

Quoi de neuf ?



Le journal de l'Asptt Agen Cyclo



Juillet 2021

Bonjour à tous,

Tout d'abord, je renouvelle mes félicitations et ma reconnaissance à tous les adhérents qui s'impliquent dans la vie du club. Tant sur le plan associatif (l'intérêt que vous avez porté à notre AG via le vote électronique) tant sur le plan humain (présence aux cérémonies pour nos adhérents disparus cette année). Sans vous nous ne serions rien, merci à tous !

Et bien nous voilà repartis pour une nouvelle année qui ressemble un peu à ce que nous avons vécu en 2020. Aaaaarrh ! Quelle poisse....bon, allez Hop ! Positivons !!!!!!!!!!!!! et faisons des choses simples mais enrichissantes. Il nous tarde le prochain dé-confinement pour vous proposer des sorties à thème et, conviviales où nous pourrions nous retrouver tous. Youpi !

Le premier trimestre s'est passé malgré tout avec une forte participation dans chaque groupe. Le temps nous gâte pour notre sport favori et, avec la limitation des déplacements dans le rayon des 10Kms, nous avons tous découvert des routes, près de chez nous, que nous ne prenions jamais ou, rarement ! Certes quelques boucles répétitives mais le plaisir d'être ensemble, à vélo.

Coté news tandems, Colette progresse de semaine en semaine, bravo à elle, nous arrivons à faire des côtes et des parcours de 50 kms et plus ! C'est vrai que nous sommes entourées d'une belle équipe qui nous motive ! Jean Marc et Nelda sortent aussi régulièrement.



Jeanine Brotto
(Présidente du club)

Les divers accidents survenus lors des sorties, n'ont été pas trop graves. Philippe Gimenez se remet lentement de ses blessures et nous lui renouvelons notre soutien et un prompt rétablissement.

Soyez prudents et, surtout, n'oubliez pas les consignes de sécurité préconisées par Jean-Pierre et les formations PSC1 qui peuvent nous être bien utiles dans ces situations. Nous ne manquons pas de vous en proposer annuellement. Il faudrait que chacun de nous soit formé, c'est important !

Allez passons à notre *Quoi de Neuf* que vous appréciez tous ! Pour cela vous avez rédigé des récits, des anecdotes, des conseils ... que Dianick et Richard mettent en page.

Tout est bon pour *Quoi de Neuf* !

Bonne lecture et, profitez des bons moments qui nous sont donnés !

Jeanine

SOMMAIRE :

- Le Mot de la Présidente
- L'Edito de Dianick
- Tandem : une longue histoire de partage
- Du miel et de la lavande au pays de « Clerc »
- Journée de la tulipe
- Retour d'expérience
- Brèves de comptoir : la cuite du père Zaaf
- Paris-Roubaix 1929
- Bienvenus au pays de l'Ovalie
- Handicap et convivialité
- Le périple de Jacques Sirat
- Séquence souvenir : l'ASPTT au soleil de Provence
- Tout sur le pneu



L'Edito de Dianick

Nous sommes enfin sortis de cette longue hibernation où nous a plongés la covid. Une libération conditionnelle enfin acceptée, mais toujours sous contrôle.

Avec néanmoins un curieux sentiment de temps inutilisé, perdu à tout jamais.

Couramment appelée année blanche par certains, sombre, voire noire par d'autres, le panel de couleurs est bien limité.

Cette situation nous a tous affectés et l'impact laissera une indéniablement cicatrice.

Car rien ne fut normal... Enfin !...comparable à ce qu'était la vie d'avant, sans masques, ni règles sanitaire, ni distanciation, de jauge, ou que sais-je encore... D'insouciance en quelque sorte !

Le premier retour des départs depuis notre siège a « confirmé ce ras bol » des sorties clandestines. Six ? Plus de six ? Attention ! Même le patron du CoDep 47 nous a rappelé à l'ordre, scrutant le site de l'ASPTT pour y dénicher ces photos de groupes de plus de six.

Yves est désormais sur ses gardes et ne déroge plus à la règle de six...par photos.

Ils sont tous venus dans cette rue de Lille pour retrouver les copains,

masqués certes, intrépides à l'envie de se raconter, d'apprécier ces premières journées ensoleillées où il fait si bon de rouler les jambes nues.

S'enivrer de bon air et de nature, mais avec les copains, et surtout avec l'envie de rêver aux prochaines sorties ici et ailleurs, de pique-nique et d'instantanés conviviaux.

Nous avons été gâtés. Le retour à une certaine normalité, accompagné de belles journées lumineuses et de se couleures printanières, booste la bonne humeur et attise l'énergie.

Cette solitude contractée pendant la pandémie, nous ramène aux vraies valeurs de l'amitié.

Les anciens du club se plaisent à raconter leurs faits d'armes, petits ou grand exploits attestés souvent par quelques copains de route et acquiesçant le fameux : « Tu te rappelles ? » ; la bienveillance de nos récits étant toujours le garant de l'amitié.

Le « Tu te rappelles ou tu te souviens ? » nous rappelle très justement que le temps a passé et dans ces moments de souvenirs, nos amis étaient tout proches.



Dianick Schück

La roue tourne, mais les bons souvenirs entre copains sont indélébiles. À l'ASPTT, nous avons la culture de l'amitié et de la franche camaraderie. Le club est né de cet esprit...

Notre chance est notre différence. Nos origines régionales, sociales ou professionnelles, nos pratiques sportives, ou cyclo, sont notre vraie richesse.

La composition du nouveau Bureau en est la parfaite illustration. Ecouter, prêter attention aux autres, une vraie raison de faire et pratiquer ensemble.

Le vivre ensemble oui ! Mais dans le respect de l'autre. Malheureusement, dans les dérives de notre société actuelle, le respect souvent bafoué, inquiète et terrorise. Lors de nos sorties, nous sommes souvent de simples témoins qui restent impuissants face à des comportements d'automobilistes irrespectueux, agressifs et violents. Mais pas que...

Ces situations sont malheureusement récurrentes. Nous l'avons encore vécu récemment avec un automobiliste hystérique, vociférant à travers sa vitre, des propos de haine envers l'un des nôtres pour ne pas s'être rangé en file indienne. Le sage conseil, est bien naturellement de ne pas répondre.

Abstenez-vous également de tous gestes, même le mime de simples paroles !

Nos comportements sont le reflet de ce que nous sommes et souhaitons être.

...La noblesse de l'exemplarité est une valeur que nous devons porter ensemble...

Encore une fois, certains d'entre vous ont pris l'habitude d'écrire dans « Quoi de neuf ».

Chacun son style, suivant ses propres expériences.

Fernand et l'histoire du cyclisme, Pierre et ses conseils techniques, Yves, notre « MacGyver » de service, nous parlera de matériel, Michel de ses souvenirs d'amitiés et de tandem, un portait inattendu de l'un des nôtres, de la lavande au pays de Clerc, les aventures de notre ami Jacques, et bien plus encore...

Je vous laisse le soin de découvrir.

Alors si vous le voulez bien, continuons la route ensemble !

En espérant que vous apprécierez,

Bonne lecture,

Dianick



Le tandem : une longue histoire de partage

Dianick m'a demandé de relater mon parcours de « tandémiste », en voici donc un aperçu.

Au début des années 70, j'ai eu l'occasion de découvrir la pratique du tandem grâce à un ami cyclo. D'emblée j'ai été séduit par la machine pensant qu'elle faciliterait la pratique en couple.

En avril 75 le Follis nous est livré et pendant quelques années le tandem nous a permis de beaux moments d'évasion.

En 1977, grâce à Hyacinthe Brotto, je rencontre Pierre Bailly; il a 52 ans, non voyant et exerce la profession de kinésithérapeute. Il pratique régulièrement la natation et dans sa jeunesse a été ceinture noire de judo et gymnaste de haut niveau. Il est motivé pour découvrir le cyclotourisme et les perspectives de découvertes qu'il permet.

Dès lors, tous les dimanches matin, nous sommes au rendez-vous des cyclos du GCA et participons à toutes les sorties y compris les Brevets Fédéraux.

En avril 1979, le club organise une sortie de quatre jours en Aragon avec la traversée du Parc National d'Ordesa, première expérience de montagne pour notre équipage.

Serge, Michel et Pierre



*Texte de
Michel Dupouy*



Pierre est ravi de cette découverte et désireux de poursuivre dans cette voie en partageant mon goût pour le voyage itinérant en totale autonomie.

J'en organiserai un chaque année à l'occasion du pont de l'ascension en direction du Béarn, du Pays Basque et de l'Espagne.

Notre ami Serge Groleau nous accompagnait souvent lors de ces périples, parfois émaillés d'incidents mécaniques mais toujours prêts pour revivre l'aventure l'année suivante.



Dès la création de notre section cyclo nous participons aux organisations et au fil des années avons sillonné les principaux cols pyrénéens.

Nous rêvions de gravir le mont Ventoux et l'occasion se présenta en mai 1993 à l'occasion d'un séjour en Ardèche organisé par notre section.

Cette année-là marquera le terme de notre aventure commune après 16 années de rencontres, de découvertes, laissant à chacun d'inoubliables souvenirs.

En 2003, jeune retraité, je retrouve notre section et reprends la pratique du tandem avec Jean Louis Montauban.

En 2005, grâce à Dianick et Serge, notre section s'engage dans un partenariat avec l'association *Voir Ensemble* afin d'élargir l'offre de pilotage des non-voyants. Les financements obtenus pour soutenir cette cause ont permis l'achat de deux tandems, ainsi que la prise en charge des frais d'entretien par la section.

Ainsi j'ai poursuivi le pilotage avec Michel Merly, occasionnellement avec Stéphane Pacaud et Pascal Constant, et depuis 2006 avec Nelda Hebrard m'a fidèle partenaire.

Après ces 33 années de pilotage, je reste un amoureux du tandem et partage avec bonheur une paisible balade au bord du canal.

Pour conclure, je veux remercier tous mes partenaires pour la confiance qu'ils m'ont accordée, mais surtout pour ce qu'ils m'ont appris de leur parcours de vie qui reflète souvent de belles leçons que je n'oublie pas.

Merci à mon épouse qui a toujours soutenu mon Engagement.

Michel



Du miel et de lavande au pays de « Clerc »

En 2017, Georges Barthélémy et Claude Prévot avaient programmé une semaine en Italie et en Provence pour faire ou refaire entre autre, l'ascension du mythique Mont-Ventoux. Bien sûr Serge était de la sortie et avait amené un échantillon de sa production de miel.

C'est sûrement pendant cette très belle semaine de cyclotourisme en Provence qu'a germé l'idée pour notre apiculteur de faire du miel de lavande. C'est vrai que de voir la beauté de ces immenses champs de lavande donne envie d'en avoir près de chez soi.

Aussi Serge, que rien ne rebute, s'est mis dans la tête de planter tout d'abord 4000 pieds de lavande en 2019, et, le 5 mars 2021 nous étions partants pour une journée plantation de 6000 autres pieds.

Nous sommes alors 4 « valeureux » cyclos de l'ASPTT Agen (Georges, Pierre, Yves et moi) au départ d'Agen prêts pour l'expédition. Arrivés chez Serge, deux amis chasseurs sont déjà présents pour nous aider. Notre amie cyclote Danièle arrive les bras chargés de marmites et de victuailles pour le repas de midi, sans oublier les délicieuses merveilles qu'elle nous prépare à chacune de nos rencontres. Après un petit café accompagné des merveilles, on commence par charger les pieds de lavande qui avait été mis en jauge pendant l'hiver. L'intendance, l'organisation



*Texte de
Philippe Meurice*



sont au top, reste plus qu'à partir vers le champ et à se mettre aux boulots messieurs les planteurs.

Serge au volant de son tracteur nous montre le chemin. A peine sorti de chez lui, le moteur du tracteur s'arrête ... Panne sèche ! Bien sûr, il se fait chambrer et court chercher du gasoil.

Ouf, le tracteur redémarre et nous repartons avec un peu de retard. Arrivée au champ, la machine à planter (faite maison) déjà accrochée au tracteur nous attend. Il me paraît bien grand ce champ et je commence à me demander si nous serons rentrés à Agen avant le couvre feu de 18h00 ...



Chargement des pieds de lavande sur la machine, et chacun à son poste, un chauffeur au tracteur, trois sur la machine à planter, et les trois autres sont derrière pour vérifier que les pieds sont bien plantés, sinon il faut les remettre en place. La terre n'est pas très souple par endroit et ce n'est pas si facile. Mais avec la bonne humeur et l'envie d'aider on arrive à tout. Il est midi, il faut retourner chez Serge pour chercher les pieds de lavande restants et surtout casser la croûte.

Danièle et Serge nous ont préparés un vrai festin digne d'un repas de vendange ; apéro maison, potage, entrée et charcuterie, poulet basquaise (un délice), fromage et dessert (sans oublier les merveilles). Le tout accompagné par un Saint-Emilion « Château LES ABEILLES » comme par hasard.

Nous repartons l'après-midi pour terminer les plantations et nous finissons tout juste à l'heure pour rentrer à Agen avant le couvre feu.

Super journée ensoleillée entre copains de l'ASPTT Agen. Pendant le confinement cela nous a fait beaucoup de bien à tous.

Nous attendons maintenant le miel de lavande que vont produire les travailleuses de notre ami Serge.

Philippe



Journée de la tulipe

Un petit entrefilet du Petit Bleu du 22 mars faisait état d'une journée dédiée à la tulipe Agenaise, à l'espace agricole remarquable du verger de Villebramar au lieu-dit Videau, le samedi 27 mars. (Près de Tombebœuf).

Cette journée était organisée par le Conservatoire d'espaces naturels de Nouvelle-Aquitaine en partenariat avec l'association agenaise CEDP47 paysage et Médiation et avec la revue Le Citron.

Le verger de Villebramar est un verger de vieux pruniers dans lequel poussent de nombreuses tulipes agenaises que son ancien propriétaire, Yves Gesselay, a protégé puis vendu au conservatoire d'espaces naturels.

Les tulipes agenaises ont pour origine le Nord-Ouest de l'Iran et auraient été introduites avec les pruniers au XVIème siècle. Autrefois elle était très répandue dans le Sud-Ouest. Malheureusement elle a presque disparue à cause des modes de culture actuelles et du changement climatique. Elle est aujourd'hui protégée, sa cueillette interdite. Il semblerait que les vieux pruniers soient favorables à son éclosion.



**Jean-Pierre
Vigué**

La maison d'Yves est juste à côté. Il était agriculteur et lorsqu'il a pris sa retraite il a protégé ce verger, ses tulipes et a planté sur ses terres de nombreux arbres pour en faire des forêts.

A côté, un ancien relais de chasse, en cours de rénovation, où se sont installés un jeune couple, Laetitia et Pierre, après de nombreuses années passées en région parisienne.

Lui, graphiste web s'est reconverti dans le maraîchage bio. Elle, assistante de direction, dans le massage bien-être (un projet agricole touristique et écologique dans le Lot-et-Garonne, maraîcher bio producteur local de légumes de saison en vente directe, gîte rural et massages bien-être).

Une envie de sortie à la journée, une météo favorable. Des rencontres intéressantes à faire, Villebramar à 50 km d'Agen plein nord.

C'est accessible. D'où l'info par mail, un peu tardive certes.



Nous nous sommes retrouvés cinq au départ. Gladys, Romain, Suzette, André et moi. Ayant un peu peur du dénivelé (plus de 1100 m aller-retour), nous avons décidé de prendre la voiture jusqu'à Buzet, de remonter à vélo la vallée du Lot jusqu'à Castelmoron par le vélo-route puis de prendre la direction de Tombeboeuf et enfin de Villebramar. La route s'est passée sans encombre. Serge Polloni entre temps nous a téléphoné pour nous dire que lui aussi y allait et qu'on s'y retrouverait. A l'entrée du petit chemin menant au lieu-dit, un panneau explicatif rappelant que ce site avait une très grande valeur patrimoniale et a été classé parmi les Espaces Naturels sensibles du département en 2011. Deux sorties annuelles sont proposées au public, une rando « tulipes » au moment de la floraison, mars avril, et une cueillette gratuite de prunes en août septembre.

En haut du chemin Yves Gesselay en personne avec ses deux béquilles et encore un peu plus loin la grange de Laetitia et Pierre, où de nombreuses personnes se pressaient autour d'un petit buffet bien venu : apéro, soupe de légumes, gâteaux, boissons et café.

A côté un stand de la revue « Le citron » fait par et pour des agriculteurs bio et un producteur de vin de Buzet bio.



Serge était là, ravi de son périple. Nous étions contents de le voir. Le copain d'André de Villeneuve nous a rejoints à vélo. Ils se sont assis sur deux chaises et n'ont pas arrêté de parler. J'ai rencontré aussi un couple sud-africain habitant dans la région.

Nous avons ensuite visité le verger de pruniers, pris quelques photos parmi les tulipes. Beaucoup de pieds étaient en fleurs, d'autres plus nombreux encore ne l'étaient pas ou ne l'étaient plus. Il nous fallut alors penser au retour. Il nous restait une cinquantaine de kilomètres à faire, récupérer les voitures à Buzet et rentrer à Agen avant le couvre-feu. Nous sommes passés par Tombeboeuf, Verteuil,

Tonneins avant de rejoindre Buzet par la voie verte. Deux petits regrets : Ne pas avoir vu le chêne remarquable de Tombeboeuf et ne pas s'être arrêtés sur le pont de Tonneins pour admirer les maisons qui surplombent la Garonne au soleil.

Belle journée de vélo sous le soleil. De beaux paysages et des rencontres intéressantes. Ci-dessous trois liens intéressants.

Jean-Pierre

<https://fermedevideau.fr/>

<https://www.cedp47.com/>

<https://cen-nouvelle-aquitaine.org/le-conservatoire/>



Retour d'expérience : accident du 28/02/2021

Depuis quelques semaines le club a connu plusieurs accidents de vélo, rappelant à chacun que la pratique du cyclotourisme n'est pas sans risque et combien il faut rester vigilant et prudent. Chaque accident apporte son lot d'expérience et permet d'améliorer nos pratiques.

Le 28 février 2021 Gladys et Philippe se sont heurtés lors d'une descente, sur la D 110, en provenance de la Sauvetat de Savères et en direction de Puymirol. La route était dégagée et en bon état. La vitesse assez élevée. Nous étions en ligne. La tête du groupe loin devant. Dominique précédait Gladys. Je les suivais à dix mètres. Philippe m'a dépassé. Quand j'ai relevé la tête j'ai vu Philippe et Gladys au contact en train de chuter. Philippe passait par-dessus son guidon et tombait sur la gauche, Gladys sur la droite. Pourquoi se sont-ils heurtés ? Je ne sais pas. Leur chute a été violente, brutale, inattendue. Gladys n'a rien vu venir.



Philippe ne se souvient de rien. Philippe était allongé sur le bas-côté gauche, Gladys à droite. Après les avoir examinés rapidement, nous avons essayé de prévenir la tête du groupe et de localiser le lieu de l'accident pour prévenir les secours. Heureusement un voisin avait entendu la chute et les avait déjà appelés. Pendant que nous étions occupés à téléphoner, Philippe a voulu se relever et a roulé un mètre plus bas dans le fossé. Paradoxalement il y était mieux, bien calé.

Nous les avons recouverts d'une couverture de survie. (Une que nous avons. Une des ouvriers du Conseil Départemental)

La gendarmerie de Puymirol est arrivée rapidement puis deux camions de pompiers.

A partir de ce moment les choses ont été plus simples pour nous. La gendarmerie a fait le constat d'accident et ont assuré la circulation des voitures. Les pompiers ont très bien pris en charge Gladys et Philippe et les ont amenés au centre hospitalier d'Agen. Gladys est sortie le soir même. Par contre Philippe plus durement touché y est resté plusieurs jours.

Jean-Pierre
Vigué



Le lendemain nous avons, Dianick et moi, récupéré les vélos aux Ateliers du conseil général et déclaré (difficilement) l'accident à l'assurance de la FFCT.

De cet accident, nous pouvons en retirer les conclusions suivantes.

L'importance de se préparer à une telle situation et que la formation PSC1 est indispensable.

L'importance d'un serre-file lui-même surveillé par celui qui le précède (comme à l'armée). Ceux qui étaient devant ne se sont aperçus de rien et nous avons eu du mal à les prévenir.

L'importance de bien localiser le lieu de l'accident pour prévenir efficacement les secours. Ce n'est pas toujours facile, surtout lorsque nous sommes sur une petite route peu fréquentée. Nous avons à notre disposition les cartes, les smartphones et les GPS. Une très bonne application : MULTICARTO (si le réseau téléphonique fonctionne). Elle localise le téléphone sur une carte et donne les coordonnées GPS.

L'intérêt des couvertures de survie pour lutter contre le refroidissement en attendant les secours. Nous en avons une, les agents du Conseil général une autre.

L'importance de bien noter pour les suites médico-légales éventuelles les circonstances de l'accident. La gendarmerie en a fait le constat et a demandé aux témoins de l'accident de passer à la gendarmerie pour leur compte-rendu. Ne pas hésiter à faire des photos. Une application smartphone très utile permet de noter les éléments nécessaires à un constat en leur absence : ASSISTO.

Un regret. Celui de ne pas avoir mieux surveillé Philippe en restant auprès de lui pendant que je téléphonais pour l'empêcher de rouler au fond du fossé.

Cet accident, même s'il est regrettable, aurait pu être beaucoup plus grave. Soyons en heureux. Gladys est depuis remontée sur son vélo et Philippe va mieux même s'il n'est pas encore complètement rétabli.

Un maître-mot : La PRUDENCE.

Jean-Pierre



Brèves de comptoirs : « La cuite du père ZAAF »

La 13^{ème} étape du Tour de France 1950, Perpignan-Nîmes a été rendue terrible par une chaleur caniculaire, ce qui rendait le parcours très difficile. **Marcel Molinès** et **Abdel-Kader Zaaf**, tous les deux membres de l'équipe régionale d'Afrique du Nord, avaient attaqué et pris suffisamment d'avance. **Zaaf** assoiffé, se saisissait d'un bidon tendu par un spectateur. Malheureusement pour lui, celui-ci contenait du vin. Coup d'assommoir pour le coureur qui, après s'être désaltéré, légèrement titubant, reprenait son vélo et repartait en sens inverse. Ça c'est pour la légende.

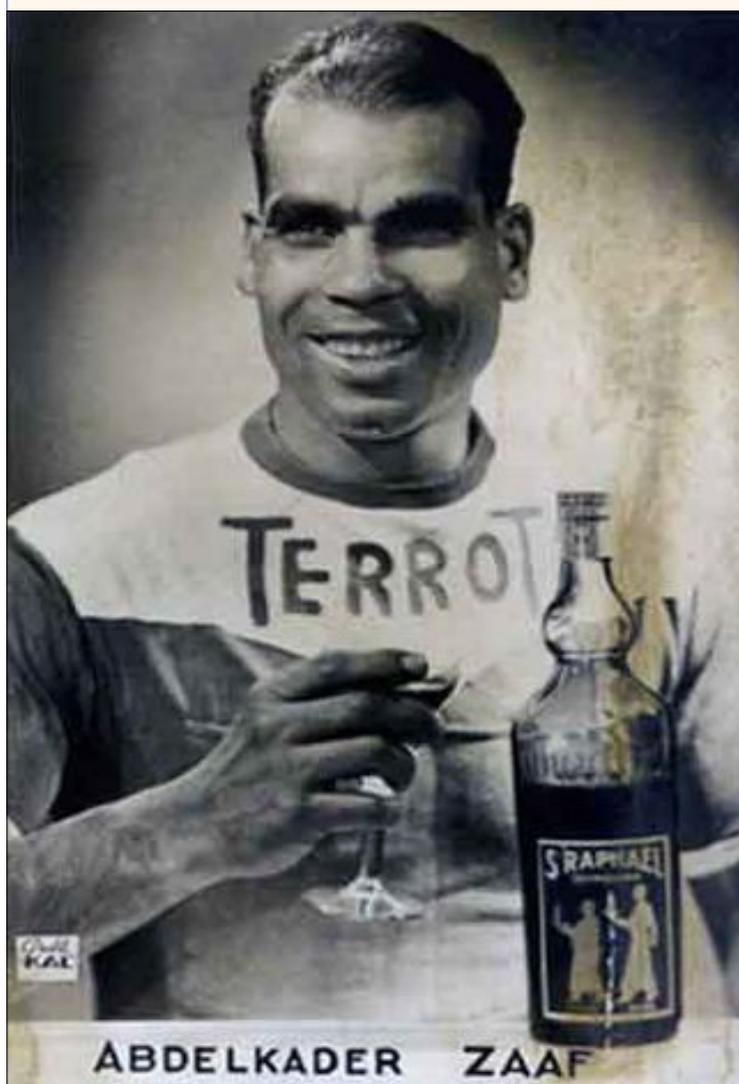
La vérité est celle-ci : la chaleur, la fatigue et surtout l'ingestion d'amphétamines. Zaaf a été victime d'un malaise. (Il voulait absolument gagner cette étape et n'avait rien négligé pour cela : un copain belge lui avait venté les mérites de petites pilules et lui en avait remis la boîte sans lui préciser la posologie. Zaaf a pris plus de pilules qu'il n'eût été disons normal). Zaaf se mit à tanguer, balayer la route avant de s'écrouler dans un fossé. Des vigneronns qui se trouvaient là, l'ont adossé contre un platane et comme ils n'avaient pas d'eau sous la main l'ont aspergé avec du vin. De plus Zaaf en bon musulman

**Fernand
Alamargot**



pratiquant ne buvait pas de vin ça ne l'empêchait pas de poser avec un verre de St Raphaël à la main. Au vu de son état, il fut conduit à l'hôpital le plus proche. C'est donc **Marcel Molinès** qui ralliait Nîmes en vainqueur avec 4 minutes 30 d'avance sur le peloton. Le lendemain matin, en pleine forme, il se présenta sur la ligne de départ. Les officiels lui dirent, que n'ayant pas fini l'étape de la veille, il ne pouvait pas repartir. D'emblée, il leur proposa d'aller finir l'étape de la veille.

Abdel-Kader Zaaf était un coureur cycliste algérien (de nationalité française jusqu'en 1962), né le 27 janvier 1917 à Chebli, dans la Wilaya de Blida en Algérie, et mort le 22 septembre 1986 en Algérie. Il participa quatre fois au Tour de France (1948, 1950, 1951 et 1952), mais n'alla jusqu'à Paris qu'une seule fois, en 1951 où il termina 66^e, et lanterne rouge du classement général. Il n'en fait pas moins partie de ceux qui ont écrit leur nom dans la légende du Tour.



J'y vais dire, j'y casse encore la baraque !

En 1951, dans l'étape Carcassonne - Montpellier, pour laver l'affront de l'année précédente, il voulait gagner son étape. Ce jour là, Fausto Coppi étant malade, ses coéquipiers italiens ne voulaient pas de vagues. Fiorenzo Magni fut intraitable, pas question de laisser faire Zaaf, ni personne d'autres. Après avoir tenté de rallier à sa cause tous les plus grands et voyant que personne ne voulait l'aider, il était allé vers Hugo Koblet, maillot jaune, et lui avait dit, si tu me laisses gagner l'étape, je te laisse gagner le tour. De dépit, il lança « eh bien, moi, j'y m'en fous, j'y casse la baraque ». Zaaf mis une pagaille monstre dans le peloton, il ne fut rejoint qu'à l'entrée de Montpellier. Coppi termina avec un retard de 33 minutes. Puis, lors de l'étape Gap - Briançon par l'Izoard, dans la vallée sur une route plate, il s'en vint trouver Fausto Coppi qui avait retrouvé la santé depuis Montpellier. Zaaf toujours sérieux lui dit « Fausto, j'y t'ais fait perdre le tour. Aujourd'hui, j'y vais t'y faire gagner l'étape. J'y vais dire j'y casse encore la baraque. Ils vont tous s'y méfier. Alors quand j'y vais démarrer sur la gauche de la route, ils vont tous m'y courir après et toi tu t'y sauves sur le coté droit ».

Ainsi fut dit. Ainsi fut fait ... et Coppi gagna à Briançon !!! Pour l'histoire Zaaf termina 66^{ème} et dernier de ce Tour de France.

Dopage et effet placebo (le début du Pot Belge)

La scène se passe dans les années cinquante, lors du Circuit des Monts d'Auvergne, une très belle et difficile course disputée à Clermont-Ferrand.

La veille de la course, dans un hôtel du secteur, une équipe de joyeux farceurs était à table, dont Raphaël Géminiani et Jean Robic. Tous y allaient de son histoire tout en caressant la bibine et l'ambiance était déjà très bonne, quand tout à coup, l'un d'entre eux se mit à faire la gueule !

- Que t'arrive-t-il, se risqua un autre ?
- P..., j'ai oublié mes pilules !
- T'en as pas besoin, tu es costaud ...
- Si, avec la pluie demain, ça ne va pas passer !



Tour and Doping



Tour à tour, chacun le reconforte, mais un autre est déjà entrain de lui faire une farce, il lui confectionna un suppositoire dans un morceau de gruyère. Le soir dans la piaule, il ouvrit sa valise et lui donna le « suppo » et lui dit :

« Moi, marche avec ça, demain matin tu prends ça et tu verras, tu auras des jambes de feu ... »

Le lendemain, sous la pluie, notre coureur accomplit une course parfaite sans toutefois l'emporter. Après l'arrivée il alla trouver son pote et lui déclara

« p..., avec ton truc, j'ai été bien toute la journée ».

Fernand



Paris-Roubaix 1929

C'est sous le soleil, mais par un vent fort et froid, que se dispute le 31 mars 1929, week end de Pâques, la trentième édition de la célèbre course « Paris- Roubaix ». Les quatre vingt six coureurs, rassemblés pour le contrôle de départ à la porte Maillot, aux abords du restaurant Trianon, gagnent tranquillement Le Vésinet où, face aux établissements RUDOLPHE, est donné le départ à huit heures quinze. Le train, lent au début, s'accélère et c'est à toute vitesse que la côte du Pecq est gravie puis qu'est traversée la forêt de Saint-Germain. Un peloton compact de quarante hommes passe à Pontoise, emmené par Georges CUVELIER, Antonin MAGNE, Joseph MAUCLAIR et Jean MARÉCHAL, relayés à Méru par Paul LE DROGO et Charles PÉLISSIER. A Beauvais, l'allure a faibli et l'horaire prévu est dépassé de quinze minutes, ce qui permet à beaucoup de retardataires de rejoindre le peloton, fort maintenant de soixante dix concurrents. A Amiens, le retard sur l'horaire est de trente minutes à cause d'un vent très fort de trois-quarts et souvent de face, mais également à cause de multiples crevaisons.

Tandis que l'on sort les musettes pour se restaurer, quatre hommes s'échappent : les Belges Félicien VERVAECKE et Hector VAN ROSSEM ainsi que les Français Camille FOUCAUX et Joseph MAUCLAIR. Bientôt, ils ont un kilomètre d'avance. VERVAECKE et MAUCLAIR distancent même leurs compagnons d'échappée.

VERVAECKE se détache et commence à grimper seul la rude côte de Doullens. Mais il a présumé de ses forces et c'est avec les trois autres fugitifs qu'il se présente au contrôle de Doullens. A deux minutes suit un peloton d'une trentaine de coureurs qui roulent en trombe et rejoignent rapidement la petite équipe à l'avant de la course. Un peu avant Arras, l'échappée initiale, grossie par quelques hommes dont Georges RONSSE fait une nouvelle tentative qui cette fois réussit. La course est dure et les abandons se produisent dont celui de Charles PÉLISSIER qui, note un chroniqueur, « a des démêlés avec son estomac ». Voici maintenant les « redoutables pavés du Nord ». Cette fois, c'est RONSSE qui est leader. Il est seul au



Daniel
Vanwaterloo

D'après un article paru dans le « Journal de Roubaix »

contrôle de Seclin, talonné à une minute par Aimé DÉOLET et Charles MEUNIER, eux-mêmes suivis à six minutes par une dizaine d'hommes où l'on retrouve Armand VAN BRUAENE et Jean AERTS. RONSSE aurait dû gagner la course, mais il casse sa roue en heurtant la bordure de la pelouse du stade Amédée Prouvost, entraînant dans sa chute son camarade DÉOLET. Autant la course fut belle, autant l'arrivée se déroule dans une pagaille sans nom. Voici ce qu'écrit A. VAN WATERLOO, le reporter du « Journal de Roubaix » : « Le public, qui avait



Charles Meunier

accueilli chaleureusement et applaudi les premiers arrivants, donne des signes d'énervement, et après l'arrivée des vingt premiers, effectués en moins de quatre minutes, envahit complètement la piste et la pelouse, rendant impossible, non seulement l'accomplissement des deux tours de piste prévus, mais aussi le fonctionnement du contrôle d'arrivée qui cesse totalement après ... Roger BISSERON, classé vingt-cinquième... Le « Journal de Roubaix » impute cette pagaille à une mauvaise organisation et à l'état lamentable de la piste du

stade, tout juste bonne « aux épreuves pédestres » ! ».

Les Belges s'adjugent les cinq premières places : Charles MEUNIER, de Gilly, en 8h54'50'', Georges RONSSE, d'Anvers, en 8h55'02'', Aimé DÉOLET, de Poesele, en 8h55'38'', Armand VAN BRUAENE en 8h57'20'', Gaston REBRY, 8h57'20''.

Le premier Français, Ernest NEUHARD, figure avec Félicien VERVAECKE parmi les quinze hommes classés sixièmes « ex-æquo ».

L'exploit de RONSSE est particulièrement remarquable : c'est à pied, sa machine sur l'épaule, qu'il franchit les cinquante derniers mètres, arrachant la seconde place malgré son accident de dernière heure.

Les trois premiers font partie de l'équipe « La Française-Diamant » et le « Vélo-club Tourquennois » est à l'honneur ce jour-là car trois des siens sont dans les premiers : Armand VAN BRUAENE (4ème), Gaston REBRY (5ème) et aussi Félicien VERVAECKE (l'un des 6ème « ex-æquo »).



Bienvenus au pays de l'Ovalie

Mais de quoi, il va nous parler le freluquet, qui ne résisterait pas à un bon plaquage.... ????

Effectivement, vu mon gabarit, je ne me risquerai pas à vous parler de rugby, qui plus est dans un journal pour cyclistes avertis.... Je laisserai ce sujet à des gens plus compétents que moi.

Je voudrais juste vous parler, un peu de ces fameux plateaux ovales, qui ont défrayé la chronique sportive, depuis leur mise en lumière par les victoires sur le Tour de France de l'équipe SKY.

Pour en revenir à l'origine de ces plateaux, le but est de diminuer la force à exercer pour passer les Points Morts Hauts et Bas lors du pédalage, et en principe, ainsi gagner, en puissance et vitesse... Certains chiffres en pourcentage ont été avancés par les constructeurs et à ma connaissance, jamais validés par un organisme indépendant officiel...

Je roule actuellement avec des plateaux ovales de la marque DOVAL et je voudrais vous faire partager mon expérience sur ce type de plateau.

Pour rappel, les marques les plus connues sont O'SYMETRIC ayant la forme de deux cames, et ROTOR dont la forme est plus douce et il en existe d'autres (voir photos ci-dessous)



Pierre Digneaux

J'avais à nouveau envie de rouler avec ce type de plateau, mais le prix des O SYMETRIC commençait à devenir un peu prohibitif à mon goût, et en cherchant j'ai trouvé une autre marque française qui propose ce type de plateau à un prix raisonnable, à savoir la marque DOVAL.

Je ne parlerai pas du montage et réglage des plateaux (plus facile quand même), mais seulement de mon ressenti.



Par rapport aux O SYMETRIC, je ne sens quasiment pas le passage de la came sur les points morts et mon pédalage est plus régulier.

N'ayant pas la souplesse au niveau de la cheville d'un professionnel, et inconsciemment, je passe mon temps à appuyer sur les pédales avec une jambe et rarement à penser à relever la pédale avec l'autre jambe, en même temps...d'où un pédalage saccadé....Ne rigolez pas, je ne suis pas le seul, et j'ai des noms.....



En 2013, sur mon 1^{er} vélomobile, j'avais monté mon pédalier avec des O SYMETRIC pour essayer et ne pas mourir idiot....Bien que déroutant au départ, j'avais à la longue apprécié le fait de rouler avec. Le seul problème était le réglage extrêmement fin du dérailleur avant....J'en transpire encore....



L'avantage du plateau ovale permet donc de passer plus rapidement ces points morts, et du coup, le pédalage va devenir plus rond, et cela se confirme avec une plus haute fréquence de pédalage, qu'il faut pouvoir tenir....

Après une année d'utilisation (sans compter les confinements), je peux simplement vous dire, que je n'ai pas gagné en puissance et en vélocité, ou alors c'est tellement infime, qu'à mon petit niveau, je n'ai pas ressenti de différence....

En revanche, j'ai un pédalage plus rond, et aussi une fatigue moindre au niveau des jambes, d'où une récupération plus rapide.

En conclusion, l'efficacité réelle des plateaux ovales n'a jamais été démontrée, (voir l'étude de l'université de Franche-Comté sous la direction de Frédéric Grappe) :

<https://www.fredericgrappe.com/wp-content/uploads/2013/09/osymetric.pdf>

Mais aussi à ma connaissance, aucun effet négatif n'a été démontré également.

Je pense que comme beaucoup de matériel proposé à la vente, en matière de biomécanique, la physiologie et le niveau de chacun entrent en ligne de compte et le mieux est d'essayer si vous en avez la possibilité. Plus sûrement, ce genre de plateaux ne fera pas de vous un champion...du moins cycliste.

Et enfin, en roulant avec cet équipement, si une personne vous dit que cela ne tourne pas rond chez vous, vous ne serez plus surpris.....ou vexé....

La prochaine fois, pour changer un peu, je vous parlerai de la reproduction des gastéropodes amphibiens en période de pleine lune lors des marées d'équinoxe....sauf avis contraires des licenciés....

Pierre

Handicap et convivialité : un grand merci à l'ASPTT !!!

A la retraite, devenue malvoyante, j'ai rejoint l'ASPTT section cyclotourisme pour me mettre au tandem.
Jeune, déjà je faisais de courtes balades à vélo.
Quel plaisir de retrouver les bienfaits de ce sport.

Pédaler sur les petites routes de campagne au milieu de la nature.

... sentir le vent, le soleil sur mon visage...

... une impression de liberté !

... Un vrai bonheur !

Retrouver les odeurs d'herbes coupées, de certains arbres, des cultures... des fraises par exemple, les sons de la nature, le chant des oiseaux, les tracteurs dans les champs, les aboiements des chiens qui montent la garde.

Sentir le vent, le soleil sur mon visage ; une impression de liberté. Un vrai bonheur !

Merci aux pilotes bénévoles de tandems qui nous permettent de vivre cela, aux groupes avec qui nous partageons ce sport. Un grand merci à Jeanine ma pilote...



**Colette
CUILHE**

Merci au club d'intégrer des personnes non- voyantes ou mal voyantes !

On se sent bien avec vous. Vous êtes chaleureux, accueillants et dynamiques.

Rejoignez-nous, vous ne le regretterez pas !

Colette



Le Périple de Jacques Sirat

Le 25 août dernier, Jacques, après cinq longs mois de confinement reprend la route en roulant essentiellement dans des zones rurales pour minimiser les contrôles. Le 1^{er} septembre, le confinement est levé, ce qui lui permet de retrouver une liberté qui l'avait abandonnée quelques mois durant. Poursuivant vers le Sud, il découvre le petit désert de Tatacoa et remonte ensuite le fleuve Rio Magdalena. Le 17 septembre, il arrive à Macoa et s'apprête à affronter l'ascension « El Trampolin de la Muerte » qui se révèle moins ardue qu'annoncée. A l'approche de la frontière équatorienne, il fait un détour par le fameux sanctuaire de Las Lajas, lieu de pèlerinage situé dans un canyon du Rio Guaitara. Le 5 octobre, une première tentative de passage au poste frontière de Rumichaca, à proximité d'Ipiales, est impossible, la frontière étant officiellement fermée.



Daniel
Vanwaterloo

Il passe ensuite dans le village de Cumbal pour monter vers la lagune de Cumbal où il plante sa tente dans un paysage de prairies parsemées de plantes d'altitude. Fin octobre, la situation n'ayant pas évoluée, il part explorer la zone Pacifique du pays qui ne jouit pas d'une bonne réputation, gangrénée par les paramilitaires, le trafic de drogue et les règlements de compte. La beauté des paysages traversés le rassure. Trois jours plus tard, il atteint la ville de Tumaco et retrouve un petit parfum d'aventure, dans une ambiance beaucoup moins glauque qu'annoncée. Le 6 novembre, comme aucune route ne longe le littoral, il dégote une barque qui le mène plus au Nord dans la ville de Buenaventura par le bord de l'océan puis des bras de rivières au cœur de la forêt. Au petit matin,

c'est sous le crachin qu'il découvre le port de Buenaventura, le plus important du pays. Les logements sur pilotis délabrés témoignent d'une extrême pauvreté. Il débarque vélo et bagages sous le regard de militaires armés jusqu'aux dents avec la crainte de se faire dépouiller et se dirige vers le centre-ville. Deux femmes à bord d'une voiture lui proposent de l'escorter et de le guider car l'endroit est dangereux. La pluie incessante depuis quelques jours l'oblige à rester trois jours dans cet endroit peu attrayant à l'atmosphère pesante.

Vers le 10 novembre, il poursuit son périple en remontant vers la

Cordillère parmi des paysages montagneux et verdoyants. Après le lac Calima, endroit très touristique, il arrive dans la ville de Buga, célèbre pour sa basilique « del Señor de los Milagros », haut lieu de pèlerinage dont le centre historique date des XVII^{ème} et XVIII^{ème} siècles.

Il entreprend ensuite une longue descente vers le Sud pour rejoindre la frontière avec de nombreuses variations climatiques en pleine saison des pluies. Lors de son passage dans la ville de Popoyan, il découvre que le disque dur de son ordinateur l'a lâché, perdant ainsi une grande partie des photos colombiennes.



Le 10 octobre, l'officier de l'immigration lui annonce qu'il n'y aura aucune possibilité de passage avant le 1^{er} novembre et même peut-être pas avant la fin de l'année. De retour à Ipiales, il participe le 14 octobre à une marche pacifique des commerçants pour demander l'ouverture de la frontière avec le slogan : « mieux vaut une frontière ouverte et contrôlée que cent passages illégaux sans contrôles ». Sur le pont de Rumichaca, des commerçants équatoriens venus de Tulcan sont également présents. Jacques garde l'espoir d'une ouverture prochaine de la frontière. Il flâne au cœur de paysages parsemés d'innombrables cultures de fèves et de pommes de terre. A partir de la ville de Tuquerres, il s'élance vers la « Laguna Verde » nichée à 4000 mètres d'altitude, au fond du cratère du volcan Azufra.



Après la réparation de cet outil indispensable, il reprend la route. Le 25 novembre, lors d'une halte dans les environs de Mojarras, une Equatorienne rentrée illégalement en Colombie, l'informe que la frontière ne serait pas rouverte avant le 16 janvier 2021. Il n'a plus aucune raison de poursuivre vers le Sud et doit trouver une nouvelle option.

Il prend un bus pour Turbo, au Nord de la Colombie, proche du Panama, ce qui lui permet de poser ses roues dans une zone qu'il ne connaît pas. Avant de pénétrer de nouveau au cœur des terres colombiennes, il passe quelques jours sur la côte de la mer des Caraïbes, bercé dans son hamac par une brise rafraîchissante. Début décembre, il dit adieu à cet univers marin et se retrouve dans la plaine où la chaleur accablante alourdit son coup de pédale. Le 11 décembre, dans la ville de Cauca, il est tout proche des premiers contreforts de la Cordillère andine avec des températures plus agréables. Il sillonne ainsi l'étonnante région d'Antioquia qui par son profil tourmenté n'épargne guère ses jambes. Le 21 décembre, il se trouve dans la bourgade colorée et touristique de Guatapé, connue pour la fameuse « Piedra del Peñol », gros rocher qui domine la région, avec au terme d'une ascension d'environ 700 marches, une vue imprenable sur un lac artificiel parsemé d'îlots. La veille de Noël, une descente de 37 kilomètres le mène à La Pintada, sur le bord du rio Cauca.

La police l'invite à trouver un endroit et ne plus en sortir jusqu'au 26 au matin. Afin de limiter les risques de contagion, il est interdit de circuler pour Noël comme pour le jour de l'An. Après cet arrêt obligatoire, la suite de son parcours évolue en fonction des conseils prodigués par les autochtones. La descente vers Arauca lui offre une superbe vue sur le village qui semble agrippé à la colline avec en contrebas le rio Cauca.

Après le confinement du jour de l'An, Jacques retrouve les routes empruntées un mois et demi plus tôt. Le 9 janvier dans l'après-midi, il est de retour à Popoyan où il décide de séjourner une semaine dans l'attente de la décision gouvernementale qui définira son proche avenir. Le 16 janvier, les frontières terrestres restent fermées jusqu'au minimum le 1^{er} mars. Voilà presque un an que Jacques séjourne sur le sol colombien. Préparé à un retour en France, il décide finalement de rester en Colombie après avoir échangé avec sa famille et s'être informé sur la situation sanitaire en Europe. En quittant Popoyan, il se hisse sur les hauteurs de la Cordillère sans destination précise. Il évolue dans un décor verdoyant de pâturages embelli de nombreuses cascades. Par des pistes affreusement poussiéreuses il franchit le rio Magdalena, fleuve le plus important du pays, au milieu de plantations de café, d'arbres fruitiers et de cannes à sucre qui témoignent de la richesse de la



région. Le 24 janvier, après une ascension menant au village de San Agustín, perché à 1650 mètres d'altitude dans un écrin de verdure, il découvre de mystérieuses statues héritées d'une civilisation disparue qui connut son apogée entre le I^{er} et le VIII^{ème} siècle.

Après ce bond dans le passé, la suite de son parcours porte la marque de l'improvisation. Le 29 janvier il se retrouve à Florencia, capitale du département de Caquetá qui s'étend de la cordillère des Andes jusqu'à la forêt amazonienne. A partir de cette localité, son itinéraire devient incertain car sur la carte, aucun chemin praticable n'existe dans la zone qui se révèle encore peuplée de nombreux groupes armés. En 2012, c'est sur ces terres que fut enlevé vers le village de Montañita le journaliste français Roméo Langlois et en 2002, Ingrid Betancourt aux abords de la ville de Florencia. Des militaires présents sur de nombreux barrages témoignent de l'insécurité de la région. Le 8 février, il atteint la bourgade de La Macarena, connu pour son fameux « Caño Cristales » (le ruisseau des cristaux), communément appelé « la rivière aux cinq couleurs », coloré de septembre à décembre de rouge, rose, violet, jaune et orange par des algues endémiques dénommées « macarenia clavigera ». Etant hors saison, Jacques ne profite pas de ce splendide spectacle naturel. Les habitants lui certifiant qu'il existe une piste praticable pour poursuivre son chemin, c'est avec la poussière comme compagne qu'il reprend la route. Le profil de la piste n'est qu'une succession de montées et de descentes éprouvantes, avec un sol parfois recouvert de caillasse qui l'oblige à pousser le vélo. Certaines sections qui ont gardé les stigmates de la saison des pluies sont en terre et complètement défoncées. La chaleur humide l'épuise et le vide de toute énergie. Dans les hameaux traversés, il a l'impression de se retrouver au bout du monde, totalement coupé de la civilisation. Le 15 février, après avoir visité la « ciudad de Piedra » (Cité de pierre), site parsemé de formations rocheuses naturelles, il arrive au prix d'une longue descente dans la localité de San José Del Guaviare où il décide de prendre un peu de repos après un parcours exténuant. Remontant vers le Nord, c'est le 24 février en arrivant à Villavicencio qu'on lui signale qu'il se trouve en situation illégale en Colombie. Après avoir passé plus d'un an dans ce pays à cause de la crise sanitaire, les frontières terrestres et maritimes étant fermées pour trois mois supplémentaires, il n'a pas d'autre choix que de prendre l'avion. Le 3 mars, il s'organise pour s'envoler pour Lima, la capitale péruvienne. Le 7 mars, à l'aéroport de Bogota, au comptoir d'enregistrement des bagages, l'hôtesse d'accueil lui annonce que le Pérou n'accepte pas les

Français. Panique à bord ! Afin de ne pas perdre le billet pour le Pérou, on lui propose alors de prendre une correspondance pour le Chili moyennant 300€ de plus. L'immigration péruvienne lui autorise le transit à la condition de ne pas sortir de la zone internationale. Quant à l'amende qu'il devrait payer pour son séjour « clandestin » en Colombie, elle ne sera honorée que lors d'un éventuel retour dans le pays.

A l'atterrissage à Santiago, il débute dix jours de quarantaine, logé et nourri dans une résidence sanitaire. Ses bagages n'ayant pas suivi lors de l'escale à Lima, il ne les récupère que 3 jours plus tard. En regardant les informations particulièrement anxiogènes à la télévision, il découvre que la situation locale liée à la Covid est désastreuse. On parle d'une quarantaine pour toute la population sur tout ou partie du territoire. Sous la menace d'un confinement, il lui faut quitter la capitale le plus rapidement possible. Il choisit de partir vers les zones désertiques du Nord pour être moins inquiété et ne pas rester coincé dans une nasse sanitaire. Le 22 mars au petit matin, il tente une sortie de la ville couronnée de succès. Le voilà de nouveau « libre » mais pour combien de temps !

En empruntant la cuesta Chacabuco, il arrive à Los Andes où il retrouve Eric qui l'avait hébergé lors de son premier passage il y a 19 ans. Le vendredi 26 mars, le Chili vaccine les gens âgés de 57 ans. Après un refus d'un premier centre qui ne vaccine pas les non résidents, on lui injecte la première dose du vaccin chinois Sinovac dans un autre centre.



Le 29 mars, il quitte la localité confinée pour se diriger vers le Nord dans des territoires plus arides et moins peuplés dans lesquels il espère faire de belles rencontres. Malheureusement, la quarantaine transforme les bourgades en villages fantômes. Il poursuit sa route avec l'appréhension de se faire contrôler et immobiliser. Vagabonder de la sorte n'est guère enrichissant en termes de contacts et rapports humains!



En ce début avril, Jacques se dirige vers Monte-Patria en empruntant la vallée de Gogou. Le 9 avril, il aperçoit une rivière emplie d'eau. Il installe sa tente à l'ombre des arbres et profite de cette onde claire pour prendre un bain réparateur. En soirée, Pablo vient à sa rencontre pour lui apporter de la menthe, deux tomates et une boîte de thon pour le repas du soir. Le lendemain matin, il apporte des provisions pour les prochains jours qui remplissent les sacs. Jacques est touché par tant de générosité de la part d'un inconnu. Après avoir échangé quelques mots, Pablo part travailler et Jacques retrouve la solitude qui l'accompagne depuis quelque temps. Un berger passe avec son troupeau de chèvres au moment de quitter le bivouac. Il explique que la rivière ne va couler que quelques jours car les vannes d'un barrage en amont ont été ouvertes pour l'arrosage des cultures. Dans la vallée



Puerto-Viejo

omniprésente. Au passage, un homme lui offre quelques grappes pour agrémenter l'ordinaire dans une quarantaine assez démoralisante. Heureusement, dans cette ambiance déprimante, quelques lueurs d'humanité et de belles rencontres remontent le moral.

Vers le 14 avril, il arrive à La Serena, sur les bords du Pacifique Sud, ville qu'il quitte discrètement. Alors qu'il s'arrête dans une station service pour prendre un café, il échange quelques mots avec un jeune chilien sans emploi et sans ressources qui mendie pour survivre. Victime de la crise sanitaire, il tente de se diriger vers la Bolivie puis le Brésil pour espérer un avenir meilleur. Quelques centaines de mètres plus loin, un autre jeune en guenilles marche en direction du Nord. Vénézuélien arrivé il y a quelques mois au Chili avec plein d'espoir, il tente aujourd'hui de quitter le pays pour la Bolivie. Ces rencontres laissent Jacques perplexe et songeur face à la grande vulnérabilité de ces jeunes à l'avenir particulièrement sombre.

A quelques encablures de Vallenar, il repère deux villages sur la côte qui ne sont pas en quarantaine. Le manque de contacts réels avec la population qui s'éternise ne lui remonte pas le moral. Les rues désertes des villages lui pèsent mais il faut qu'il se montre le plus discret possible. Il a l'impression d'être en fuite permanente.

Le 19 avril, Jacques poursuit son chemin le long de la côte.

A la sortie du hameau de Punta Lobas, Juan qui vit dans un bus transformé en logement face à l'océan l'interpelle. C'est un artiste qui a trouvé son paradis ! Le lendemain, dans une petite épicerie dans laquelle il fait quelques achats, Dona Miriam lui propose de manger à sa table. Ces deux rencontres lui permettent de retrouver un intérêt à son itinérance tout comme les superbes paysages qui se renouvellent devant son guidon. Le 26 avril, alors qu'il se trouve depuis quelques jours dans la petite ville de Chañaral, il reçoit la deuxième dose

du vaccin contre la Covid. Il en profite pour vérifier l'état de son fidèle destrier : la jante arrière est fissurée et la jante avant abimée. La surcharge du vélo occasionnée par l'emport de réserves d'eau et de nourriture dans ces zones désertiques et l'état des pistes

empruntées en sont certainement la cause.

Se délestant de son hamac, de sa moustiquaire, d'une paire de chaussures, d'une machette et d'un peu de nourriture pour alléger le vélo de quelques kilos, il espère pouvoir atteindre la ville d'Antofagasta pour s'y faire livrer deux nouvelles roues renforcées.

Ces huit derniers mois, Jacques a été confronté à beaucoup de péripéties et de nombreux rebondissements. Espérons que la suite de son voyage atypique sous coronavirus soit moins perturbée et que Jacques retrouvera le moral qu'on lui a toujours connu.

Bon courage et à bientôt pour la suite de l'aventure !

Daniel

Ministerio de Salud
Gobierno de Chile

CAMPAÑA VACUNACIÓN COVID-19
YO ME VACUNO

Nombre: Jacques Siret
Fecha 1ª vacunación: 26-03-2021
Fecha 2ª vacunación: 26-04-2021
Lugar de vacunación: Polideportivo Cocheo
Tipo de vacuna: Sinovac

CESFAM DR. LUIS HERRERA R.
ESQUEMA COMPLETO

Séquence souvenir : l'ASPTT au soleil de Provence

Du 6 au 13 mai 2001, 18 cyclos de l'ASPTT, dont 2 cyclotes et 3 accompagnateurs ont sillonné les routes du Var sous un ciel ensoleillé.

Ayant pris nos quartiers à La Londe des Maures, près de la mer et au cœur des célèbres vignobles des Côtes de Provence, nous étions reçus dans un centre de vacances où tout était fait pour l'accueil des cyclotouristes y compris un abri extérieur pour l'apéro du soir.

Dès le lundi, un parcours de 120 kilomètres par la route côtière bien tranquille en ce début mai: le Lavandou, Cavalaire, St Tropez, (pas vu Brigitte, ni Johnny, ni Eddy) Ramatuelle et retour par Cogolin et le col de Grateloup.

Le mardi: étape bucolique à travers vignobles et forêts par Pierrefeu, l'Abbaye du Thoronet, la belle montée au milieu des châtaigniers vers Notre Dame des Anges et retour par Colobrières et la forêt de chênes lièges où, bien entendu, nos habitués étourdis ont oublié de tourner à gauche et ont parcouru une vingtaine de kilomètres supplémentaires.

Pour le mercredi, c'était le Mont-Faron, avec sa sévère montée bien compensée par la vue panoramique sur



**Serge
Polloni**

la rade de Toulon, par Hyères, la cité des palmiers, et retour par la presqu'île de Giens et les marais salants. Certains ont fait le détour par la col de la Serre pour admirer le portail d'entrée de la maison de Richard Virenque.



Le jeudi: départ en minibus vers Moustiers Ste Marie, la cité de la faïence, pour faire le tour des gorges du Verdon. Malgré un temps brumeux, bien meilleur que les seaux d'eau que nous avons reçu quelques années auparavant, arrêt photos au point sublime et au pont de la Mescla et ses sauteurs à l'élastique, passage au col de Vaumale, point culminant de la randonnée à 1201 mètres, et retour par Aiguines, son château et sa vue panoramique sur le lac de Ste Croix aussi magnifiques l'un que l'autre avec le soleil bien revenu.

Cinquième étape: direction la cité lacustre de Port Gimaud où certains s'attardent tandis que d'autres vont gravir quelques petits cols supplémentaires. Casse croûte à la Garde-Freinet et retour par la route des crêtes Marc Robert au goudron incertain mais à la pente certaine – près de 20% sur le 1er kilomètre – aux superbes panoramas et encore par Colobrières où les mêmes ont encore oublié de tourner.

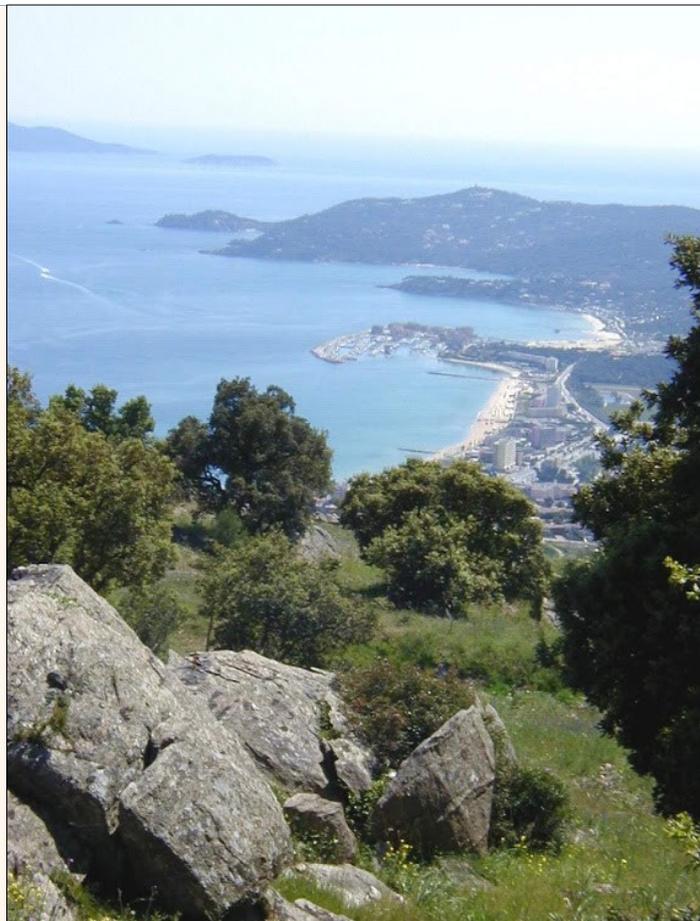


Sixième et dernière étape à travers forêts et vignobles par la route des crêtes avec vue sur la Méditerranée, casse croûte à la Croix Valmer ou quelques estivants prennent leur premier bain et nous un coup de rosé.

Retour par la route des crêtes des Maures, le col de Babaou, Bormes les Mimosas et le célèbre Fort de Brégançon, fort peu visible d'ailleurs.

Bilan de ce séjour: près de 15000 kilomètres parcourus par toute l'équipe, 28 cols gravis – 41 par nos chasseurs de cols dont 5 sur des chemins forestiers – 5 crevaisons, une roue cassée, des panoramas pleins les yeux, des routes tranquilles – à cette époque de l'année - un accueil à La Londe des plus chaleureux, nos accompagnateurs aux petits soins comme d'habitude et déjà des projets pour l'automne: relier l'Atlantique à la Méditerranée par le côté Espagnol des Pyrénées.

Serge



Tout sur le pneu

Structure et composition d'un pneu

Les tringles

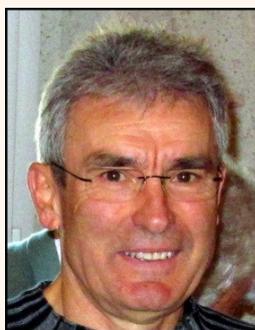
Deux tringles: souples TS ou rigides TR, elles maintiennent le pneu sur la jante.

Le caractère rigide de la tringle maintient, en effet, en place la jante dans le pneu malgré les pressions.

Un pneu tringle souple (TS) est plus léger et plus facile à transporter mais plus onéreux que son homologue à tringle rigide (TR).

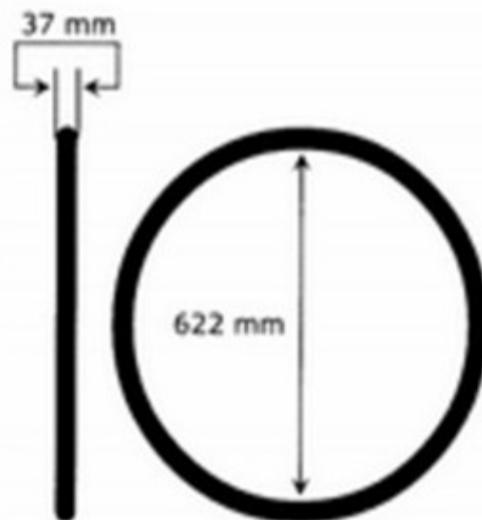
Selon la norme ETRTO: pour le calcul de la circonférence extérieure de jante, il y a 4.7mm en plus ou en moins, dont 9 mm maximum entre deux jantes de fabrication différentes.

Ce qui explique que certains pneus sont très difficiles à monter selon la jante utilisée. Plus ou moins 1 mm de tolérance pour le pneu.



Yves
Dazéma

Notation ISO (ETRTO)



La conception du pneu

L'indice de souplesse, la densité, est indiqué par l'appellation TPI ou EPI, qui correspond au nombre de fils par pouce.

La carcasse en fils tissés entrecroisés (coton, Kevlar, nylon) dans le sens vertical et horizontal (chaîne et trame) La densité des fils est exprimée par pouce² (TPI) soit $2,54 \text{ cm} \times 2,54 = 6,5 \text{ cm}^2$.

Plus cette valeur est grande, plus le pneu est souple, léger, toutefois moins résistant à la perforation, car les fils sont plus fins.

Valeurs usitées = 33.66, 127 chez Hutchison. Chez Michelin on trouve des valeurs de 330 TPI, mais il s'agit de trois couches superposées de 110 TPI.

Au-dessus de la carcasse, il peut y avoir une bande de renfort anti crevaison, puis une bande roulement qui fera le lien avec la route, en caoutchouc naturel ou synthétique, chaque fabricant a sa poudre magique pour améliorer la longévité, sur route sèche ou humide et la plus faible résistance au roulage.

Sur les flancs des pneus, outre la marque du fabricant, on peut y lire la largeur et le diamètre. Trois normes pour définir la taille des pneus:

La norme Française

La norme Anglaise

La norme internationale ETRTO

Dénomination des différents pneus

Tube type = montage avec une chambre à air.

Tubeless = sans chambre

Tubeless Ready = toujours sans chambre et se montent sur plusieurs modèles de jantes à crochets... reste à vérifier.

ETRTO	POUCES	MM
18-622	28 x 3/4	700 x 18C
19-622	-	700 x 19C
/	-	700 x 19
20-622	28 x 3/4	700 x 20C
22-622	28 x 7/8	700 x 22C
/	-	700 x 22
23-622	28 x 0.90	700 x 23C
/	28 x 7/8	-
24-622	-	700 x 24C
25-622	28 x 1.00	700 x 25C
/	28 x 1 1/16	-
26-622	-	700 x 26C
28-622	28 x 1.10	700 x 28C
/	28 x 1 5/8 x 1 1/8	-
30-622	28 x 1.20	700 x 30C
32-622	28 x 1.25	700 x 32C
/	28 x 1 5/8 x 1 1/4	-
33-622	28 x 1.30	700 x 33C
35-622	28 x 1.35	700 x 35C
37-622	28 x 1.40	700 x 35C
/	28 x 1 5/8 x 1 3/8	-
40-622	28 x 1.50	700 x 38C

Certaines marques ont un sens de montage, indiqué par une flèche ou une inscription sur le flanc, qui peut être différent selon qu'on le monte à l'avant ou à l'arrière.

Ceci est fréquent pour le VTT (propulsion-freinage). Il faut toujours vérifier la compatibilité jante-pneu.

Les jantes actuelles sont plus larges qu'avant.

Aussi pour un même pneu la jante étant plus large, les flancs du pneu seront moins arrondis, le volume d'air plus important, d'où un confort supérieur.

La pression du gonflage doit être en générale 10% du poids du cycliste + sa monture un randonneur avec sacoches le saura vite.

Les pressions maxi et mini sont indiquées sur les flancs, à respecter car risque déjantage, pincement, éclatement.

Pour le VTT à adopter suivant le terrain gras ou sec.

Yves

