

LE BRAQUET

Cyclotourisme - **VTT**

Bulletin trimestriel de l'Union Vélocipédique Argenteuillaise N° 237 Avril 2011
Espace Nelson Mandela, 82, bd du Général Leclerc 95100 Argenteuil - <http://www.uvargenteuil.fr>

Flèche PARIS-CHERBOURG — Projet Flèche CHERBOURG-PARIS

Stage de mécanique entre cyclotes

Critérium départemental à Saint-Ouen-l'Aumône

Souvenirs de cyclotourisme



UNION VELOCIPEDIQUE ARGENTEUILLAISE

FONDEE EN 1931 SOCIETE N°36 DE LA FEDERATION FRANCAISE DE CYCLOTOURISME,
DETENTRICE DE LA COUPE DE FRANCE en 1952, 1953, 1959
Vélo-Ecole N° d'agrément FFCT 09/319/12

Animée par le bureau directeur

Président

Pierre-Jean SUGIER

4 boulevard Vercingétorix 95100 ARGENTEUIL

Tél. 09 71 56 85 14 - Port. 06 84 73 94 27

courriel : pierrej.sugier@orange.fr

Vice-président

Michel CAHARD

5 allée des Jardins 95100 ARGENTEUIL

(Gestion des licences, cartons : BCN, BPF, VI, bonneterie)

Tél. 09 60 48 85 39

courriel : cahard.michel@orange.fr

Secrétaire

Daniel MOYSAN

2 rue du Clos St-Paul 95210 SAINT GRATIEN

(Fichier adhérents, comité de rédaction « Le Braquet », sécurité)

Tél. 09 81 39 67 54

courriel : daniel.moysan@bbox.fr

Trésorière

Nouria JOYEUX

31 rue de Nancy 95100 ARGENTEUIL

(Gestion finances)

Tél. 01 39 80 57 88

courriel : nouria.keddar@wanadoo.fr

DSCL

Daniel LEVEQUE

121 rue de Calais 95100 ARGENTEUIL

(Expédition du « Braquet », sécurité)

Tél. 01 39 82 11 70

Courrier : daniel.leveque0527@orange.fr

Membres du Comité Directeur

Jacky FORTIN

(groupe « promenade »)

Tél. 01 47 60 10 75

Jean-Louis JOYEUX

(animateur Vélo-Ecole)

Tél. 01 39 80 57 88

courriel : jean-louis.joyeux@wanadoo.fr

Didier LEFEUVRE

(secteur V.T.T.)

Tél. 01 39 82 22 42

courriel : dlef95@yahoo.fr

Georges BOULEY

(groupe du mercredi)

Tél. 01 39 96 12 40

Courriel : gbly@free.fr

Marie-Louise SIMON

(comité de rédaction « Le Braquet »)

Tél. 01 34 10 87 46

courriel : simon.marie-louise@orange.fr

CYCLOS

RENDEZ-VOUS

Tous groupes, départ des sorties dominicales au carrefour des Grandes Fontaines et du boulevard Jean Allemane

- à **8h30** du 1^{er} dimanche de décembre au dernier dimanche de février :
arrêt casse-croûte de 10 heures à 10h30
au rendez-vous indique en dernière page
- à **8 heures** du 1^{er} dimanche d'octobre au dernier dimanche de novembre et du 1^{er} au dernier dimanche de mars
- à **7h30** du 1^{er} dimanche d'avril au dernier dimanche de septembre
arrêt casse-croûte de 9h30 à 10h00
au rendez-vous indiqué en dernière page

RANDONNEES

- horaires variables selon le lieu de la randonnée
(précision sur l'agenda en dernière page du Braquet)

SORTIES CYCLO DU MERCREDI

Georges Bouley : 01 39 96 12 40 — Michel Cahard 09 60 48 85 39
Pour les sorties, à 13h00 au parking face à l'école Volembert, se renseigner auprès des animateurs.

VTT

Didier Lefeuvre : 01 39 82 22 42

Lieu de rendez-vous variable selon la randonnée

GROUPE PROMENADE

Jacky Fortin : 01 47 60 10 75/06 16 29 76 35

Daniel Kossowski : 01 34 10 41 56

Printemps, été : Rv 8h30 le dimanche au Monoprix d'Argenteuil

Automne, hiver : Rv 9h00 le dimanche au Monoprix d'Argenteuil

VELO-ECOLE

Les jeunes inscrits à la Vélo-Ecole se retrouvent tous les samedis après-midi, hors vacances scolaires, de 14h à 16h, à la salle Rino Della Negra 9 rue de Gode à Argenteuil

Jean Louis Joyeux : 01 39 80 57 88

REUNIONS DE CLUB

Voir l'agenda du présent Braquet, jour et lieu variables

ASSEMBLEE GENERALE en principe en décembre

(précision en dernière page du Braquet du 4^{ème} trimestre)

N'oubliez pas ces dates !

3 AVRIL

200 KM RANDONNEURS MONDIAUX

du 22 au 24 AVRIL

PAQUES A LAUDUN-L'ARDOISE

15 MAI

LA RANDONNEE DES ASPERGES

22 MAI

GRANDE SORTIE CLUB

du 2 au 5 JUIN

FLECHE « CHERBOURG-PARIS »

du 11 au 13 JUIN

PENTECOTE A CHATELLERAULT

26 JUIN

PIQUE-NIQUE CLUB

du 2 au 4 JUILLET

VOYAGE ITINERANT : VERS LES SOURCES DE LA MEUSE

ATTENTION

L'assurance 2010/2011 couvrira l'année jusqu'à la fin février 2012

Nous devons ce numéro du Braquet à la collaboration de Marie-Louise Simon (conception & réalisation), Daniel Lévêque (expédition), Daniel Moysan (distribution).
Merci à tous de leur aide précieuse.

Directeur de la publication : Daniel Moysan, 2 rue du Clos Saint-Paul; 95210 SAINT-GRATIEN. Impression et brochage MILLE ET UNE FEUILLES -Beaumont-sur-Oise
(01.30.34.09.09). ISSN : 1951-6649

Crédits photos : © UVA, Michel Cahard, Jean-Louis Joyeux

EDITORIAL

Les vététistes et les cyclos n'ont pas de souci à se faire : la relève est bien là ; les jeunes de l'U.V.A. répondent présent... Ainsi au critérium département quatre d'entre eux furent sur le podium, fiers de leur troisième place bien méritée. Cette journée est essentielle pour développer l'esprit d'équipe, de solidarité et d'entraide. Elle permet au Vélo-Ecole d'échanger avec les autres clubs du département et de mettre à l'épreuve ses savoir-faire et son savoir-être. Pour nous bénévoles, c'est surtout leur enthousiasme et leur volonté qui nous ont fait chaud au cœur. Trois d'entre eux ont été sélectionnés pour le Critérium Régional, nous leur souhaitons tous nos vœux de réussite.

L'autre grand projet auquel nous participons activement est la Semaine Nationale et Européenne des Jeunes qui se déroulera du 9 au 17 juillet 2011 à la base de loisirs des Boucles de la Seine à Moisson (78).

Le soleil printanier qui est déjà là va nous permettre de mettre en place un « permis vélo » avec une partie théorique et une partie pratique sur la sécurité routière... Voilà un domaine où nous devons quotidiennement œuvrer afin de rendre la circulation sur route plus sereine et sans danger. Le risque zéro n'existe pas comme nous l'avons vu un samedi où une voiture a renversé, heureusement sans gravité corporelle, Maxime âgé de 10 ans.

Le 1^{er} mai 2011 sera à mettre dans les annales du Club, puisque nous organisons la première Bourse aux Vélos de l'UVA. Cette bourse aux vélos se

tiendra sur les berges de Seine. Donc faites connaître cet événement autour de vous pour vendre ou acquérir un vélo de ville, VTT, VTC...

Dans la série des bonnes nouvelles, Didier, Georges et Jean-Louis travaillent pour remettre en état ou changer la remorque, ce qui facilitera le transport des vélos.

Notre pique-nique nous réunira une fois de plus le 26 juin et nous pourrons, le 3 juillet, participer à la Fête des Sports pour laquelle le Codep 95 est partie prenante et invite tous les clubs à se joindre à lui.

Les projets des jeunes étant exposés, les cyclos auront également une riche année. Une équipe et quelques individuels s'entraînent ferme pour participer au Paris-Brest-Paris randonneur ou Audax selon la formule choisie. Le week-end pascal verra des Uvaïstes sur la flèche « Vélocio » en direction de la concentration à Laudun l'Ardoise. Plusieurs week-end seront propices à faire du cyclotourisme comme : le 22 mai avec la sortie club sur la journée ; les 2, 3, 4 et 5 juin avec la flèche touristique Cherbourg-Paris ; les 2, 3 et 4 juillet avec le voyage itinérant vers les sources de la Meuse.

Bonne haute saison à tous, menez à bien vos projets.

Sur ces riches moments à vivre et à faire vivre, le Bureau vous souhaite et bien bonnes routes et de bien beaux chemins...

Le Bureau

Flèche Paris-Cherbourg réalisée les 19 et 20 mars

C'est empreint d'un sentiment de liberté que je quitte Paris, par la porte Dauphine samedi matin. Il est 7h30, je prends la direction de Cherbourg par la route touristique.

Je pars en autonomie complète, libre de m'alimenter quand je veux, de dormir où je veux. La seule contrainte que je me suis imposée, c'est de boucler cette flèche avant dimanche soir 20h16, heure de départ du dernier train reliant Cherbourg à Paris et acceptant les vélos.

Bien sûr, cette liberté a des contraintes, le vélo est lesté de 10 à 11 kg. 3 kg pour le porte bagage et les sacoches, et 7 à 8 kg de matériels indispensables à un bivouac confortable par temps sec.

Pour info mon matos est composé d'une toile de bivouac, d'un matelas compact gonflant, d'un duvet (-5°), de vêtements chauds, d'un réchaud et d'une petite bouilloire. L'alimentation est lyophilisée, en tout 3 000 kcal, conditionnée avant le départ pour perdre le moins de temps possible au moment de la préparation des repas.

Je démarre doucement, le temps de me rappeler que le comportement du vélo et l'allure ne sont pas les mêmes avec les sacoches.

La progression est très agréable, une fois les Alluets-le-Roi atteint, le trafic routier devient de moins en moins agressif. Le soleil annoncé par la météo n'est pas au rendez vous. Peu importe, le temps reste agréable.

A 10h40 je suis à Septeuil, premier contrôle. Que des petites routes de campagne, très peu de circulation, vraiment un vrai régal. De

superbes paysages de bocage, de gros bourgs paisibles, de vallées profondes vont se succéder. Je subis de nombreuses côtes à fort pourcentage (8 à 10%). Je roule jusqu'à Cerisy-La-Forêt, 300 kms au compteur, cela suffit pour la première journée. Il est presque 2h du matin, je repère un verger pas très loin du bourg, avec une herbe suffisamment grasse pour accueillir mon tapis de sol. Je dors 3 bonnes heures d'un excellent sommeil récupérateur. Réveillé à 6h, le temps d'avalier un bon repas chaud, je suis sur le vélo à 7h30, je reçois un coup de téléphone d'Eric qui est au rendez-vous au Monoprix ! (cela fait plaisir, nous rigolons un peu et nous nous souhaitons bonne route). Il me reste 112 kms pour atteindre Cherbourg, je pensais y être pour midi, mais c'était sans compter les nombreuses côtes à fort pourcentage, et les différents monuments historiques commémorant les faits d'armes des forces alliées et notamment de la 101^{ème} division aéroportée lors du débarquement du 6 juin 1944. Le parcours longe la plage D'UTAH BEACH, alors bien sûr je me suis arrêté, j'étais sur la route de la liberté...

J'arrive à Fermanville à 13h15, où trouver un point de contrôle n'a pas été évident, puis à Cherbourg à 14h. Le retour par le train s'est fait sans soucis.

Superbe flèche, dépaysante, rafraîchissante, un vrai régal.

Alain Scouarnec



SORTIE AVEC LE GROUPE BALADE

Dimanche 26 septembre 2010, nous décidons Georges, sa femme et moi-même d'accompagner le groupe balade. En effet, Martine, fatiguée, se sentait incapable de partir aux aurores pour rejoindre la randonnée de Mours.

Mais c'est bien aussi la fonction du groupe balade de faire une sortie vélo pour les « pas-en-forme » du week-end.

Nous avons fait ainsi la connaissance d'un nouveau cyclo et de deux nouvelles cyclotes. Antonio (mais celui-ci est Portugais et non pas Italien d'origine), Laurence et Christiane. Nous apprenons avec plaisir qu'ils roulent depuis plusieurs semaines avec le club.

Surprise ! Voilà Félix et Michel Joly qui nous rejoignent au moment où nous partons. C'est non seulement le rendez-vous « tardif » qui les a motivés ce dimanche, mais également leur manque d'entraînement.

En l'absence de Jacky (en vacances au Canada) et de Daniel K., c'est Georges qui

nous sert de guide. Il nous emmène vers Maisons-Laffitte, Montesson où nous suivons les bords de Seine. Puis nous atteignons le Pont du Pecq, Carrières sous Bois, la piscine de St Germain, le camp des Loges, Achères, la passerelle de Conflans pour revenir par la piste cyclable d'Herblay, le viaduc de la Frette et à Argenteuil à midi précise.

Il nous fait monter quelques « raidillons » qu'il affectionne particulièrement et que nos « baladeurs » grimpent sans trop de difficulté. De retour à Argenteuil, nos cyclos ne sont pas peu fiers d'avoir parcourus autant de kilomètres (51 km) et d'avoir montés leur premières « bosses » ardues et surpris de l'avoir réalisé.

Tout ça sans rien perdre de la convivialité qui caractérise ce groupe, puisque nous n'avons pas cessé de discuter avec les uns et les autres.

Merci au « coach » Georges et à bientôt au groupe balade.

Martine, Georges et Nouria



STAGE DE MECANIQUE POUR LES FEMININES D'ILE DE FRANCE

L'UVA a accueilli, ce samedi 22 janvier, une journée initiation à la mécanique organisée par la commission féminine de la ligue Ile de France. Cette journée comptait des cyclistes venues de tous les coins d'Ile de France : Jennifer Mergy du club de Neuilly-sur-Seine, Sophie Arnaudeau de Noisy(78), Nathalie Perrot du CCVexin, Céline Neumeier, Dominique Lalande et Dominique Patrouillaut toutes les 3 de l'US Cergy, Corinne Lenoury de Menucourt, Françoise Taillepiere, Laurence Menu, Marie-Louise Simon, Catherine Pertus, Martine Bouley et Nouria Joyeux d'Argenteuil.

C'est ainsi que le mot « mécanique » a pu prendre tout son sens pour les 13 "cyclotes" réunies à la salle Rino Della Negra autour d'Evelyne l'organisatrice. Trois moniteurs dévoués lui prêtaient main forte : Alain Richardot de Cergy, Philippe Guérineau de Menucourt, rejoint par Bernard Decker l'après-midi, tous ont su, avec patience et attention, défriché les sujets vélo de route et VTT.



Nous avons travaillé par groupe, les attentes des unes et des autres étant différentes. La matinée était dédiée au choix et à la reconnaissance des pneus, le retrait et la remise en place de la roue arrière, au changement de la chambre à air, à la réparation de crevaison. L'après-midi était consacré au maniement des outils indispensables en sortie, au nettoyage des pignons, du plateau, aux produits dégraissants et aux lubrifiants, à l'entretien de la chaîne, au dérive-chaîne, au remplacement des patins, au réglage des freins et des dérailleurs et enfin à la reconnaissance du bruit pour une roue voilée. Quelle ne fut pas notre surprise, et surtout celle d'Evelyne, lorsqu'une féminine toute particulière (Daniel Moysan) vint s'immiscer dans notre formation à la mi-journée ! Petit à petit, les travaux pratiques aidant, nous prenons confiance en nous et portons un



autre regard sur notre petite reine. Comme pour de nombreuses choses, un entretien régulier suffit souvent à parer aux éventuels aléas. Le bilan de la journée est positif : la bonne humeur et la convivialité étaient au rendez-vous et, routières comme vététistes, sont satisfaites de cette formation et sont prêtes à en suivre d'autres. Nous remercions chaleureusement notre organisatrice et nos formateurs pour cette excellente journée.

Martine Bouley et Nouria Joyeux

Randonnée VTT à Sartrouville le 6 février 2011



Trois de nos valeureux juniors : Romain, Anas, Maxime se sont inscrits ce dimanche à la randonnée organisée par le club de Sartrouville. Le temps est plutôt clément pour l'hiver.

Tout le monde est à l'heure pour embarquer les vélos sur la remorque au départ d'Argenteuil.

Dès 8h30 nous partons sur le circuit qui serpente en forêt de Saint Germain, le terrain est sec et plutôt facile. Les 20km sont facilement avalés, nous rajoutons au parcours un peu monotone les bosses qui se situent derrière la piscine de Maisons-Laffitte.

La randonnée est finie, nos trois juniors, tout heureux, gagnent la coupe des plus jeunes et reçoivent les félicitations des organisateurs.

Jean-Louis Joyeux

Critérium départemental à St Ouen l'Aumône le dimanche 20 mars 2011

Chaque année la fédération (FFCT) organise des tournois entre les jeunes de 8 à 18 ans sous le nom de critériums. Ils se déroulent d'abord au niveau départemental (Val d'Oise pour l'UVA), puis au niveau ligue (Ile de France) et pour terminer au niveau national (cette année à Moisson 78).

Les épreuves se déroulent sur une journée et font appel aussi bien aux capacités physiques qu'intellectuelles de l'enfant.

Cette année le CC Vexin (St Ouen l'Aumône) a pris en charge l'organisation, plusieurs adultes de notre club ont donné le coup de main nécessaire au bon déroulement des épreuves : Jean-Claude et Valérie (les parents de Maxime), Jean Pierre (le papa de Valentin), David (le papa de Paul) Serafino, Ludovic, Pierre-Jean et moi-même (les animateurs du club).

Mais place à nos champions, cette année nous avons 7 enfants répartis en quatre équipes :

en moins de 12ans : Théodora et Maxime
Paul et Joris

en moins de 14ans : Anas et Romain

en plus de 14ans : Valentin qui a fait l'ensemble des parcours seul sans accompagnement, les plus jeunes étant encadrés toute la journée par un adulte.

Rendez-vous matinal ce dimanche au parking Volembert, tout le monde est là ou presque, les enfants et les parents sont au rendez-vous, il ne manquera qu'Issam qui ne s'est pas réveillé, dommage pour lui, car la journée s'annonce belle. Les vélos sont embarqués sur la remorque et nous quittons Argenteuil à 8h tapantes.

Au parc des sports de St-Ouen-l'Aumône, les organisateurs nous attendent, les vélos des



enfants sont rapidement contrôlés.

Un briefing rapide présente les activités de la journée :



un circuit road book de 10km le matin longe l'Oise et remonte sur l'Abbaye de Maubuisson pour finir sur un terrain vallonné où se déroulent les épreuves de maniabilité.



Des balises jalonnant le parcours seront autant d'étapes où des questions sur la faune, l'histoire, sont posées.

Au retour, avant le repas un test de mécanique vérifie les connaissances de nos juniors.

Midi approche et les estomacs commencent à réclamer, les clubs se répartissent autour des tables et apprécient une paella en commentant les épreuves.



Le repas fini, les adultes encadrent à vélo les enfants jusqu'à Pontoise où une épreuve d'orientation avec carte conduit nos jeunes à travers bois jusqu'à Livilliers.

Sur ce parcours, d'autres questions attendent les participants.

Le circuit bouclé, tout le monde revient au stade par la route. Le suspens s'installe, le goûter est le bienvenu en attendant le dépouillement des résultats.



Mais chut ! L'annonce des classements commence par les plus jeunes. Je vous livre les résultats de nos équipes de l'UVA.



	Noms/Prénoms	Total Individuel	Classement individuel	Total par équipe	Classement équipe
Plus de 14 ans	FREITAS Valentin	430	9	-	-
13-14 ans	LENOBLE Romain	391	6	785	3
	BOUNOUH Anas	394	5		
Moins de 12 ans	PELLAT Joris	326	21	670	7
	FERRE Paul	344	18		
	SUGIER Théodora	365	12	775	3
	PORTA Maxime	410	2		

En équipe l'UVA a obtenu deux podiums avec des places de troisième, nos autres équipiers n'ont pas démerité, car Valentin obtient une place de 9^{ème} sur 16 et l'équipe Joris / Paul se place 7^{ème} sur 10.

Chacun reçoit un petit cadeau pour sa participation. Remercions aussi les adultes de l'organisation et du club, sans qui cette journée n'aurait pu avoir lieu.

Au retour les enfants, un peu fatigués, commentent cette journée qui restera dans leur souvenir. Tous sont prêts à renouveler cette expérience qui participe à développer et partager la passion du vélo chez les jeunes.



Jean-Louis Joyeux

A BICYCLETTE : INITIATION, SOUVENIRS, HOMMAGES

J'ai l'âge des souvenirs...et de la nostalgie. Depuis mon adhésion au club, en 1966, j'ai aimé raconter, dans « Le Braquet », les randonnées et voyages auxquels j'ai participé. Mon activité professionnelle ne m'a pas toujours laissé le temps de le faire. Et puis, il y a la période précédente, « avant l'U.V.A. », celle des premières « expériences ». Je sollicite ma mémoire, voire quelques notes et repères, dans cette vision rétrospective.

1 – St Honoré – Vézelay et retour, en 1951 (ou 52).

La promenade à bicyclette, une « passion » partagée avec mon frère Claude, grands adolescents, pendant les vacances d'été passées à St Honoré (Nièvre) et jusqu'alors, en concurrence avec le tennis. Après être allés à Decize (35 km), puis à Nevers (70 km), distance double avec le retour...Vézelay, à 90 km, devint un objectif sérieux ; car le parcours, en Morvan, est plus « accidenté » que les précédents...et comporta un détour par Avallon...sous forte chaleur. Lors du pique-nique, nous avons eu le tort de boire du



Vezelay

vin ! Nous sommes revenus épuisés, mais heureux et conquis par cette activité de loisir associant : effort, contact avec la nature, découverte d'un lieu prestigieux. A côté du panorama et du charme du village, la visite de la basilique, bien que brève, fut un enchantement. Ce déplacement de la journée contribua à notre initiation au voyage à bicyclette.

2 – St Honoré – Sarlat et retour, en juillet 1952.

L'aller : j'ai relié ces deux villes distantes de 400km en deux jours, passant à partir de Moulin-sur-Allier par la N9, jusqu'à Clermont-Ferrand ; puis par la N89, jusqu'à Brive, par Ussel et Tulle. Les routes n'étaient pas

fréquentées comme aujourd'hui ! A la sortie de Clermont-Ferrand, ai-je bien suivi la N89, ou emprunté, une voie directe, en forte déclivité atteignant le lieu d'accès au Puy de Dôme ? Toujours est-il qu'à Rochefort-Montagne, impressionné par le profil (les « chevrons » sur la carte routière), fatigué et déshydraté (défaut d'expérience !), soucieux d'être en mesure d'atteindre Sarlat, le lendemain, comme annoncé à mes proches (l'accès au téléphone était beaucoup moins aisé !), j'ai emprunté un car rural, sur 25 km, jusqu'à Bourg-Lastic. La chambre du modeste hôtel n'était éclairée que par un vasistas, et le repas frugal...pour un randonneur cycliste. Du plateau auvergnat à Brive, la route est plutôt descendante ; si bien que j'arrivais à Sarlat à l'heure du goûter. Quelques kilomètres avant, je faisais jonction avec mon frère, qui venait de Sarlat à ma rencontre (prévue...à Brive). Il était à la fois un peu déçu du bref côtoiement...et très satisfait de mon comportement !

Le retour, une semaine plus tard, mon frère et moi effectuions le même parcours, en sens inverse : déjeuner à Ussel et étape à Laqueille, site élevé de la Haute-Auvergne, village et gare desservant les stations thermales du Mont-Dore et de La Bourboule. De Sarlat à Laqueille, « j'ai trouvé le parcours plus dur qu'à l'aller » atteste une carte postale du 26-7-1952 !

Ultérieurement, j'effectuais plusieurs fois (en 1954, 74, 75, 81, 2001...) le parcours Nevers Sarlat (350 km), avec des variantes d'itinéraire. En 1974, l'hôtel de la Goutelle accueillait une noce. Je n'ai pas dormi de la nuit !

3 – Tour du sud-ouest, en juillet 1953, avec mon frère.

...C'était l'époque d'une grande popularité du Tour de France... « L'avènement » de Louison Bobet...si l'on n'avait pas écouté le reportage de l'arrivée de l'étape, à la radio, on pouvait connaître le classement affiché sur une ardoise au café du coin. Ce n'est que plus tard que, « dans le café qui avait la télé » on ira regarder « en direct » l'arrivée de l'étape. Nous préparons un itinéraire à étapes d'une semaine depuis Sarlat, par Toulouse, Luchon, Pau, Belin (Landes), Bordeaux (130 à 180 km par jour). A Toulouse, chaleureux accueil prévu chez des cousins. A Bordeaux, des amis de ma mère nous hébergent, touchante

délicatesse, dans leur propre chambre ! Ailleurs, étape à l'hôtel. A Pau, nous nous sommes « égarés », à l'hôtel Bristol, où un serveur, à l'ancienne, « prépare le poisson dans l'assiette de ces messieurs ». La dépense modeste de l'auberge de Belin rétablit l'équilibre du budget. La magnificence des paysages de « hautes montagnes », la découverte des « cols » nous séduisent, comme la liberté d'entreprendre...et de réussir, facilement un beau voyage.

Anecdotes : A la sortie de Cahors, sur la N20, les gendarmes vérifient l'attestation d'imposition fiscale sur les bicyclettes et la plaque d'identité fixée sur le cadre. A l'arrivée, à Toulouse, nos cousines, mère, sœur et fille nous « accablent » de questions sur les péripéties du voyage, les nouvelles familiales...tandis que notre cousin...plein de bon sens ! Tonne de sa voix grave : « donnez leur à boire et laissez-les donc prendre une douche » !

4 – Paris – Nevers (235 km)...année ? Avec mon frère.

Le projet était Paris – St Honoré dans la journée, soit 300 km.

Porte d'Italie...c'est la nationale 7, chantée par Charles Trenet, la forêt de Fontainebleau, la longue traversée de l'agglomération de Montargis, Briare et son pont-canal...nous prenons le repas de midi à la sortie de Cosnesur-Loire...à portée de vue, de l'autre côté de la Loire, un lieu dit : « les Fouchards », commune de Boucleret. C'est le berceau de ma famille paternelle !

Une douleur tenace du genou de l'un de nous nous contraint à prendre le train pour arriver à St-Honoré. Nous manquons d'expérience...ou d'audace !

5 – Découverte des Alpes. Le Galibier. En 1955, avec mon frère.

En cette année là, ma grand-mère avait acheté, pour un prix modique, à des collègues et amis enseignants et retraités, leur « vieille » 201 (« âgée » de vingt ans et qui avait peu roulé) : 3 vitesses, 60 km/h en plat, 25 en côte. Mon frère l'avait repeinte au pinceau, équipée d'une « galerie » sur le toit pour fixer les bicyclettes...à nous les « grands » voyages et le projet d'aller gravir, à vélo, le mythique Galibier. Dans la vallée de l'Isère et de l'Arc, en direction de St-Jean-de-Maurienne (où nous comptons dormir dans la voiture) nous prenons en stop, un homme...avec la précaution (les journaux avaient relaté

quelques agressions de la part d'auto-stoppeurs) que l'un de nous, assis à l'arrière de la voiture ait à portée de main, une bouteille vide en verre, à usage éventuel de matraque ! L'homme s'assoit à l'avant : il est aimable ; cultivé, nous fait connaître l'histoire et la géographie de la vallée que nous parcourons : la Maurienne. Il est professeur dans un collège privé à St-Jean. Nous lui confions notre projet. Spontanément, il propose de nous héberger pour la nuit dans le collège, d'autant que l'orage menace « souvent violent dans notre région » dit-il. Il obtient, non sans mal, de la religieuse responsable l'accès au dortoir du pensionnat (mais « sans drap ») ; et nous indique un petit restaurant, à la mesure de notre bourse : « chez Clapier » (!) où « opèrent » mère, grand-mère et fille. Le diner est correct et l'orage mémorable ! Au matin, le ciel était bleu ; le soleil au rendez-vous.

La montée au Galibier, par Valloire (jusqu'au tunnel ou au col, je ne saurais préciser) nous laissera un profond souvenir...avec invitation à récidiver...tout comme l'accueil spontané offert par l'homme rencontré. Pendant une semaine, nous avons « pérégriné » à bicyclette sur les routes de Savoie et Haute-Savoie, effectué le tour du lac Léman, la rive suisse particulièrement belle, parcouru la vallée de Chamonix, admiré Annecy et le tour du lac (y compris usage du pédalo...). A la frontière franco-suisse...« plombage » pour identification des vélos ! Le cas échéant, hébergement nocturne dans la voiture garée sur une place de village ; avec toilette dans un torrent et rasage au « râteau ». Courbatures...quelquefois !

6 – Autour de Grenoble et Vizille (1956).

L'année suivante, Claude et moi, allons en voiture vers Grenoble. Par hasard, nous faisons étape dans un petit hôtel de Vizille, à 15 km des Grenoble où siège un château, résidence d'été des présidents de la république (René Coty y fit plusieurs séjours). Très bien accueillis par Mme et



M. Trous (chambre modeste, table de grande qualité) ; à des prix sans concurrence...et avec suppléments offerts à la plupart des repas...nous restons une semaine ! Les randonnées à bicyclette « en étoile », furent particulièrement touristiques. Citons : la val de la Romanche, le lac Chambon, le col du Lautaret, Briançon, Laffrey (son lac et la statue de Napoléon)...et la route éponyme, à son début, le col du Luitel, « une sente de chèvres » selon le journaliste de « l'Equipe », où nous attendîmes le passage de Charly Gaul et des coureurs du Tour de France pendant



3 heures, soumis à un sérieux « coup de soleil »... La Chartreuse, ses forêts, ses barres rocheuses, le monastère où l'on accédait encore ; enfin, sur la route du retour (en voiture), Aix-les-Bains et le lac du Bourget, Cluny, ex-abbaye la plus vaste de la chrétienté.

7 – L'Auvergne en permission militaire en 1960.

Mon frère et moi, tous les deux « sous les drapeaux », l'un en France, l'autre en Algérie, avons pu faire coïncider nos dates de permission et avons sillonné les routes de la Haute-Auvergne, pendant 4 ou 5 jours. Nos vélos à la main, nous avons pris la Michelin à Sarlat (ligne Bordeaux – Aurillac) ; puis, après changement de train, sommes descendus, vers 22h, à Neussargues, à une soixantaine de km, au nord d'Aurillac, au pied des monts du Cézallier. Soucieux de notre petit budget, nous avons dormi dans la salle d'attente, avec l'assentiment du chef de gare, qui ferma à clé la porte extérieure.

Avec un petit sac à dos, sur nos bicyclettes, nous avons découvert collines et vallons, planèzes et puys, gorges et pitons rocheux,

forêts et rivières ; plus précisément, St-Flour et sa cathédrale, les gorges de l'Allier (autour de St Privat et Monistrol) et sa haute vallée, Le Puy : ses éminences volcaniques, la cathédrale, le cloître, la statue de Notre-Dame de France, le plateau de Saugues, sa belle église et l'âpre nature environnante. Malgré l'absence d'entraînement, nous avons retiré de cette « escapade » beaucoup de plaisir et un sentiment de liberté, sur des routes très peu fréquentées, traversées paisiblement par les vaches, à l'heure de la traite ; un gamin brandissant fièrement le drapeau rouge réglementaire. Avons-nous découvert l'exceptionnelle abbaye de La Chaise-Dieu, lors de ce voyage...je ne saurais l'affirmer.

8 – Le tour du Mont-Blanc, en 1964.

...C'était encore avant l'U.V.A. et la « découverte » du « cyclotourisme » (institutionnel !). Le parcours est effectué à partir de Bourg-St-Maurice : petit St-Bernard, Aoste, grand St-Bernard, Martigny, col de Forclaz, Chamonix, Megève, Albertville, Moutiers. La station de la Rosière a pour emblème une chaise-longue !

Sur le versant italien du premier col, au-dessus de Courmayeur, le Mont-Blanc apparaît très proche. Les villages du Val d'Aoste, où l'on parle français, sont attachants enserrés dans la forêt. Puis, quel contraste entre « les plus de 4000 » alentour, les arbres fruitiers de la vigne. A Aoste, je me souviens d'une (trop) longue flânerie...la montée du grand St-Bernard offre un grand attrait couronné par l'arrivée à l'hospice, le petit lac adjacent et les chiens « sauveteurs ».



La longue descente dans le Valais laisse admirer de superbes horizons. L'ancienne route de la Forclaz est fort pentue et traverse plusieurs hameaux. A mi col, un panneau « l'auberge du drapeau suisse ». Je demande...asile ! Epuisé et surtout

déshydraté, (à l'estime, j'ai perdu 5 kg dans la journée...et avais peine à me regarder dans une glace). Pour tout diner, je sollicite du lait...et du sel! Le chalet isolé, n'avait pas l'électricité. J'ai bu de l'eau pendant la nuit, ayant quelque mal à trouver le lavabo! Le « petit » déjeuner fut triplé!

Réconforté, j'abordais la vallée de Chamonix par Vallorcine, le col des Montets et Argentière; bientôt Megève, ses hôtels luxueux, le mont d'Arbois, le Val d'Arly, parcours descendant. A partir d'Albertville, je « remonte » la Tarentaise avec Moutiers et l'embranchement signalé des nombreuses stations de sport d'hiver (la voie rapide, sera construite à l'occasion des jeux olympiques d'hiver d'Albertville). Ce tour du Mont-Blanc s'inscrit parmi les beaux parcours de montagne, français ou limitrophes, avec le couple du B.R.A. (brevet randonneur alpin), Galibier et Croix de Fer, et la montée de l'Iseran (surtout côté Bonneval).

Depuis 1966 et mon adhésion fortuite à l'U.V.A. au décours d'un « Paris-Brest randonneur » effectué en « individuel »...trois « événements » de ma vie de cyclotouriste méritent mention ou rappel.

9 – Bayonne – Luchon, en juin 1967.

Je suis invité à Bayonne pour participer à la prestigieuse randonnée, par un compagnon (fortuit) de mon premier « Paris – Brest » qui deviendra un très cher ami, André Brillaxis; qui, cette année là, réalisa le meilleur temps des plus de 60 ans!

Le départ de la randonnée a été donné à 16h par Eugène Christophe, concurrent d'un des tout premiers Tour de France, qui s'illustra en réparant sa fourche brisée à Ste Marie de Campan. 10 km après le départ, Robert Marie, béarnais, membre de l'U.V.A. (grand ami de Maurice Lelong) vit « un gars qui tenait une manivelle à la main, ce qui est assez peu commun », (« Le Braquet », mars – avril 1968). C'était moi! (il ne me connaissait pas). Un automobiliste compatissant me ramène à Bayonne. La manivelle changée, je pars...seul, avec un handicap de 2 heures?

Je progresse assez vite avec l'espoir de rejoindre « les derniers » participants, à la faveur du contrôle – repas à Tarbets. Je retrouverai des compagnons avec lesquels je ferai route de nuit. L'aube se devine au

sommet de l'Aubisque; et je pointe au Tourmalet, à 11h.

A Ste-Marie-de-Campan, vers midi, je suis à 50 km de Luchon...mais deux cols, Aspin et Peyresourde, m'en séparent. La conjonction de la fatigue, de la chaleur, le « spectre » de la mort récente de Tom Simpson sur les pentes du Mont-Ventoux...et la crainte de manquer l'heure du train de retour de Luchon vers Paris (avant 20h?) me décident à l'abandon. Je vais prendre le train pour Paris à Bagnères de Bigorre.

En 1969, j'effectuais, avec beaucoup de plaisir, ce brevet, terminant facilement vers 16h (soit 24h, pour les 325 km). Monsieur Brillaxis assurait grâce à des proches, mon retour en voiture à Bayonne en fin d'après-midi.

10 – Paris – Nice, en 1968.

Brevet Audax 1 000 km en 3 jours: Paris – St Etienne (500 km le 1^{er} jour), St Etienne – Salon-de-Provence (270 km le 2^{ème} jour), Salon – Nice (230 km le 3^{ème} jour).

C'était mon premier brevet de longue distance en groupe, avec les membres de l'U.V.A. sur un superbe parcours (récit dans « Le Braquet »). Il fut effectué avec Hélène et Maurice Denise, Louis Trapat, Louis Schena, Maurice Lelong, à allure imposée: 22,5 km/h, avec, c'était je crois la première fois, protection par un groupe de gendarmes motocyclistes (ceux-là même qui « accompagnaient » le Tour de France cycliste), nous étions accompagnés par « Milo », l'épouse de Maurice Lelong et Mme Pinard (dont le mari pédalait). Elles furent vigilantes et prévenantes lors des « arrêts ». Les deux diners à St-Etienne et Salon-de-Provence laissent de forts souvenirs, avec le dynamisme des participants, l'entrain et



Salon de Provence

l'humour, en particulier de Louis Trapat. Hélène et Maurice Denise, en tandem, eurent de gros ennuis mécaniques, mais purent, à

chaque difficulté, revenir sur le groupe, avec l'accompagnement d'équipiers du club. Le premier jour à partir de Gien, le parcours restait assez près du cours de la Loire ; le second, du Rhône, après la montée matinale du col de la République ; le 3^{ème} jour,



particulièrement touristique et vallonné, par Barjol, Draguignan et Grasse permettait d'espérer le succès de l'entreprise. A Nice, la dislocation du groupe, vers 18h, était empreinte de nostalgie.

11 – Les vingt quatre heures de Paris, organisation d'un club de Levallois.

460 km, dont 60 à allure libre, chronométré, après 400...en principe en groupe. J'ai participé, sauf erreur, 4 fois : 1967, 1968, 69 et 73 sur des parcours variés. Châteauneuf-en-Thymerais, Bellême, Savigny-sur-Braye, Ouzouer-le-Marché, Allaines, Buc.

Nanteuil-le-Haudouin, Villers-Cotterets Braine, Epernay, Sézanne, Melun, Etréchy, Buc.

Orgerus, Evreux, Pont-Audemer, Vimoutiers, Mortagne, Laons, Orgerus.

Une année, j'ai déploré 4 crevaisons ! En 1973, j'ai côtoyé Camille Renier, membre de

l'U.V.A. quelques semaines avant son décès sur route, au cours d'un « mer – montagne ». Et la même année, mon frère est décédé également à vélo, sur une route du Vexin, écrasé par un conducteur automobile alcoolisé, et qui prit la fuite.

Je ne cherchais assurément pas un « classement » dans ce type de randonnée. L'important pour moi était de terminer « dans les temps ». Je me souviens, pourtant, avoir doublé dans la côte de Beynes, Roger Baumann, littéralement épuisé, « un monsieur du cyclo-sport », aux « records » nombreux.

J'achève ces évocations de randonnées et voyages (dont certains remontent à plus de 50 ans) en rendant hommage à tous ceux qui ont fait route avec moi ou encouragé, et dont un certain nombre sont aujourd'hui disparus. Beaucoup m'ont conseillé utilement, aidé moralement, assisté matériellement, voire nourri...et accompagné ou mieux précédé (face au vent). Ils m'ont fait connaître des parcours touristiques, de vastes horizons ou de plus intimes richesses naturelles, guidé vers la connaissance de l'énorme patrimoine de notre pays, ses artisans, ses « mainteneurs » ou ses amoureux ; fait découvrir la diversité et l'attrait des différentes régions traversées et, un peu, de la personnalité de leurs habitants ; et cela dans la gratuité par similitude ou parenté de conception, harmonie de vision, par l'usage et la pratique de la bicyclette, « saveur » partagée ; souvent aussi par amitié.

Jean Fouchard

FLECHE CHERBOURG - PARIS

Notre ami Georges nous a proposé une flèche pour le long week-end de l'Ascension soit du 2 au 5 juin prochain. Il a choisi celle ralliant Cherbourg à Paris longue de 412 kms. La formule proposée est en totale autonomie, c'est-à-dire qu'on emmène les bagages sur le vélo.

Il n'y a pour l'instant que 5 participants : Martine et Georges Bouley, Daniel Moysan, Nadine et Alain Gestin. Les hôtels sont retenus, il n'y a plus qu'à pédaler.

Pour se rendre à Cherbourg, nous irons, le jeudi 2 juin, prendre le train à la gare St Lazare, bien sûr, à bicyclette. Des billets PREM'S ont été achetés pour la circonstance. Le départ est prévu à 8h13 pour arriver à Cherbourg à 11h30 avec casse-croûte dans le train et petit café au buffet de la gare avant le départ vers 12h00 pour une étape de 80 kms vers Carentan (50).

Vendredi 3 juin, 130 kms nous amèneront à Potigny (14), puis le 4, après 120 kms, nous serons à Dreux (28), enfin l'arrivée sur Argenteuil se fera le dimanche 5 juin après 110 kms de randonnée.

Cette flèche passera par les départements de la Manche, du Calvados, de l'Eure, de l'Eure et Loir avant d'arriver en Ile de France.

Le dénivelé total de ces 4 jours est 2 511 m. Quelques sites BCN, BPF sont accessibles comme :

Orbec (14), église, chapelle de l'hospice, maison et hôtel dieu du 15^{ème} siècle.

Thury-Harcourt (14), église du 13^{ème} siècle et site de la ville.

Balleroy (14), son château aux peintures remarquables, le musée des ballons.

Le site de **St Vaast la Hougue** (50).



Le Port de Cherbourg



Le fort de St-Vaast-la-Hougue



La Suisse normande



Eglise de Thury-Harcourt

Rappel de l'agrément de l'école de cyclotourisme

Définition L'école de cyclotourisme est une structure d'encadrement qualifiée pour les jeunes âgés de 8 à 18 ans licenciés au club. La délivrance de l'agrément fédéral est accordée pour une durée de 3 années.

Pour l'ouverture et l'animation de l'école de cyclotourisme, l'équipe d'encadrement comprend au minimum un initiateur route ou VTT (niveau 2 des éducateurs fédéraux FFCT). D'autres initiateurs, ainsi qu'un ou plusieurs animateurs, complètent l'équipe. La responsabilité de l'école est confiée à l'initiateur ayant effectué la formation de la 5^e journée consacrée à l'organisation, l'animation d'une école de cyclotourisme et l'encadrement de mineurs. Cet initiateur coordonne les activités des autres cadres et supervise la progression pédagogique.

Formalité administrative : déposer un dossier auprès de la FFCT (commission nationale de formation). Pour obtenir le

n° d'agrément et bénéficier du tarif préférentiel et de la couverture assurance "école de cyclotourisme", le dossier d'agrément FFCT comprend :

- Le formulaire d'agrément
- La signature du président de club et de l'initiateur responsable
- Le projet pédagogique de l'école,
- La liste nominative des cadres fédéraux formés et l'année d'obtention du diplôme.

L'enfant inscrit à l'école doit fournir chaque année au club une autorisation parentale et un certificat de non contre-indication à la pratique du cyclotourisme.

Suivi de l'activité : un compte rendu annuel d'activités sera adressé au délégué régional "jeunes". Encadrement : sur le terrain le groupe n'excédera pas 12 jeunes encadrés par 2 cadres fédéraux (moniteur, initiateur, animateur) aidés exceptionnellement d'adultes expérimentés licenciés au club).

Jean-Michel Richefort



BOURSE

Dimanche

1

Mai 2011

aux

Vélos

de 12 h à 19h

Argenteuil

Voie sur berges, stand UVA

(près stade Alain Mimoun)

Dépôt des vélos en état de marche

le dimanche 1er mai de 9h à 12h.

Organisation et renseignements :

UVA - Union Vélocipédique Argenteuillaise



06 15 04 66 14
www.uvargenteuil.fr



AGENDA

N'hésitez pas à consulter le site web UVA afin de vérifier si les informations ci-dessous sont toujours exactes au moment de l'activité : <http://www.uvargenteuil.fr> ainsi que le Forum pour les départs anticipés de dernière minute des cyclistes qui souhaitent rouler et rentrer tôt : <http://forumuva.dynalias.org/>

Lorsqu'il existe une randonnée, celle-ci est généralement préférée la sortie club, ne vous trompez pas d'horaire, celui-ci peut-être différent de celui de la sortie club. Les frais d'inscription aux randonnées des clubs, sauf plateau repas pour les longues randonnées, sont pris en charge par le club.

CYCLOTOURISME



Le groupe promenade se retrouve chaque dimanche et jour férié au Monoprix d'Argenteuil à 9h00 en basse saison et 8h30 en haute saison pour un parcours facile en fonction des présents.

Samedi 16, Dimanche 17 avril

BRM 300 km (C.C.Mours). Maison des associations, rue de Nointel à Mours. Accueil de 4h à 5h le 16/04. Retour jusqu'à 01h le 17/04. 300 km. **Inscription par avance**, contact : jmctout@neuf.fr

Dimanche 17 avril

La Menucourtoise (AS Menucourt). Salle polyvalente, 7 allée de la plaine à Menucourt. Accueil de 7h à 9h, retour jusqu'à 14h30. 40, 70 ou 100 km. **Monoprix 7h ou 8h sur place.**

Du 22 au 24 avril

Flèche Velocio, arrivée à Laudun l'Ardoise.

Du 23 au 24 avril

Trace Velocio, arrivée à Laudun l'Ardoise

Dimanche 24 avril

Randonnée des lacs « souvenir Jacques Salvant » (CL Enghien). Salle des fêtes à Enghien. Accueil de 7h30 à 9h30, retour jusqu'à 14h. 55, 75, 95 ou 125 km.

Monoprix 7h. Parcours accessible au groupe promenade

Samedi 30 avril

Frepillon – Gerberoy – Frepillon (CS Frepillon). Salle des fêtes à Frépillon. Accueil de 6h30 à 8h30, retour jusqu'à 19h. 100, 150 (départ et arrivée à Amblainville), 200, 220 km. Plateau repas à Gerberoy 13€.

Dimanche 1 mai

La Frepillonaise route (CS Frepillon). Maison des associations à Frépillon - Accueil de 7h à 9h, retour jusqu'à 14h. 45, 75 ou 100 km. **Monoprix 7h.**

Vendredi 6 mai

Réunion amicale de club, à 20h à la salle Rino Della Negra, 9 rue de Gode

Du 7 au 8 mai

BRM 400 km (C.C.Mours). Maison des associations, rue de Nointel à Mours. Accueil de 14h à 15h le 07/05. Retour jusqu'à 17h le 08/05. 400 km. **Inscription par avance**, contact : jmctout@neuf.fr

Dimanche 8 mai

La Jacques Daguerre (ACS Cormeilles). Gymnase Alsace-Lorraine à Cormeilles en Parisis. Accueil de 7h à 9h30, retour jusqu'à 14h30. 52, 73, 90 ou 115 km.

Monoprix 7h. Parcours accessible au groupe promenade

Dimanche 15 mai

La randonnée des Asperges (U.V.A.). Salle Rino Della Negra, 9 rue de Gode à Argenteuil. Accueil de 7h à 9h, retour jusqu'à 15h. 50, 75, 100 ou 125 km.

Parcotrain de la gare de Presles-Courcelles, route de Nointel. Accueil de 8h à 10h, retour jusqu'à 13h30. 55 ou 80 km.

Du 21 au 22 mai

BRM 400 km (A.C.P.). Stade de la remise aux fraises-cours de l'arche Guédon D217b à Noisiel. Accueil de 16h à 17h le 21/05, retour jusqu'à 19h le 22/05. 400 km. **Inscription par avance**, contact : michel.carriere@audax-club-parisien.com

Dimanche 22 mai

Sortie club libre, **7h30 Monoprix.**

Sortie club vers Rambouillet, pique-nique tiré du sac. 150 ou 170 km. **Monoprix 7h30.**

Du 28 au 29 mai

BRM 600 km (C.C.Mours). Maison des associations, rue de Nointel à Mours. Accueil de 6h à 7h le 28/05. Retour jusqu'à 22h le 29/05. 300 km. **Inscription par avance**, contact : jmctout@neuf.fr

Dimanche 29 mai

Tous en selle (U.S.Maisons-Laffitte). Ccs 99 rue de la Muette (à côté de la piscine) à Maisons Laffitte. Accueil de 7h30 à 9h30, retour jusqu'à 13h30. 55, 80 ou 105 km. **7h Monoprix.**

Du 2 au 5 juin

Flèche de France (ACP). Cherbourg – Paris 412 km

Dimanche 5 juin

Sortie club, 40, 70 ou 90 km. **Monoprix 7h30**

Ou **Les vallées Seine et Marnaises (C Pontault cyclo).** Gymnase J.Auriol, rue des Prés St Martin à Pontault-Combault (77). Accueil de 6h à 9h, retour jusqu'à 16h. 50, 80, 110, 150 km.

Dimanche 12 juin

Randonnée de la Viosne (A Cycliste vallée de la Viosne). ZI Marines à Marines. Accueil de 7h à 9h30 retour jusqu'à 13h30. 50, 85 ou 110 km. **Sur place 8h.**

Dimanche 19 juin

L'Adamoise (C.C.Isle Adam). Gymnase Amélie Mauresmo à L'Isle-Adam. Accueil de 7h à 9h, retour jusqu'à 14h. 50, 85 ou 110 km. **8h sur place.**

Vendredi 24 juin

Réunion amicale de club, à 20h à la salle Rino Della Negra, 9 rue de Gode

Dimanche 26 juin

Pique-nique club. Dans le même esprit que l'an dernier, informations à venir.

Du 2 au 4 juillet

Voyage itinérant club vers les sources de la Meuse. Départ le samedi 2 juillet à 7h, retour le 4 en fin de journée. Inscription souhaitée au 15 mai auprès de Daniel Moysan. 0981396754 daniel.moysan@bbox.fr

Dimanche 3 juillet

Sortie club libre. **7h30 Monoprix.**

Du 9 au 13 juillet

BRM 1000 km (C.C.Mours). Maison des associations, rue de Nointel à Mours. Accueil de 20h à 21h le 9/07. Retour jusqu'à 23h le 13/07. 1000 km. **Inscription par avance**, contact : jmctout@neuf.fr

VTT



Rendez-vous au parking face à l'école Volembert, L'heure de départ sera indiquée sur le forum du club à partir du vendredi soir.

Dimanche 17 mai

La domontoise (U.C.Domont). Parc de la mairie à Domont. Accueil de 8h à 9h30, retour jusqu'à 13h30. 25, 35 ou 50 km.

Dimanche 1 mai

La faut pas mollir (A.C.plaisiroise). 275 av. François Mitterrand à Plaisir (78). Accueil de 7h à 9h, retour jusqu'à 15h. 45 ou 90 km.

Dimanche 8 mai

Randonnée de l'Ysieux (A.C.Marly la Ville). Salle des sports Lucien Jean à Marly la Ville. Accueil de 7h à 9h, retour jusqu'à 14h. 15, 25 ou 40 km.

Dimanche 22 mai

Seine en selle (CoDep 78). Soit base d'aviron de Mantes la Jolie, soit au Pecq Bd de la libération, soit à Andresy selon la distance choisie (Chemin de Halage). Accueil de 8h à 9h30, clôture à la base de loisirs de Verneuil-sur-Seine 17h. 18, 30 ou 45 km

Dimanche 5 juin

Le raid des 4 forêts (C.S.Frépillon). Maison des associations à Frépillon. Accueil de 7h30 à 9h30, retour jusqu'à 14h. 30, 50, 70 ou 85 km.



JEUNES

Les jeunes inscrits à la Vélo-école se retrouvent tous les samedis après-midi, hors vacances scolaires, de 14h à 16h. Rendez-vous à la salle Rino Della Negra, 9 rue de Gode à Argenteuil.

Samedi 30 avril

Reprise des cours

Vendredi 6 mai

Réunion amicale de club, à 20h à la salle Rino Della Negra, 9 rue de Gode. Les parents sont invités

Du 15 et 16 mai

Critérium régional à Dammartin les Lys (77), pour les plus de 13 ans qui ont été sélectionnés au critérium départemental

Samedi 25 juin

Dernière séance d'entraînement de la saison.

Dimanche 26 juin

Pique-nique club. Dans le même esprit que l'an dernier, parents et enfants sont invités. Informations à venir.

Du samedi 9 au dimanche 17 juillet

Semaine jeune à Moisson (78) voir les détails sur le site de la FFCT.

Derniers délais pour les inscriptions auprès de JL Joyeux : 21 mai



L'U.V.A

Organise le



Dimanche 15 mai 2011

La Randonnée des Asperges

entre
Parisis et Thelle
Deux départs

Argenteuil

Salle Rino della Negra
de 7h00 à 9h00

50 km

80 km

100 km

120 km

Presles

Parcotrain gare de
Presles Courcelles
de 8h00 à 10h00

60 km

80 km



Renseignements - Informations
Internet: www.uvargenteuil.fr
TEL: 01 73 65 50 49 - 09 60 48 85 39

Ne pas jeter sur la voie publique

