



Le Petit Journal



du
C.C.V.

MAIRIE DE



Castelmaurou

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

Rédaction : G HAUVETTE/ P HENIN
Impression JL RICARD

Mensuel N° 176 - Novembre 2014

Editorial

Une très belle année CCVienne, riche à tous les points de vue, s'achève avec tenue des engagements pris par le bureau pour vous apporter son lot de nouveautés et améliorations, qui toutes ont rencontré un franc succès : un très beau voyage en Corse entre mer et garrigue aux circuits époustouflants, un journal relooké au contenu entièrement revisité utile autant qu'attrayant, un atelier mécanique pour que chacun puisse acquérir quelques rudiments, des compte-rendus d'interclubs et cyclosporives vivants permettant au plus grand nombre de s'exprimer et partager ses émotions et expériences. Les activités récurrentes ont toujours eu autant de succès, en semaine comme le week-end. Même notre randonnée, au péril de son annulation par la préfecture, a pu finalement avoir lieu mais dans des conditions météo épouvantables. Elle n'en a pas moins eu un taux de participation exceptionnel et la mobilisation de tous les CCViens fut sans pareille pour ne pas dire historique. Mention spéciale pour l'aligot de clôture qui fut un grand moment de convivialité dans l'histoire de notre club.

Seule ombre au tableau, la sécurité sur la route reste un point de vigilance sans progrès tangibles. Certes nous n'égalons pas les années les plus noires, il n'en reste pas moins un devoir collectif de persévérer les efforts déjà entrepris pour faire baisser de manière plus significative les accidents sur la route, et que la conscience collective se mobilise pour renouer avec un comportement effectif irréprochable... Progresser n'est pas facultatif ! Voilà, je ne reviendrais pas plus en détails sur le bilan de 5 années à la tête du CCV. J'ai tenté avec conviction d'être un président rigoureux, consciencieux et à l'écoute de tous.

Je voudrais surtout rendre ici hommage à la cellule active du bureau (et de quelques extérieurs au bureau), toujours dynamique, efficace et volontaire pour aller de l'avant sans plaindre ses efforts. Sans ces travailleurs de l'ombre, le CCV ne serait rien. La présidence m'a apporté la satisfaction d'animer ce petit groupe uni dans une ambiance détendue et chaleureuse. Mais je ne peux passer sous silence hélas les moments de grande détresse et de doute où malgré le soutien inconditionnel de vous tous, le président est seul, exposé à la forte pression des responsabilités qu'il doit assumer... Il est temps pour moi de passer la main. La relève est là et je m'en réjouis !

Merci à tous pour votre confiance et que vive encore longtemps notre beau CCV !

Polo


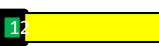


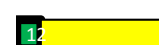



CR sortie
interne.

Téléthon:
nouveau
Parcours

Conseil
du
Coach :
Savoir
Pédaler

Interview :
James
BARREYRE

Les sorties écoulées

Date	Type	Lieu Participants (Nbre Participants)
12 OCTOBRE 	FSGT	Saubens 442 participants 
18 OCTOBRE 	FSGT	Lassere
19 OCTOBRE 	FSGT	Villefranche 312 participants CCV 4eme 
26 OCTOBRE 	FSGT	Escalquens 312 participants 
9 Novembre 	FSGT	1 point CCV

La saison FSGT par Alex

La saison des inters-clubs étant terminée, j'ai pensé qu'une séquence rétro saison 2014, top et flop, bêtisier et autres s'imposait. Ce qui suis n'engage que moi, libre à chacun(e) de compléter à sa guise.

Mon plus beau circuit, Pins-Justaret, 105km et 1160m de D+, de jolies bosses, des routes en bonnes état, du soleil, et un vent modéré.

L'organisation la plus top : Pins-Justaret (encore), plusieurs circuits proposé, vert, bleu, rouge et noir. Fléchage au poil, ravito avec orgie de viandes grillées, et bière à l'arrivée.

Le prix de l'originalité : Saubens, avec un plateau de chouquettes proposé au sommet de la dernière difficulté.

La plus forte participation ccviennes : Bruguière avec 41 participants si ma mémoire est bonne.

Le meilleur rapport qualité prix : Larra, Accueil sympa, joli parcours, pas trop loin de la maison mais assez pour faire une bonne sortie, météo correct, bien fléché, bref au poil.

Le dimanche où ma femme "m'oblige" à aller faire du vélo : Cadours, pour la tresse d'ail bien sur !

Le circuit qui ma déçu : Castelnau, vraiment bof, j'attendais mieux.

La plus longue distance du train jaune : 220km me semble t-il, Lapeyrouse Carbonne Lapeyrouse, vous avez devinez qui c'est ?

Les plus beau paysage : Carbonne, avec comme point d'orgue, la grotte du Mas d'Azil, magnifique.

Le jour où on a dévalisé le ravito : à Bessières, comme l'avais dit Polo, trop de gâteau tue le gâteau !

Mon pire circuit de l'année : Le Toac, ce jour là j'ai su que les Makadam, c'est du solide !

La pire originalité : Aucamville, et le retour par la zone industrielle !!!

Le gag de l'année : Polo à Larra, pour mémoire, chevauchant le Colnago et arrivant à quelques kilomètres de Larra, 3 gouttes de pluie tombe du ciel, ni une ni deux demi-tour et retour à la maison pour récupérer le Look, on attend encore la 4ème gouttes de pluie ! (Je t'embrasse mon Polo)

Le mauvais gag de l'année : Les chutes des ccviens, avec pour mémoire, Gérard, les 2 Jean-luc, Thierry, Jean-Marc, Sylvie, Lolo etc etc,

Certaines plus sérieuses que d'autres notamment pour Gérard. Je tiens à rappeler que quelques soit les roulades et autres saut périlleux ou encore triple saltos que vous faites avec vos vélo, ça ne rapporte aucun point au challenge interne !

Mon orgasme de l'année : Carbone, et les 35,3 km/h de moyenne, les roues carbone qui sifflent c'est trop bandant !

Zut encore raté : Pour la 2ème année de suite, Henri laisse filer le challenge interne dans la toute dernière ligne droite. Courage Henri, Madame Ricard va bien finir par se lasser de l'énormibus trophée !

Mon coup de gueule : après météo France, et les prévisions à 2 balles de la force du vent lors de mes vacances à Balaruc-les-Bains, Vent annoncé à 25km/h, réalité, 50km/h

Celui qui m'a le plus impressionné : Un inconnu, pendant mes vacances, rencontré au pied du col du vent (première difficulté de l'Héraultaise pour ceux qui connaissent), poilu comme le Barça, mais heureusement pour moi, avec le même coup de pédale que le rossignol, il ne sait jamais retourné, j'étais à la rupture tout le long, et à 1.5km du sommet j'ai du rendre les armes, j'ai explosé, et mon moteur et mon chrono, tout de même 1km/h plus vite que mon meilleur temps !

Ma plus grosse galère : Superbagnères, après avoir gravi le portillon et peyresourde, je prends une grosse défaillance dans le 3ème col, interminable, je sais, c'est pourtant pas le plus difficile, mais quand on prend un coup de bambou, même la côte de Castelginest c'est trop dur !!!

1300 : Ce n'est pas mon nombre de km annuel, c'est à peu près le nombre de jours sans crevaison, un clou d'1 cm de long m'a obligé à inaugurer ma mini pompe.

Ma bonne résolution de l'année : d'avoir remplacé mes pneus Pro race4 par des conti GP 4000 S 2

3836 : C'est le nombre de km avec mes boyaux vittoria, Bon à l'arrière c'est chaud, mais à l'avant ça va encore.

Coucou : Je fais un coucou aux méchants du dimanche matin, c'est trop bon de rouler avec vous

Merci : Merci à tous les ccviens qui n'ont pas vu mes fautes d'orthographe, de grammaire et autres dans mes comptes-rendus. Le ccvien est tolérant

Un grand merci à Alexandre « CASTEL » pour ces comptes rendus attendus tous les dimanches par les CCViens. Et ce superbe récap saison selon « Castel ». Cela fait vivre le site. Toutes les autres CR de « sortie semaine » ou de « Groupe 2 dimanche » sont aussi les bienvenus. 12 « likes »

Le bureau

Nldr : Néanmoins il n'est pas politiquement correct ...de se moquer du Président ☺

Les 10 commandements de la sécurité : 4/10

4 Feux de signalisation et priorités

Tout conducteur doit marquer l'arrêt absolu devant un feu rouge, fixe ou clignotant (article R 412-30). Devant un stop, tout cycliste doit marquer un temps d'arrêt à la limite de la chaussée abordée (article R 415-6). Hors agglomération, tout conducteur abordant une route à grande circulation et ne se trouvant pas lui-même sur une route de cette catégorie est tenu de céder le passage aux véhicules circulant sur la route à grande circulation.

En cas d'infraction : contravention de 4^e classe d'un montant minimal de 90 € pour non respect de la signalisation.



Vélo du mois de Novembre - Benoît

Marque	Canyon
Cadre	Ultimate CF SLX 9.0 SL
Fourche	One Four SLX
Groupe	SRAM Red 22 11s
Freins	SRAM red
Roues	Mavic R-Sys SLR WTS Exalith 2
Pneu	Mavic Yksion Pro GripLink
Cintre	Canyon H18 Carbon
Selle	Fizik Antares
Poids	6,1 Kg



Pourquoi as-tu choisi ce vélo: Au Printemps dernier, Daniel qui a changé de vélo pour un Canyon également a commencé à me gratter dans les cotes, j'ai tout de suite pensé que c'était grâce à ce vélo ! Plus sérieusement, rapport qualité/prix + bonne promo sur le modèle 2014

Commentaires: Toujours bluffer par son rendement après 2 mois d'utilisation, un vrai vélo de Pro donc plus d'excuse, s'il avance pas dans les bosses c'est à cause du bonhomme !!!!

SORTIE INTERNE DU 25 OCTOBRE 2014



27 CCViens s'étaient donnés rendez-vous, ce samedi 25 octobre, au restaurant « le moulin d'Edmond » situé entre Lafitte Vigordane et Gratens pour la dernière sortie interne de la saison, traditionnellement ponctuée par un repas au restaurant. A 9h, sous un beau soleil prometteur, la troupe s'élançe pour un circuit de 70 kms avec un dénivelé de 600 m. Quelques kms après le départ, Gégé, ne se sentant pas encore en grande forme, préfère faire demi-tour et nous attendre près des véhicules. Pour les autres, nous nous dirigeons dans un premier temps en direction du Gers pour bifurquer ensuite vers le Volvestre. Le peloton accorde un bon de sortie à La Grinche qui veut aller saluer quelques connaissances au village de Mondavezan ; pas de chance pour lui, il ne reverra jamais le groupe et devra rallier l'arrivée seul. Les plus rapides, dans la longue ligne droite reliant Le Fousseret à Cazères, les mains en bas du guidon, oublient de consulter leur GPS et manquent le crochet par Mondavezan. Résultat : 6 kms de moins au compteur que le parcours prévu. En revanche, le groupe 2, comprenant notamment les féminines du club, a effectué le parcours en entier et a ainsi pu apprécier entre autres la beauté du patrimoine de la ville de Rieux-Volvestre.

A 12h, tout le monde se retrouvait autour de l'apéro préparé magistralement, comme d'habitude, par notre Gégé national dans le parc superbement entretenu du restaurant, en bordure d'un bel étang. 13h, les estomacs crient famine et nous dirigeons vers la table dressée dans une salle du moulin, au dessus de la grande roue, d'où une vitre dans le sol nous permet de voir couler la rivière. L'apéritif aidant, pour certains d'entre-nous, les décibels montent autour de conversations mêlant politique, économie et philosophie... les autres clients se pressent alors de terminer leurs repas afin de profiter du calme de l'extérieur. Ceux d'entre-nous qui ne participent pas à ces joutes verbales apprécient la qualité des plats qui nous sont servis.

En résumé, une belle journée très ensoleillée sous une douceur printanière, une ambiance sympa de fin de saison, un parcours à la portée de chacun, et un restaurant, à priori de qualité car fortement apprécié, offrant un joli cadre.



Téléthon 2014 : deux boucles.

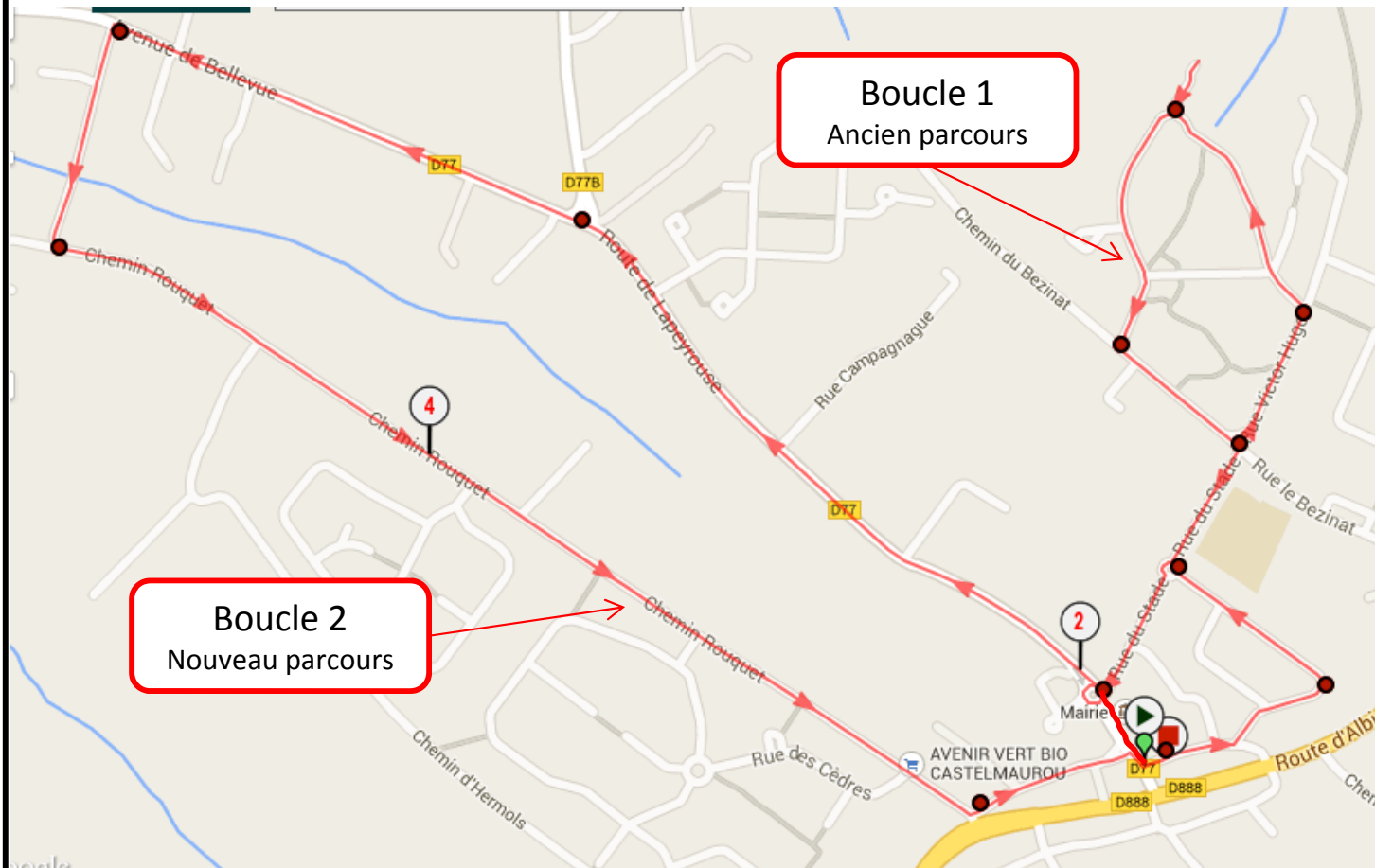
L'ancienne partie pour les... grimpeurs,

Une nouvelle zone pour les... baroudeurs.

Possibilité de faire selon son choix (B1) (B2) (B1+B2) selon les flèches sur le parcours

Distance des deux boucles 4,937 km.

Un parcours taillé pour le record de kilomètres...



Agenda :

Point Café du CCV le 23 Novembre

Téléthon le 6 et 7 Décembre

Petites annonces

Les petites annonces ne sont pas prévues mais quand il y a de la place et que cela peut rendre service c'est bienvenu. N'hésitez pas ...!

		<p>Roues MAVIC R-SYS Premium</p> <p>Date d'achat : 2010 Valeur neuf : 1200 € Blocage rapide Titane Corps de roue libre : Campagnolo Cassette : Campagnolo 12-25 Pneus : Michelin Lithion Vendues avec Housses Mavic Prix = 650 € (à débattre) Tel : 06 82 88 63 85 (Benoît)</p>
--	--	--



LE CCVien du mois : James Barreyre

Salut James ! Quel est ton « pédigrée » ?

J'ai 61 ans et ma famille est originaire d'un petit village situé aux confins du Puy-de-Dôme et de la Haute-Loire. Je suis arrivé dans la région toulousaine début 2003 et j'habite à Labastide saint Semin. Je suis veuf et j'ai une fille qui va bientôt avoir 30 ans ainsi que 2 petits-fils (3 ans et 4 mois). Je suis au CCV depuis 2007

Tes premiers tours de roue ?

J'ai débuté vers 6 ans dans les chemins et les petites rues du village

Tes meilleurs souvenir à vélo ?

Mes participations à certaines cyclosporives comme l'Ardéchoise, l'Ariégeoise et en particulier une « Etape du Tour », la Carpentras – Mont Ventoux : Il y avait quelques anciennes gloires comme Greg Lemond que je n'ai vu que sur la ligne de départ (bien sûr) et j'ai eu la satisfaction d'arriver au bout avant que l'épreuve ne soit neutralisée pour cause de mauvais temps en haut du Ventoux. C'était ma première ascension de cette montagne mythique par le côté Bédouin

Ta plus grosse galère ?

C'était une autre cyclosporive, la Marmotte
Cela a commencé par l'ascension du 1^{er} col, la Croix de fer, dans lequel j'ai été littéralement asphyxié par les gaz d'échappement des voitures diesels qui nous doublaient avec difficultés car elles avaient du mal à se frayer un chemin entre les nombreux cyclos. Ensuite j'ai énormément souffert de la chaleur dans le Télégraphe, les roues collaient au goudron qui fondait, l'organisation a multiplié les points d'eau et j'ai même dû tremper les pieds dans l'eau pour atténuer le feu à la plante des pieds. Si bien que je suis arrivé épuisé en bas de la montée d'Alpe d'Huez où j'ai dû abandonner et me contenter du « Marmotton »



Quels sont tes projets vélo sur 2015?

Comme cette année je pense faire l'Ariégeoise

Ton plat préféré?

Je suis assez gourmand et donc j'aime ce qui est bon. Je n'ai pas franchement de préférence mais je suis curieux et j'aime découvrir de nouvelles saveurs. Que ce soit des plats régionaux ou plus exotiques comme la cuisine réunionnaise, par exemple...

Avec quel champion cycliste aimerais-tu rouler ?

Raymond Poulidor car il s'est inscrit dans la durée

Quelle est ton autre passion après le vélo

J'ai 2 autres passions :

- la rando en montagne l'été et en hiver en raquette
- le ski alpin

Et pour conclure, une anecdote pour nos amis CCViens.

Il m'est arrivé une fois de rouler en hiver dans l'Est de la France par une température de -10 degrés, le temps était sec et ensoleillé.

Ce jour là nous avons dû traverser un passage d'une centaine de mètres entièrement gelé sur une petite route de campagne qui avait été partiellement inondée quelques jours plus tôt, ceci afin d'éviter un grand détour de plusieurs kilomètres. Bien sûr certains d'entre nous se sont retrouvés « les 4 fers en l'air ». Et, heureusement, il n'y a pas eu de bobo ni de casse matérielle.

Merci JAMES

La page « intello » ... du CCVJEN

Le sudoku du CCVJen

		3			8	2	4	
9		6	7	4	3			5
	8	4	1			7		
			3			4		
3	5	7				8	9	2
		8			2			
		9			1	6	3	
7			4	9	6	5		8
	6	5	2		9			



Le parcours Fléché du CCVJen



BON ET BRAVE PAS RÉGLÉS	ACCURUE MIAM- MIAM OU BEURK	SIGLE SUSPECT VILLE DE GUELDORE	TROUVA UN JOB BAGARRE	LETTRE GRECQUE SIFLE- MENT	EST EN BOULE ÉCHAS- SIER	MOUTAR- DES DES CHAMPS
IRRECE- VABLE PEINTURE SAINTE			M'AS- TU-VU		PORTEUR DE CHARGE ESTONIEN	
VIVIER D'ALÉ- VINS	MENDÉ- LEVIUM REVENIR				LA VIERGE, EN BREF	INTRA- MUROS MUSIQUE EN BOITE
QUART D'AN SENS DU VENT		APPOR- TES À LA NAIS- SANCE			CONI- FERES VIEUX FRÈRES	SPLÉN- DEUR
POMME (D) MÉCÈNES		PETITE AVANCE RUSÉ	MONT GREC	FERMENT TERME DE BRIDGE		FROMAGE HELVÈTE
PRENDRE EN MAIN BILLET DOUBLE			QUI A ÉTÉ REÇU EN MAÎTRE DÉVORÉ			SYMBOLE CHIMIQUE
ÉCOLE SU- PÉRIEURE			VICTIMES DU FAISAN		CRISE DE GOÛTTES	



Solution prochain numéro

Le savez vous ?

Héros roïde

Lors de la 11ème étape de l'édition 1951 du Tour de France, un coureur suisse, futur vainqueur du Tour, survole l'étape devant ses concurrents dans une échappée solitaire de 135 km. Hugo Koblet, le pédaleur de charme, avait coutume de se donner un petit coup de peigne à quelques km des arrivées afin de se présenter sous son meilleur jour. Mais cette fois-ci, il indiqua que sa performance à l'étape du jour était surtout due à une poussée d'hémorroïde, mal soignée la veille...

Pourquoi utiliser 85 muscles pour faire la queue alors que 3 seuls suffisent pour sourire?

- C'est un Français qui fait du vélo en Belgique.
- Il s'arrête dans une station-service et dit au pompiste :
 - Le plein, SVP.
 - Le pompiste fait semblant de faire le plein.
 - Et vérifiez l'huile, aussi.
- Le pompiste continue de jouer le jeu. Le Français, mort de rire, remonte sur son vélo. A ce moment, le pompiste lui donne une énorme claque.
 - Mais qu'est-ce qui vous prend ? S'écrie le Français furieux.
 - Vous aviez mal fermé votre portière !

NOMBRE JEU DE DES	M	FOI NA TIBELLE COMBAT TIC	S	PSUREC VILLE DU JAPON	P	TETE AU TENDRE COULE OFFICIE	C	EN BR DE LA FACTURE LEVEILLE	T	ARRER FORME MENT PAROIN	T	DU BLIC OU PEUT GRISER	
ENNEM QUI	P	E	T	I	T	S	C	H	E	V	A	U	X
À QUATRE SAIÈRE BOUCHER UN FOUR	C	O	N	S	I	D	E	R	A	B	L	E	
PREMIER RINCES	P	E	R	C	U	JOUR ANNE	I	F	S	TIRE PILTON JOUR SICITE	S	I	R
J	C												
PERMENT LANGAGE POUR REVENIR	A	S	E	S	SEITE BOULE MOISE CLOIRE	S	B	DE FOR TRACTO POMTE	B	E	B	I	S
SEUR DE GARD DEMON TIE	X	M	L	C	U	R	A	C	A	O	L	O	M
DESSEIN MENT	P	I	L	O	T	E	R	E	N	S	O	B	
	D	E	C	O	U	R	A	G	E	N	O	T	E
	R	E	T	R	A	C	E	R	P	L	T	E	S

Solution Octobre

Bon Téléthon

On compte sur vous

