents classés					

Commentaires :

« 1 seul CCViens à La Jalabert, s'il y en avait d'autres ils se sont bien cachés !

Voilà, j'ai fait ma première cyclosporative. Avant tout, petit retour en arrière. Après un mois de Mai et Juin presque vierge en inter-club, juilletiste dans l'âme me voilà parti en vacances avec le vélo dans les bagages. 1000 km de moins que l'an dernier à la même période et près de 8 week-ends de suite sans inter-club, le verdict tombe sans appel dès la première sortie, je suis à la rue !

Durant la première semaine je devais avoir plus d'acide lactique que de sang dans les veines ! Un vrai chemin de croix. Mais le CCViens est teigneux et petit à petit la forme pris forme. Je conclu mes vacances par notamment une sortie de 160km avec près de 2500m de d+ et une autre de 200km avec près de 2800m de dénivelé positif. C'est là que je pris la décision de m'inscrire à La Jalabert et de commencer modestement par le 100km. Il me restait donc à parfaire ma condition physique, après quelques jours de repos modéré suite aux vacances, direction le Plateau de Beille que je gravis par deux fois. Il me restait à travailler l'intensité, (3 mois sans inter-club ça se sent), que je fis la semaine suivante par des chaleurs caniculaire. Arrive alors la semaine de la "cyclo" ou je relâche sensiblement l'entraînement, j'ai besoin de récupérer physiquement et mentalement.

Et me voilà donc parti vendredi soir avec femme, chien, chat et la caravane et direction le camping de Mazamet. Nous profitons du samedi et du lac de la Raviège pour nous détendre et aussi pour reconnaître une partie du parcours qui me sera bien utile le lendemain.

La dernière nuit ne fut pas de tout repos, l'appréhension du lendemain et de l'inconnu.....

Je suis arrivé assez tôt sur la ligne de départ, premier objectif arrivé le mieux placé possible au pied de la 1ère bosse.

Le vent violent avait dû calmer les ardeurs de certains puisque les 10 premiers km vent de face se firent modérément.

Dès les premiers mètres de la bosse l'allure fut soutenue, si bien qu'au bout de 2 km à peine nous n'étions plus qu'une dizaine à faire partie du "groupe Jalabert". J'étais plutôt surpris de me retrouver parmi ces cadors, ce fut difficile, au courage, mais je m'accrochais. Au ravito au 37^{ème} km et après 25km de bosses ou faux plat, enfin tout ce qui fait mal aux jambes, je mange ma 1ère barre de céréales (je déconseille aux CCViens de manger une barre de céréales au pied d'une bosse...) le cauchemar, au moment même où ça se mettait à attaquer dans tous les sens. C'est là aussi que je me rendis compte que si j'avais mal aux jambes, les copains étaient comme moi, mais finalement tout le monde se regroupait. Et vers le 50^{ème} km les 7 plus costaud dont Jalabert en remirent une couche, et le courage ne faisant pas tout je les laissais partir, trop fort pour moi. On se retrouvait donc 9 valeureux à

maintenir un rythme soutenue. Des crampes et une douleur à la hanche vinrent me rendre visite pour les 20 derniers km.

La dernière difficulté une côte de 3,5 km suivi de plus de 5 km de descente ne donna rien. On entama donc la descente sur Mazamet, que 2 funambules entreprirent à tombeau ouvert, un gros coup de patin et un dérapage contrôlé et j'abdiquais d'essayer de les suivre, après tout y a rien à gagner, mais mon collègue en décidait autrement, me doublant bien décidé à rattraper les funambules, mais deux virages plus bas, un tout droit et une roulade plus loin il fit comme moi. On se retrouva donc à 4 survivants de la descente et nous rejoignîmes Mazamet ensemble. Et au bout d'un dernier sprint rageur une 11^{ème} place vint couronner ma journée. Résultat absolument inattendu. On m'avait conseillé de goûter au cyclosportive et j'ai trouvé le gâteau très bon. De plus j'ai trouvé l'organisation très au point, le parcours agréable et surtout sans zones particulièrement dangereuses. »

Alexandre MARQUIS

Classement : 11^{ème}/5^{ème} catégorie B en 3h06'44'' (32,13km/h)



La Lapébie

24^{ème} édition – 2 septembre 2012



Résultat La Serge Lapébie (117km - 2300m de dénivelé) :

Principales difficultés :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps
1	1	B	Temps du 1 ^{er}	03:53:54
23	9	B	Alexandre MARQUIS	04:16:31
243	100	C	Jean-Luc BOUGUES	05:11:02
501 concurrents classés				

- ☞ Col de Menté (1349m)
- ☞ Col de Buret (599m)
- ☞ Col des Ares (797m)
- ☞ Port de Balès (1755m)

Commentaires :

« Ce n'est toujours pas la chaleur mais au moins, il ne pleut pas.

Bon départ dans le paquet de tête jusqu'au pied du Mente, ensuite il faut gérer.

L'ascension du Mente se passe correctement, sans s'affoler et je trouve au sommet un paquet d'une vingtaine d'unités qui me permet de franchir le Buret, les Ares et d'arriver au pied des 12 derniers kms du Balès sans trop de difficultés.

Ensuite c'est chacun pour soi et l'ascension se fait de manière régulière mais sans pouvoir accélérer ma vitesse relativement basse.

Au sommet, c'est la délivrance et il ne reste plus qu'à se laisser glisser jusqu'à l'arrivée ou les organisateurs nous avaient fait la surprise de faire un tour de ville plus grand que le chemin normal par une route très endommagée.

Même si ce fut dur, je suis satisfait de ma journée, je ne pouvais pas faire mieux. Une chose est certaine, les bons moments des vacances (grillades + apéros) laissent des traces.... »

Jean-Luc BOUGUES

Classement : 243^{ème}/100^{ème} catégorie C en 5h11'02''

« 2 CCViens à La Lapébie !

Contrairement à La Jalabert, je suis parti seul avec la tente le samedi. Première chose s'inscrire, et ensuite trouver un camping. Le montage de la tente me prit un peu de temps, j'avais quelques peu oublié les consignes de montage. Mais peu avant la tombée de la nuit le lit était fin prêt. Le sommeil se fit paisiblement mais fraîchement. 8°C le matin au réveil, et 12° sur la ligne de départ. Le temps nuageux du matin fit rapidement place à de belle éclaircie.

Sur la ligne de départ c'est avec plaisir que j'aperçus et saluais Jean-Luc BOUGUES. Sur cette même ligne il nous est confirmé par l'organisation que c'est probablement la dernière édition, les autorisations préfectorales étant visiblement trop compliquées à obtenir.

Le départ donné, je fis le maximum pour garder une place dans les 20 premiers afin d'éviter d'éventuels chutes, c'est là que je croisais notre compagnon du dimanche matin, Hubert.

Et nous voici au pied du Col de Menté, dès le pied le rythme fût très soutenu, la sélection se fit rapidement. Je m'accrochai du mieux que je pu, mais vers la mi-pente je pris la décision de lever le pied avant d'exploser, quelques concurrents me rattrapèrent mais je les laissais filé, préférant me préserver. Peu avant le sommet un groupe de 4 revient sur moi, là je dois m'accrocher puisque derrière il n'y a plus personne, c'est chose faite. Je me rends tout de même compte qu'il m'a fallu mettre le 34*25 pour le Col de Menté, je n'ai pas de braquet plus petit, je commence à me questionner pour le Port de Balés !

Au sommet du Col de Buret les différents groupes n'en forme plus qu'un, nous sommes une quinzaine, notamment notre ami Hubert. Je ne parle pas des 6 ou 7 qui sont devant et qui sont intouchable. L'allure restera très soutenue jusqu'au pied du Port de Balés, pas une minute de répit.

Et voilà le juge de paix, à ce moment-là, j'ai les cuisses tétanisé par des crampes, alors dès les premiers hectomètres je fais le choix de laisser partir mes compagnons et de gérer seul ma montée.

Le week-end dernier lors de la rando de l'ail, j'avais demandé un maximum d'info à Polo sur le parcours que je ne connaissais pas, sa connaissance du terrain et ses conseils me furent d'un grand secours, double merci Polo.

Les 6 premiers km furent très durs, les crampes très tenaces, je me devais de trouver des ressources au plus profond de moi pour passer ce cap. Et petit à petit les crampes devinrent moins tenaces, et paradoxalement c'est dans les pourcentages les plus durs que je fus le moins mal. Ceci dit 34*25 pour le Port de Balés après 80 km de courses c'est trop grand !!!!! Dans les portions les plus durs la position en danseuse fût la plus utilisé. On oubliera la cadence de pédalage ! Et ce que je pensais arriva, je commençais à rattraper certains de mes anciens compagnon de route. C'est avec surprise que certains que je trouvais très impressionnant dans le groupe, était complètement à la dérive. A chaque fois que je rattrapais un ancien compagnon, un autre revenait de l'arrière pour me rattraper !!! Et après 20km de monté, enfin la descente, là, vaille que vaille, même pas peur je décidais de la faire à bloc.

Il y eu bien 2 concurrents sorti de je ne sais où qui me rattrapèrent, mais je fis sans doute la meilleur descente de ma vie !!! Je donnais donc mon maximum jusqu'à l'arrivé, je finis exténué, sur les rotules, des crampes plein les jambes, et ma hanche récalcitrante me fit boiter bas. Que c'est dur le vélo !!!

Mes données compteur sont différentes du programme initial, cela m'a été confirmé par d'autres concurrents : 120km 28km/h moyenne 2704m de dénivelé positif »

Alexandre MARQUIS

Classement : 23^{ème}/9^{ème} catégorie B en 4h16'31''



La Georges Gay

8^{ème} édition – 16 septembre 2012



Résultat petit parcours (83km / 1050m de dénivelé) :

Scratch	Scratch catégorie		Nom	Temps	Moyenne
1	1	C	Temps du 1 ^{er}	02:11:39	37,83km/h
71	7	D	Hubert PETITJEAN	02:41:08	30,91km/h
119 concurrents classés / 124 inscrits					

Bravo à Hubert PETITJEAN pour son résultat.

