

Plaquette annuelle - édition 2021



# LES CYCLOTOURISTES ALBERTVILLOIS

## En mémoire de Louis GIACOLETTO



Louis sur sa petite reine était un grand bonhomme,  
Et pour nous ses élèves, un très fier métronome ;  
Sa régularité sur sa brillante monture,  
A souvent fasciné nos trop bouillantes natures.

Pas de mots inutiles, pour avancer encore,  
Dompter avec sagesse les élans de son corps,  
Il était difficile pour lui de s'arrêter,  
Car l'allure de croisière est faite pour progresser

Sans excès arrogants destinés à séduire,  
Mais aussi quelquefois, les compagnons réduire  
En un vulgaire wagon qui ne peut que vous suivre,  
S'il veut, en fin de jour, dans les roues, survivre.



Le sérieux du comptage de tous ses kilomètres  
L'a fait grandir pour nous et reconnaître un maître.  
Ses bécane avec soin, étaient entretenues  
Et peu souvent confiées à de tristes inconnus.

Le vélo, la bécane et la petite reine  
Étaient pour Louis, toujours, comme du pain quotidien.  
Ce pain que l'on partage, bien souvent dans la peine.  
Mais c'est en communiant que l'on donne du goût au sien.

Louis était taiseux, silencieux à l'extrême,  
Mais j'ai su le faire parler, le guidant à mon tour,  
Sur tous ces fiers chemins, ces petites routes qu'on aime  
Emplissant sa mémoire pour de fidèles retours,  
En des lieux où l'effort nous construit un grand jour.

Du haut de son « grand ciel » il me fait signe de me taire  
Avant que ma « rimaille » ne devienne délétère.  
Oui, il me parle encore comme tous ces souvenirs  
Qui reviennent rayonnants, dépassant les soupirs.  
J'entends tous ces silences qui vont encore grandir.

Michel CARTIER-Moulin... (à paroles)



## Sommaire

- 2....En mémoire de Louis GIACOLETTO
- 3....Le mot du président
- 4....Calendrier 2021
- 5....Le budget réalisé 2020 / prévisionnel 2021
- 6....Le conseil d'administration 2021
- 7....Rapport moral du président
- 9....Histoire de la théorie des groupes ou évolution de leur typologie dans le temps
- 11..Sécurité : Elle n'est pas que sanitaire !
- 12..Audacieux
- 13..Déconfiné, ou con fini ?
- 15..Putain de COVID
- 16..Un grand merci à mon groupe
- 17..Groupe Rando-cool
- 18..Cent Cols dans les Vosges
- 20..Merci papa !
- 21..Et si 2020 était au fond une très belle année ?
- 22..Hommage à un grand homme

## Le mot du président

2020, année si particulière, a une fois de plus démontré la vitalité du club, et révélé ses capacités d'adaptation par l'engagement de tous ses membres, pour trouver des alternatives et maintenir l'activité du club, malgré la pandémie du Covid-19 qui nous a obligés à annuler la plupart des organisations habituelles.

Que 2021 nous permette de retrouver gaieté et insouciance! Certes il faudra patienter encore un peu jusqu'à la vaccination contre le Covid-19, mais nous ferons tout pour réaliser notre programme habituel : stage de printemps, Pâques en Provence, Semaine Fédérale, Jumelage, Agritour Cyclo, brevets divers ... Mais sans sacrifier au principe de précaution, en respectant les mesures sanitaires du moment, pour préserver la santé de nos adhérents. Nous serons à nouveau contraints de nous adapter à l'évolution de la situation.

Nous proposerons comme à l'habitude des sorties hebdomadaires pour les différents groupes de niveaux, adaptés à l'ensemble des adhérents actuels et permettant d'accueillir de nouveaux avec le groupe accueil.

Nous continuerons à promouvoir des actions sur la sécurité, sur la formation, pour la promotion du vélo au travers de la fête du vélo, du Forum des Associations.

Bonne santé à tous

**Gilbert ALLAIRAT**

- 23..2020 : une année confinée
- 25..Défense et illustration du séjour collectif
- 28..Plaidoyer pour la carte routière
- 28..Chasse aux trésors
- 30..Tchao, Gud
- 31..Pour Julien
- 32..Saint Charles
- 33..Savoie - Vendée à vélo
- 35..Cent Cols à Albertville en 2020

## Calendrier 2021

Date	Evènement	Organisateur
13 au 20/02/21	Bourse aux vélos	Cyclos Chambériens
<b>26/02/21</b>	<b>Repas de la Petite Reine</b>	<b>CTA</b>
05 au 07/03/21	Bourse aux vélos	UC Nivolet
<b>06/03/21</b>	<b>Ouverture saison Place Léontine Vibert</b>	<b>CTA</b>
26 au 28/03/21	Bourse aux vélos	Cyclos de Bassens
27/03/21	Le printemps de Bissy - VTT	Cyclos Bisserains
<b>03 au 05/04/21</b>	<b>Pâques en Provence à Blauvac (84)</b>	<b>CTA</b>
<b>24/04 au 01/05/21</b>	<b>Séjour club au Lavandou</b>	<b>CTA</b>
01/05/21	Randonnée du petit Bugey	Cyclos Yennois
15/05/21	Randonnée Entre lac et montagne	Cyclos Aixois
<b>13 au 16/05/21</b>	<b>Jumelage à Albertville</b>	<b>CTA</b>
13/06/21	La Mandrinoise - VTT	Cyclo VTT Aiguebelette
12/06/21	Journée des écoles cyclos	Codep 73
20/06/21	La Savoyarde	Cyclos Montmélian
27/06/21	Lacets mauriennais	Cyclos Mauriennais
11/07/21	Concentration départementale	Codep 73
25/07 au 01/08/21	Semaine Fédérale à Valognes (50)	FFCT
29/08/21	Randonnée des diots	Cyclos Ravoiriens
04/09/21	Cyclo découverte	Cyclos de Tresserve
05/09/21	Randonnée des fruits	CC La Motte Servolex
11/09/21	Randonnée des clochers	Arvi Cyclos
19/09/21	Randonnée du Nivolet	UC Nivolet
25 et 26/09/21	Critérium bi-départemental 73 et 74	Codep 74
02/10/21	Bourse aux vélos	CVT Cognin
<b>03/10/21</b>	<b>Agritour cyclo - Route/VTT/Marche</b>	<b>CTA</b>
30/10/21	Loto de Grésy	Cyclos Grésy/Aix
<b>12/11/21</b>	<b>AG à la Maison communale du Parc</b>	<b>CTA</b>
20/11/21	AG	CODEP 73
04/12/21	Téléthon	UC Nivolet

## Le budget réalisé 2020 /prévisionnel 2021

DEPENSES	Realisé 2020	Prévision 2021	RECETTES	Realisé 2020	Prévision 2021
Frais Généraux	491 €	505 €			
Fournitures, entretien, équipements	41 €	50 €			
Fournitures administratives	49 €	50 €			
Frais postaux	55 €	55 €			
Annonces et insertions	165 €	150 €			
Dépenses diverses	182 €	200 €			
Local club	707 €	720 €	Subvention Ville Albertville	389 €	500 €
Location Maison des associations	592 €	600 €			
Assurance du local club	115 €	120 €			
Adhésions et Licences FFCT	6 909 €	6 925 €	Adhésions et Licences FFCT	7 371 €	7 450 €
Réaffiliation FFCT	54 €	55 €			
Assurance compl. FFCT	50 €	50 €			
Licences	6 435 €	6 450 €	Cotisations des Licenciés	7 177 €	7 250 €
Revue Cyclotourisme	370 €	370 €	Aides FFCT Bilan 2019	194 €	200 €
Formation et Sécurité	0 €	200 €	Formation et Sécurité	0 €	100 €
Formation PSC1	0 €	200 €	Formation PSC1 rembours. CODEP		100 €
Activités (Randos, séjours, ...)	11 186 €	11 800 €	Activités (Randos, séjours, ...)	11 170 €	9 800 €
Inscriptions Rando ext. FFCT	16 €	400 €			
Séjour Printemps	11 170 €	11 000 €	Contribution des participants	11 170 €	9 800 €
Semaine Fédérale	0 €	400 €			
Jumelage	0 €	3 000 €	Jumelage	0 €	2 500 €
Hébergements, restauration	0 €	3 000 €	Contribution des participants	0 €	2 500 €
	0 €	0 €	Subvention ville d'Albertville	0 €	
Organisation randonnées	0 €	3 000 €	Organisation randonnées	0 €	5 800 €
Frais organisation Agritour	0 €	3 000 €	Inscriptions Randonnée Agritour	0 €	5 000 €
			Partenariat Agritour	0 €	800 €
Missions et réceptions	2 936 €	840 €	Missions et réceptions	2 125 €	650 €
Assemblée générale	1 742 €		Participations des adhérents	2 125 €	650 €
Repas de la Petite Reine	737 €	600 €	Recettes diverses	105 €	
Réceptions diverses	424 €	240 €	Inscription 2000 Savoyards	5 €	
Missions	32 €		Don club Grignon	100 €	
Vêtements cyclisme club	1 905 €	1 000 €	Vêtements cyclisme club	1 826 €	1 000 €
Achat vêtements club	961 €	1 000 €	Vente de vêtements club	1 826 €	1 000 €
Masques Stimbro	944 €				
Services bancaires	88 €	60 €	Produits financiers	279 €	280 €
Frais bancaires	54 €	60 €	Intérêts livrets A, Parts sociales	279 €	280 €
Charges sur exercice antérieur	34 €				
Communication	1 042 €	830 €	Fonds propres		800 €
Cotisation Maison du tourisme	26 €	30 €	Produits sur exercice antérieur	1 000 €	
Plaquette Club	508 €	400 €	Variation du stock	78 €	
Forums et expositions	508 €	400 €	Déficit 2020	921 €	
<b>TOTAL DEPENSES 2019-2020</b>	<b>25 264 €</b>	<b>28 880 €</b>	<b>TOTAL RECETTES 2019-2020</b>	<b>25 264 €</b>	<b>28 880 €</b>

## Le conseil d'administration 2021

Nom Prénom	Fin de manda	Fonction	Adresse
ALLAIRAT Gilbert	2022	Président	99, rue Pasteur 73200 Albertville
CHARRIERE Alain	2021	Vice-Président Plaquette	71 chemin des Carres 73460 Montailleur
LATOIR Christian	2023	Trésorier Relations CoDep	5, rue Ripaille 73200 Albertville
BERNARD Dominique	2022	Secrétaire Agritour Communication	2525, rte de Pontfet 73200 Mercury
TULASNE Jean-Brice	2022	Secrétaire adjoint	243 Chemin du Meigny Les Pointières 73270 Queige
ALLAIRAT Christian	2021	Référent groupe « Costauds »	Beauséjour 73730 Saint Paul sur Isère
BISOLI Marc	2023	Logistique Intendance	201, chemin de la Peysse 73200 Albertville
BONVIN Michel	2022	Aides ponctuelles	24 rue du docteur Brachet 73200 Albertville
CHARRIERE Annie	2021	Vêtements Aides ponctuelles	71 ch. des Carres 73460 Montailleur
CHEVALLIER Roger	2023	Référent groupe « Randocool » Adjoint sécurité	51 Avenue du Général De Gaulle 73200 Albertville
DEVILLE- CAVELLIN Christian	2021	Séjours	90 impasse du Million 73200 Venthon
FLEURANCE Christine	2022	Vêtements club	28 rue des Fleurs 73200 Albertville
GRANGE Michel	2022	Référent VTT Séjours VTT 2000 Savoyards	100, rte des Ayes 73460 Verrens-Arvey
GUILLAUME Lionel	2022	Jumelage	8, av. de Tarentaise 73200 Albertville
HOUDBINE Nicole	2021	Référente groupe « Zen »	22 chemin du Paradis 73200 Albertville
LECLERC Rodolphe	2023	Délégué sécurité Développement durable	496 ch. du château 73200 Gilly s/Isère

Nom Prénom	Fin de mandat	Fonction	Adresse
LESUR Agnès	2023	Référente Licences Agritour	14, place Biguet 73200 Albertville
PERRUCHE Laurent	2022	Ecole VTT de Gilly Plaquette	11, rue Joseph Batailler 73200 Albertville
POUPART Philippe	2023	Référent actions Handicap	642 Route Porte de Tarentaise 73790 Tours-en-Savoie
REY Bernard	2022	Référent groupe « Rando » Aides ponctuelles	64, impasse de Crevilly 73460 Montaille
RIEU François	2021	Référent 100 cols Plaquette	432 rue des Sardes 73200 Grignon

Membre hors CA : Claude Dubray ayant pour mission la gestion du site Facebook. <https://www.facebook.com/Cyclotouristes-Albertillois-368351533740014/>

## Rapport moral du président



### ASSEMBLEE GENERALE du Lundi 23 novembre 2020

Cette année 2020 a été atypique: après un début d'année conforme aux prévisions et porteur d'espoir de belles organisations, l'arrivée du virus Covid-19 fin février début mars nous plongea dans un premier temps dans l'incertitude, avant que les mesures de confinement prises le 17 mars par le gouvernement ne stoppent complètement notre activité jusqu'au 11 mai. Après quelques mois de répit, la deuxième vague de pandémie nous contraint à réaliser une AG virtuelle, à vous transmettre les rapports et vous demander de voter par correspondance.

Je remercie tous les membres du CA et les adhérents qui se sont impliqués pour préparer les différentes organisations prévues, je vous laisse le soin de lire le rapport d'activités préparé par Dominique notre secrétaire.

L'effort sur la communication s'est poursuivi cette année sur le site du club : <http://ctalbertville.free.fr/spip/> mis à jour fréquemment par Dominique.

Claude DUBRAY continue à publier les photos des sorties sur Facebook: Cyclotouristes Albertillois, il faut penser à lui envoyer régulièrement des photos lors des sorties des différents groupes.

Dominique a également alimenté en informations les médias locaux (Le Dauphiné et La Savoie) qui ont publié

plusieurs articles dans leurs journaux.

Malgré les difficultés sanitaires et quelques non-renouvellements de licences, les effectifs du club ont progressé. Voir le rapport d'activités qui fait le point sur l'évolution du club. Cela est le résultat des efforts faits par chacun pour accueillir les nouveaux et par les responsables des groupes pour proposer des sorties attractives. D'autre part le Forum des Associations 2020, qui a été un succès grâce à l'investissement de Roger, Gérard, Bernard et Jean-Brice est porteur d'espoir pour de nouvelles adhésions dont certaines se sont déjà concrétisées. Agnès et Dominique vous transmettront toutes les informations pour les prises de licences 2021 avec la lettre d'hiver qui vous sera envoyée courant décembre.

Malgré l'annulation de la presque totalité des randonnées FFCT, la vitalité du club s'est affirmée d'abord au travers des sorties individuelles dès la reprise du 11 mai pour respecter plus facilement les mesures sanitaires, puis par la reprise des sorties de groupe complètes début juin.

Nous devons continuer à réfléchir pour développer la pratique du VTT au sein du club, et attirer de nouveaux pratiquants. Laurent et

Jean-Marc continuent à apporter leur compétence au club de Gilly-sur-Isère pour encadrer les jeunes de l'école cyclo tout au long de l'année.

Nous avons pris contact avec le responsable du programme « Bouger sur prescription » et proposerons un groupe dédié pour accueillir une pratique débutante sur de faibles distances, faibles dénivelés et



ensuite pour accompagner ces personnes dans leur progression.

Nous avons dû adapter les réunions hebdomadaires (habituellement tous les mardis à 18h30, à la Maison des Associations dans la salle de réunion Glycines mise à disposition

par la ville d'Albertville), pour les organiser dans un premier temps en visio-conférence jusqu'à la réouverture de la Maison des Associations, puis pour respecter les mesures sanitaires et les adapter à l'annulation des grandes organisations: réunion tous les 15 jours avec 16 participants maxi et respect des mesures sanitaires. Cela nous a permis de retrouver un peu plus de convivialité qu'avec les visio-conférences.

La sécurité est toujours au centre des préoccupations du club, car la pratique d'un sport en milieu extérieur, et avec le trafic routier présente des risques qu'il faut savoir anticiper pour diminuer la probabilité d'accident. Notre délégué sécurité Rodolphe, qui peut compter sur l'appui de tous les membres du CA pour l'aider à faire progresser la sécurité au sein du club, nous a préparé l'état des lieux de l'année 2020 et les actions de prévention à mener en 2021.

Nous devons faire un effort pour mieux informer sur les possibilités de formation offertes par la Fédération et le Comité Régional. Nous recherchons un délégué formation pour les promouvoir et nous vous incitons à suivre les différentes formations proposées par la Fédération, par le CDOS, ou avec les organismes de sécurité.



Le club est élu comme représentant des associations à la Maison du Tourisme du Pays d'Albertville, Christian Latour et moi-même y représentons les CTA lors des CA et de l'AG.

L'annulation de l'Agritour Cyclo a un impact non négligeable sur le résultat financier de l'année 2020, voir le bilan financier ci-joint présenté par Christian LATOUR notre trésorier.

Cette année, malheureusement nos amis André CROIBIER, Julien PIVIER et Louis GIACOLETTO nous ont quittés. Nous avons une pensée pour eux, pour les épouses d'André et Julien: Denise et Odette, et leurs familles, ainsi que pour toute la famille de Louis.

André a été secrétaire du club et s'est impliqué dans beaucoup d'organisations dont il a été à l'initiative pour certaines (Avant

Tour, ABC, Agritour, Jumelage et voyages itinérants), en plus de sa tâche de secrétaire et de représentant du club à la Maison du Tourisme.

Julien était toujours disponible pour aider le club pour tracer les parcours, transporter le matériel, tenir les ravitaillements pour l'Agritour, pour convoyer quelques adhérents lors des sorties FFCT avec sa camionnette équipée pour accueillir plusieurs vélos, et entretenir et améliorer la remorque du club, apporter sa bonne humeur dans les sorties hebdomadaires du club.

Louis a présidé le club il y a quelques années, il fut un pratiquant assidu et participa aux organisations FFCT (journée VELOCIO, ...)

Nous les remercions de tout ce qu'ils ont apporté au club.

Nous avons une pensée également pour tous les membres du club que

la maladie a éloignés temporairement de la pratique cycliste hebdomadaire, et nous leur souhaitons un prompt rétablissement et la meilleure santé possible pour 2021.

La plaquette 2020 est en cours de préparation, et devrait être disponible courant janvier 2021. Il n'est pas trop tard pour proposer des sujets, et envoyer vos textes au comité de relecture, même si avec les annulations de séjours et randonnées les sujets sont moins nombreux cette année.

Nous souhaitons une bonne santé à vous et vos familles, en espérant que 2021 permette la mise au point d'un vaccin et la régression du virus Covid-19.

**Pour le bureau des CTA, Gilbert ALLAIRAT**

## Histoire de la théorie des groupes ou évolution de leur typologie dans le temps



assurez-vous, chez les CTA nous ne vous parlerons pas de mathématiques, encore qu'au départ leur dénomination faisait partie d'une série de nombres de 1 à 4. Ces groupes rassemblent des cyclistes censés avoir une pratique commune: distance, dénivelé, vitesse moyenne, arrêts fréquents

ou non, durée, de façon à rouler groupés et rentrer ensemble lors des sorties hebdomadaires. Aujourd'hui nous avons 4 groupes identifiés dont les référents proposent des parcours pour nos sorties hebdomadaires dont le programme est diffusé chaque semaine par notre secrétaire.

Un peu d'histoire du club pour comprendre comment nous

sommes arrivés au fonctionnement actuel. Comme les niveaux de pratique étaient très variés, de l'ancien coureur au nouveau pratiquant manquant encore d'entraînement, il fut décidé de créer des groupes de 1 à 4 d'abord. Puis en 2010 un responsable de la typologie des groupes, Michel Cartier-Moulin, réfléchit avec le CA à de nouvelles dénominations, en clarifiant le fonctionnement des groupes (plaquette 2010 page 57):

groupe « **RAP** » ( Randonneurs à Allure Percutante) ou plus simplement Rapide, groupe « **CAR** » (Cyclotouristes à Allure Raisonnée) comme un Car touristique à allure diesel, un groupe « **PAM** » (Promeneurs à

Allure Modérée) et enfin un groupe « **Accueil** » pour pouvoir situer les nouveaux et les intégrer progressivement aux groupes précédents.

Ensuite en 2014, Denise et André Croibier proposèrent de nouvelles appellations proches des dénominations actuelles: **Grand joueur** pour les rapides, **Randonneurs** pour les « CAR », **Zen** pour les « PAM ». Nous avons fonctionné avec ces 3 groupes qui ont bien fonctionné jusqu'ici, et un groupe accueil temporaire qui n'a jamais eu un grand succès, les nouveaux arrivants intégrant rapidement les 3 groupes principaux. Le groupe « Grands joueurs » renommé **Costauds** ayant encore évolué en rapidité, de même que le groupe

**Randonneurs**, cette année nous avons créé un nouveau groupe **Rando cool** qui propose des sorties à allure plus faible et avec des dénivelés un peu moins importants que les **Randonneurs**, mais sur une demi-journée, alors que les **Zen** roulent à allure modérée mais le plus souvent à la journée. Le groupe **Accueil** a vocation à être temporaire: en début de saison ou pour la reprise début septembre. D'autre part la coopération du club avec l'animatrice du programme « **Bouger sur prescription** » qui n'a pu se concrétiser cette année du fait de la pandémie, sera reconduite en 2021.

Gilbert ALLAIRAT



## Sécurité : Elle n'est pas que sanitaire !



Autant que moi, vous avez constaté la particularité de cette année.

Autant que moi, vous êtes conscients de la nécessité absolue de respecter les gestes élémentaires qui nous permettent de nous éloigner de ce fichu virus.

Les directives de la FFVélo, via le Ministère des Sports, ont été relayées régulièrement par Gilbert, ce qui nous a permis de les suivre et de les respecter.

En parallèle, autant que moi, vous êtes conscients de l'importance de la santé et de la sécurité dans notre sport

Autant que moi, vous êtes conscients de l'importance du respect du code de la route, du port du casque, du rôle du rétroviseur, de la visibilité du cycliste, de la formation aux premiers secours, de la maniabilité de nos cycles, de l'échauffement comme des étirements, de la préservation de notre capital santé...

Oui, mais voilà, les données du Codep comme celles du CTA sont claires : les kilomètres avalés pour notre grand bonheur sont parfois synonymes d'accidents !

Toutefois, disons-le tout de suite, 2020 n'aura connu aucun accident grave, voir mortel, au sein de notre département (FFVélo) : nous nous en réjouissons tous !

Mais qui n'a jamais vociféré contre un automobiliste peu scrupuleux de notre

présence, contre un chien non tenu en laisse sur une piste cyclable ou contre un véhicule garé sur une bande réservée aux cyclistes... ?

Ces « éléments » extérieurs semblent être une cause non négligeable d'accidents dans la pratique de notre sport ; c'est ce que nous pensons. Pourtant elle est statistiquement peu présente. Ce qui ressort le plus dans la synthèse des accidents n'est pas là ! Non, la cause principale d'accidents est un défaut de maîtrise ou un défaut d'attention de la part du cycliste.

Il y a des règles de bon sens à respecter, ne les oublions pas au fil des kilomètres.

Trop souvent, le phénomène de groupe, ô combien salubre, absorbe nos bonnes résolutions du moment ! Restons vigilants tout en profitant du bonheur de rouler !

L'année prochaine, Roger Chevalier viendra m'épauler dans cette mission sécuritaire. Je le remercie chaleureusement tant la tâche est vaste.

C'est un fédérateur, et nous resterons tous deux à votre écoute.

Pour finir je vous conseille de lire les différentes rubriques « sécurité » de la FFVélo sur leur site internet <https://ffvelo.fr/randonner-a-velo/sante-et-securite/> ainsi que les articles, parfois nombreux, de la revue « Cyclotourisme ».

**Rodolphe LECLERC**

## Audacieux



Météo  
Comme mon chemin,  
Tu es incertain,  
Tantôt favorable,  
Tantôt défavorable.

Le départ engendre le stress,  
La route me relaxe.  
Point de sermon, ni de messe,  
Il faut se rendre à la raison,  
Ni vitesse, ni précipitation,  
Juste tourner dans l'axe.

Comme une journée d'été, si  
capricieuse,  
Tantôt radieuse, tantôt odieuse.  
Dans un ciel déchiré par une guerre  
éclair,  
Des cavaliers électrisés jouent du  
sabre laser.  
Par les dieux, pris en otage,  
J'assiste de plein fouet à l'orage.  
Face au vent et à la pluie,  
Point de repos, point d'abri.  
Je patiente, courbe l'échine avec  
dextérité,  
Attendant l'accalmie et la sérénité.

O Météo  
Quels sont tes noirs dessins ?  
Quel mal nourris-tu en ton sein ?  
Colère, tempête à tout-va !  
Qui peut mériter cela ?  
Pleure et déverse ta  
furie,  
Les eaux quittent  
leurs lits.  
Calme tes  
représailles,  
Je ne suis  
qu'un fétu de

paille.  
Tout ça pour moi,  
C'est bien trop ma foi !

O Cyclo  
Quelle audace, tu veux me défier ?  
Pourquoi insistes-tu au lieu de céder ?  
Abandonne, avoue-toi vaincu.  
Pourquoi tant de sacrifices,  
d'obstination ?  
Comme beaucoup d'hommes, tu es  
têtu !  
Quel est ton but, quelle est ta  
motivation ?

O Météo  
Sur cette terre mon temps est  
compté.  
Rouler encore, c'est juré,  
Malgré les pièges, les ennuis,  
Je ne peux renoncer en chemin.  
Un peu de répit pour traverser la nuit,  
Laisse-moi en paix jusqu'à demain.  
La route, c'est mon destin.  
Laisse-moi vivre jusqu'à demain.

Audacieux,  
Que la force soit avec nous, en tous  
lieux,  
Que la lune nous éclaire sous les  
cieux,  
Que les étoiles brillent de mille feux.  
Ciel, pouvez-vous exaucer nos vœux ?  
La lumière au loin j'aperçois,  
Lueur d'espoir, c'est la vie que je vois.

**Philippe LAPLANCHE**



## Déconfiné, ou con fini ?



Ce fut une bien belle année. Mémorable. Ou pour la première fois depuis 1982 je ne suis pas allé à Pâques en Provence. Mais je ne suis pas le seul à qui la mésaventure soit arrivée ! J'ai donc randonné comme tout le monde, sur ma terrasse, pédalant au soleil jour après jour sans jamais parvenir à m'approcher du col de Tamié, que j'avais pourtant en point de mire... depuis mon home-trainer.

Un bien beau printemps.



Et quand la quille fut venue, pas plus de vélo en vue. Confinement ou pas, une mairie vous occupe son bonhomme. D'autres cyclos de ce club pourront confirmer... C'est donc dans le cadre de la mairie que le mercredi 20 mai après-midi je suis parti en voiture pour aller chercher un carton de visières de protection à la mairie des Echelles. Et puisque je suis aux Echelles, pourquoi ne pas aller poser la voiture un peu plus loin, et sortir le vélo glissé derrière la banquette ?

Non seulement je me déconfine, mais

en plus je pars découvrir une nouvelle route, de nouveaux horizons. Même déconfiné, la route d'Aiton m'use le moral après bientôt un demi-siècle de fréquentation...

Voreppe. Rue du Port. La voiture est garée, mais je tourne le dos au port. Quoiqu'en écrivant cela, un doute m'assaille. Je tourne bien le dos au port du bas, sur la berge de l'Isère, mais je prends aussi la direction du port, au sens pyrénéen de col. Le col de Chalais est l'un des derniers inconnus du département de l'Isère. Pas bien haut : 929 mètres d'altitude. Mais pas bien plat. On passe de 250 à 929 mètres en six kilomètres. Bien plus de 10% de moyenne. Pile poil ce qu'il me faut pour reprendre le vélo après deux mois de confinement, et une fréquentation trop assidue du frigo et de la cave !

Un vrai travail de bénédictin que de rejoindre l'abbaye lovée derrière le col. Je n'ose faire le compte des pauses et des récupérations accordées par un vieux cyclo que je connais bien. Plus j'approche du ciel, plus l'ascension ressemble à des sauts de puce. « Encore un coup de pédale ». Ou alors : « je vais jusqu'à ce rocher, et je me repose ». Et parfois même je ne vais pas jusqu'au rocher.

Cuit cuit cuit... Mais à force de patience, j'atteins le sommet. Et prends aussitôt à droite un sentier menant au rocher de Bellevue. Une petite muletade facile, en évitant racines et petits cailloux, jusqu'au plongeon sur la vallée. Le

belvédère de Bellevue mérite son label. Pour un peu, on y prendrait même mal, si le vertige nous titillait...

Le couvent de Chalais a une spécialité : les biscuits. Moi aussi j'ai une spécialité : arriver après la fermeture... Et encore une autre spécialité : aimer les circuits à vélo.

Or, quand on monte à Chalais, on ne peut redescendre que par la même route. Ce qui serait prudent, au vu de l'heure déjà avancée. Mais sur la balance, face au poids d'une découverte, celui de la prudence ne fait pas le poids. Je quitte donc la route de Chalais pour m'enfoncer dans la forêt, au-delà du couvent. Je suis en confiance, j'ai photographié la carte au 25 000° avec mon téléphone, et sur l'écran tout fissuré j'ai vu qu'il y avait un sentier sur l'autre versant du cirque. Un sentier, et même un col : le pas de la Cheminée. Voyant la falaise

inflexible barrant tout le paysage, un cyclo normal, en roues de 700 et pneus de 25, aurait peut-être flairé le traquenard. Mais un vieux chien de chasse sait aussi flairer les bonnes traces. Le pas de la Cheminée, ça passe mieux en vélo carbone et pneus de 25 qu'en VTT. Juste parce que pour porter le vélo dans les passages avec les câbles, mieux vaut que le vélo soit le plus léger possible ! Les chaussures à cales étaient par contre probablement déconseillées. Mais c'était ça ou les chaussettes, et dans les cailloux calcaires un peu coupants, j'ai joué la sécurité de mes petons...

Regarder droit devant. Toujours plus haut. Et surtout ne pas regarder entre mes jambes, où l'on voit le bas de la cheminée. Si j'avais croisé quelqu'un, il m'aurait certainement pris pour un con fini déconfiné. Mais je n'ai croisé personne en ramonant la cheminée, et, petit père Noël

content de lui, j'ai repris les rênes de la balade au sommet du col, plongeant par un sentier vite carrossable sur le tout petit village de Mont-Saint-Martin, au-dessus du Fontanil-Cornillon et de Grenoble.

En remontant la rue du port, après une longue randonnée de 27 kilomètres, j'étais heureux d'arriver à bon port.

**François RIEU**



## Putain de COVID



Il aura fallu que j'arrive à 57 balais pour connaître le chômage partiel ... tout arrive !

Sept semaines à tourner en rond sur le balcon, à bouffer des congés ou du chômage, pour ce premier confinement sévère.

Seules sorties autorisées: les interventions chez les pompiers, et c'est pas joyeux joyeux dans les hôpitaux !

On a tapissé les murs de la caserne avec les procédures qui évoluent de jour en jour.

La télé ? De quoi se flinguer !

Et vous avez remarqué, pas un seul jour de mauvais temps !

J'ai pu « home-trainer » à volonté entre la Lauzière et le massif de l'Arclusaz saupoudrés de blanc.

Juste à tourner le bazar pour mettre dans le viseur le Pas de la Balme ou Pas de Valette 73-2580a (non, pas de Valette je vous l'assure, mais déjà fait il y a fort longtemps en traînant le VTT sur le névé, je vous rassure).

Un poil sur la gauche, je devine le col de Ripariz 73-2200, et en opérant un 180 degrés le Passage de la Lanche 73-1876.

En me penchant un chouia, voici le Passage de l'Armène ou Arménaz 73-1830 selon le fond de carte du moment.

Certes il y a pire comme confinement !

Heureusement que l'imprimante a suivi, ainsi que le stock de cartouches d'encre : de quoi remplir les cartons de projets de parcours plus ou moins rudes.

Octobre : deux semaines de congés

gâchées par le temps pourri, deux jours de VTT sur la fin avec deux degrés à Malijai le 18 à 8 heures...  
Motivation quand tu nous tiens...

Puis vint le second confinement, punis sauf pour aller au boulot, sauvons ce qui peut l'être !

Bon ce coup-ci on peut lasurer à volonté, le pot de peinture n'est pas forcément majoré de 135 euros, ça tombe bien je construis...

Remarquez qu'il fait aussi beau que pour la première version...

Alors, petite saison, suite à l'annulation de la chasse juteuse prévue aux Cinq Terre, à faire et à refaire !

Puisse-t-on en 2021 santé garder et retrouver notre pleine et durable liberté chérie.

**Bernard CHINAL**

## Un grand merci à mon groupe



Bonjour à tous,

C'est avec beaucoup de plaisir que j'ai rejoint le club des Cyclotouristes Albertvillois.

Un club dynamique avec de beaux objectifs et beaucoup de moyens mis en œuvre malgré la crise sanitaire.

Chacun son groupe, le mien c'est « les Randonneurs »!

Que nous sommes beaux avec nos tenues colorées et dépareillées.

Nous avons un responsable de sortie, les parcours sont prévus à l'avance, l'ambiance est conviviale, hors de tout esprit de compétition, sauf pour

quelques-uns qui diront le contraire !!!

Que de belles sorties où j'ai découvert de nouveaux cols !

A vélo, on profite plus longuement des paysages avec le goût de l'effort.

Notamment cette splendide sortie des « 3 lacs » avec un départ à 6 heures 30 à la fraîche et un parcours de 220 km. C'était une première pour moi avec autant de km dans une journée !!!

Mes compagnons de vélo m'ont soutenue et hissée jusqu'à l'arrivée du dernier col sous un soleil de plomb. C'était magique malgré un peu de souffrance mais j'étais tellement fière de m'être dépassée !!! Et puis, il y en a eu d'autres, moins longues mais tout aussi difficiles, dans la chaleur des mois de juillet et d'août.

Nous sommes des fous du vélo, nous aimons cette ambiance unique.

Nous sommes parfois insupportables, souvent drôles mais toujours passionnés !!!

Vivement la saison prochaine. Un grand merci à mon groupe « les Randonneurs ».

Patricia CHARLES





## Groupe Rando-cool

**C**e nouveau groupe né en 2020 a comme les autres un référent, et vous donne rendez-vous les lundis, mercredis et samedis place Léontine Vibert.

Y adhérer ce n'est pas faire toutes les sorties sur le même rythme, c'est vouloir vivre le vélo autrement, prendre le temps de regarder, découvrir, apprendre à se connaître pour de nouveaux adhérents.

Il permet de s'ouvrir vers les envies, les idées de ses compagnons de route pour partager un moment convivial à bicyclette. Le groupe rando-cool existe pour être un lien entre tous les groupes. Chacun peut avoir un jour le besoin de lever le pied, d'autres d'appuyer plus fort sur les pédales. Il n'est pas exclu de se tirer la bourre (langage cycliste) de temps en temps, sans oublier de partir ensemble, de rentrer ensemble, ce qui est actuellement le cas.

Il

propose des sorties de 50 à 90 km la plupart du temps sur des demi-journées, avec un dénivelé moyen, et une progression dans les distances et les dénivelés au fur et à mesure que la saison avance. Exemples de sorties en 2020 : nouvelle piste Lac de Grésy, Fréterive, Pont Royal, Chamouset, Ponturin, Chamoux (57 km) ; La Rochette, Pontcharra, Montmélian (90 Km).

Le groupe rando-cool vous souhaite bonne route en 2021.

**Roger CHEVALIER**



## Cent Cols dans les Vosges

**L**es CTA qui me connaissent savent que je fais partie des grands malades de la confrérie des Cents Cols, dont l'obsession consiste à chasser les cols pour accroître au maximum leur belle liste. Malade, oui c'est vrai, mais il y a pire comme maladie !



Pas question malgré le virus « chinois » de me résoudre à une année blanche. Mon projet du printemps en Italie étant évidemment passé aux oubliettes, je me décide début septembre, avant l'arrivée de la 2ème vague annoncée, à profiter des douces chaleurs de fin d'été pour me propulser dans le Massif des Vosges pour cette randonnée Cent Cols. Au-delà de l'intérêt d'engranger des cols, c'est la découverte de cette région

inconnue pour moi qui m'attire avec ses petites routes tranquilles comme je les apprécie. Besoin de solitude, de calme, d'évasion, de nature, d'effort, de découvertes...

Une petite journée en train pour arriver à Wissembourg, charmante ville à la frontière allemande au nord du massif. Objectif : rejoindre Cernay à quelques kilomètres de Mulhouse au sud du Massif des Vosges après 850Km et 17 000 m de dénivelée. Le topo prévoit 10 étapes, mais je les redécoupe pour les réduire à 8. C'est évidemment un peu plus sport, et plus compliqué pour les hébergements, mais j'apprécie que mes journées soient bien occupées !

Le parcours propose une grande diversité de cols, le point culminant étant le Grand Ballon (1 325 m) qui se situe en fin de parcours avant la descente ultime sur la Plaine d'Alsace.

Les cols escaladés même s'ils ne sont pas comparables en dénivelée à nos grands cols alpins, présentent parfois des pourcentages redoutables qu'on ne rencontre que rarement dans nos régions.

Le plus sévère aura été le col du Lauvy avec de très longues portions comprises entre 15 et 18 %. Avec le poids des sacoches c'est du très costaud ! J'ai dû me résoudre à mettre pied à terre dans un passage à 19 %.

Une bonne partie des cols se situe sur des routes forestières perdues en

pleine montagne avec des revêtements aléatoires. Il y a même quelques courts passages sur des pistes. Je ne regrette pas d'avoir chargé les itinéraires sur mon GPS pour me diriger dans ces coins reculés et d'avoir bien révisé mon vélo (pneus, câblerie...) ainsi que d'être équipé d'une trousse à outils conséquente pour éviter de rester en rade en pleine forêt.

J'ai eu la chance de profiter de conditions météo très favorables. Parcourir ces routes par temps de pluie ou de brouillard peut vite tourner à la galère.

D'autres cols plus connus empruntant des grandes routes à forte circulation comme le col de la Schlucht ou le col du Bonhomme sont beaucoup moins agréables.

La randonnée se déroule la majorité du temps en forêt ; la vue est limitée même si on aperçoit lors de trouées la plaine d'Alsace en contrebas et la Forêt Noire de l'autre côté de la frontière. Il faut attendre les dernières étapes pour pouvoir profiter d'horizons plus dégagés, en particulier la réputée Route des Crêtes qui mène au Grand Ballon.

Les forêts vosgiennes sont très prisées des randonneurs à pied et des vététistes, car elles sont bien entretenues, parcourues par d'innombrables chemins et sentiers

balisés avec de nombreux aménagements : aires de pique-nique, bancs, abris en bois...

Le parcours ne traverse aucune grande agglomération ; uniquement des jolis villages avec leur architecture si particulière et des petites villes souvent très agréables comme Wissembourg, Saint-Dié, Remiremont, Gérardmer et son beau lac. Par contre, Sainte Marie-Aux-Mines (extraction d'argent) offre la vision lugubre d'une ancienne ville minière de fond



Entrée du camp de concentration, le Konzentrationslager Natzweiler au lieu-dit « le Struthof »

de vallée aujourd'hui semi-désertée. Je ne viendrai pas finir mes jours dans cette ville !

J'ai particulièrement été frappé durant mon voyage par le lourd passé de cette région qui semble avoir souffert de toutes les guerres du fait de sa proximité avec l'Allemagne. On découvre des monuments commémoratifs, des mémoriaux tout au long du parcours. Lors de ma première étape, j'ai fait une halte au four à

chaux de Lembach, un des nombreux ouvrages de la ligne Maginot avec ses 4,5 kilomètres de galerie que je n'ai malheureusement pas pu visiter faute de réservation. Frustrant ! Je reviendrai, c'est sûr !

A proximité du col de Cheitagoute un petit détour m'a mené jusqu'à l'ancien camp de concentration de Struthof. Même 80 ans plus tard on est pris par l'ambiance sinistre qui règne dans ce lieu.

J'ai beaucoup apprécié cette randonnée que j'ai pu réaliser dans des conditions idéales. La difficulté bien moindre que la plupart des parcours réalisés précédemment m'a permis de rouler en « mode plaisir » en prenant le temps de savourer les paysages vosgiens ainsi que quelques bons plats régionaux. L'avant-dernière étape de

150 km et 3 200 m de dénivelée aura été la plus difficile, mais avec l'entraînement des jours précédents elle est bien passée.

Me voilà maintenant à 800 cols. L'objectif des 1 000 se rapproche et comme je ne compte pas me faire vacciner contre ce virus, d'autres projets 100 cols se profilent déjà à l'horizon 2021.

**Dominique BERNARD**

## Merci papa !

---



- Je rigole bien là-haut ! Alors comme ça vous venez de sortir du confinement ? Vous êtes bizarres les vivants. Vous faites plusieurs fois le tour de la terre dans la même journée ; vous, les Savoyards, vous construisez de grands ponts qui relient les montagnes et vous arrêtez tout à cause d'une petite bête microscopique !
- Mais papa, arrête ! On agit de la sorte pour protéger les gens fragiles comme toi...
- On ne s'embrasse plus à cause de la distanciation sociale, ils ont dit...
- Ah bon, vous me faites bien rire ! Quand j'étais à Notre-Dame-des-Vignes, elle était triste la vie ! La distanciation sociale, elle était là, et pourtant...
- Mais papa ce n'est pas pareil...
- Les larmes me coulent en pensant à lui...
- Ne pleure pas mon fils. Heureusement il y avait Agnès avec ses chants et ses danses, il y avait maman et toi qui veniez me voir. Vraiment j'étais content de t'entendre parler de tes périples à vélo.
- Papa, c'est grâce à toi si j'aime autant le vélo; la petite reine, c'est toi. Tu te

rappelles la première fois où tu m'as emmené? Elle était dure cette côte de Moncheaux !

- Ah oui, on était avec tonton, même que tu as finis à pied. Vous les CTA, vous connaissez la côte de Moncheaux ?
- Mais oui papa ils connaissent le Nord : ils ont participé à la 50ème Semaine Fédérale de Roubaix, même qu'ils en ont organisé une chez eux en 1997 !
- Arrête avec la Savoie. La plus belle région c'est le Nord, et le plus beau village c'est Aubry !
- Ne sois pas chauvin mon papa. Toutes les régions sont belles à partir du moment où il y a des montagnes... »

Il est six heures, Ciboulette vient d'ouvrir sa chatière; elle m'a réveillé, la sale bête...

Eh oui, je ne te raconterai plus mon Paris-Brest-Paris de 91 où j'ai mangé des frites avec Marc, où j'ai vu André abandonner pour la première fois.

Je ne te retracerai plus le tour en VTT que j'ai fait en Écosse avec mon grand Yo pour mes 50 ans.

Finis les récits de belles histoires de voyage avec ma petite carriole au-dessus du col de la Bataille.

Finis mon récit de la traversée des Alpes. Ce n'est pas grave papa, tu

seras toujours dans mon cœur.

Quand je ferai Tamié, je me dirai : celui-là il l'a fait. Quand je serai au sommet du col de la Madeleine je me dirai: c'est là que l'on a vu Jean-Francois Bernard.

Au fond ce qui compte c'est ce que l'on a partagé.

Il n'est plus là pour crier, il n'est plus là pour râler.

L'essentiel est qu'à chaque fois que je monterai sur le vélo je sois heureux.

Et si tu m'entends là-haut, rassure-toi, je n'oublierai pas d'avoir une petite pensée pour toi quand je serai sur le vélo.

MERCI PAPA et même si je ne te l'ai jamais dit, je suis fier de toi.

**Philippe POUPART**

## Et si 2020 était au fond une très belle année ?



La vie est faite de bonheur, de malheurs, mais comme disait Albert Einstein « la vie c'est comme la bicyclette, il faut avancer pour garder l'équilibre ». Alors avançons. Plusieurs chemins s'offrent à nous : à droite, à gauche, on ne sait pas...

Amis cyclos, ayez un peu le sens de l'orientation, apprenez à lire une carte, et si vous vous êtes trompé, ce n'est pas grave, il suffira de faire demi-tour. Prenez la vie avec philosophie et vous verrez, le bonheur c'est tout droit, il suffit de regarder à droite et à gauche et de garder le cap.

En janvier un drôle de machin est venu de Chine. Il a été méchant, virulent. Il a tué, et comble de tout il nous a arrêtés.

Confinement général pour protéger les plus fragiles a-t-on décrété !

Pourquoi ?

Par principe de précaution ?

Par peur de la mort ?

Peut-être pour essayer de réfléchir à ce qui est essentiel pour nous ?

Peut-être pour nous faire prendre conscience que l'homme n'est pas tout puissant ?

Rassurez-vous, je suis sûr qu'ensemble on trouvera le chemin.

Grâce à lui le vélo a pris toute sa place dans les grandes villes. Des pistes cyclables ont fleuri. L'agriculture locale chère à notre club s'est développée.

Chouette, Agritour 2021 aura encore plus de sens.

Comble de bonheur la solidarité est arrivée à prendre le pas sur l'individualisme.

Est arrivé l'été...

Le chacun pour soi est revenu au galop. A nous les restos bondés de Bretagne, à nous les fêtes entre jeunes pour pallier aux fermetures des discothèques, à nous les transats de la Côte d'Azur. On ne va

quand même pas se laisser dicter la loi par un petit machin. On est des Hommes, nous !

On s'est trompé, la deuxième vague est bien là.

Reconfinement général a-t-on décrété.

Ça va encore durer longtemps ce « binz » comme disait Christian Clavier ?

Plutôt que de réfléchir un peu, nous voilà repartis de plus belle dans notre cher système de consommation...

On aurait pu expliquer à nos enfants que Noël 2020 était particulier, que le partage c'est pour demain. De toute façon pour moi Noël c'était avant tout

la fête du partage et pas celle des cadeaux. Dans le temps on s'offrait bien des oranges et on n'était pas plus malheureux je pense.

Rassurez-vous...

J'espère que le copain de Pasteur fera son effet. Mais en attendant il nous reste quelques mois, alors REFLECHISSONS encore un peu à comment faire évoluer la situation à notre humble niveau.

Le CTA est un grand club, la convivialité on connaît, l'effort aussi, le partage pas de problème.

Affichons ensemble que le vélo c'est éco-responsable, montrons ensemble que le vélo est très

bon pour la santé, les personnes fragiles en ont besoin.

2021 va bientôt commencer.

Que cette nouvelle année vous apporte la santé, sans elle pas de projets.

Ensemble avec notre cœur Agritour pourrait ressembler un peu, le temps d'une journée, à l'essentiel.

J'en suis persuadé.

En attendant, meilleurs vœux à tous.

**Philippe Poupart**

## Hommage à un grand homme



histoire est faite de grands hommes et de grandes idées.

En cette année 2020 André Croibier nous a quittés.

J'aimerais rendre hommage à ce grand homme.



Aux CTA, beaucoup l'ont connu.

André c'était le

monsieur Paris-Brest-Paris, Vélocio, il le connaissait comme sa poche.

Certains s'en rappellent sûrement, il était coriace ce mistral pour rejoindre le Pont du Gard, Denise toujours là à le suivre.

Le vélo c'était une de leurs passions. Malgré une maladie bien difficile, André s'est accroché. Pour revivre les belles émotions des grands cols alpins, ils se sont acheté chacun un vélo électrique.

Vraiment, André connaissait la définition du mot passion.

Amoureux de la montagne, il a longtemps

été président du CAF d'Albertville et président du CAF national. Il a mis en place avec toute son équipe les premières bases de la fédération actuelle des Club Alpins. Il a toujours été sensible à la sécurité en montagne. Très attentif à l'environnement, il a suivi les plus grands défenseurs de la nature.

Plus que l'homme, ce sont ses idées de partage que je voudrais retenir. André croyait aux vertus réparatrices de la montagne, toujours partant pour transmettre sa passion aux plus jeunes. Il a fait des voyages avec ses élèves du lycée Jean Moulin, il en a passé des heures avec l'école cyclo des CTA.

Pour moi, si le handicap représente beaucoup dans ma vie, c'est en partie à

lui que je le dois.

Elles étaient belles ses journées de montagne pour tous des années 90 et c'est un peu grâce à lui si le mot joëlette est rentré dans le langage courant.

Cette année j'ai voulu rentrer au comité directeur des CTA pour essayer de développer les valeurs de solidarité et de partage auprès de personnes handicapées.

Si le vélo pour tous se développe aux CTA, ma première pensée sera pour André.

Merci à toi André, tu dois bien rire là-haut, ils sont confinés: enfin ils la

protègent la montagne, et en plus ils n'ont le droit que de tourner en rond...

Courage à tous, on y retournera bien un jour à Brest !

MERCI pour tout, André, et bon voyage...

**Philippe POUPART**



## 2020 : une année confinée



En ce début d'année 2020, pour bien débuter la saison, et garder la forme, j'alternai ski de piste, home-trainer et sorties à vélo. Avec 290 km en janvier, 340 km en février et 310 km début mars, une belle saison de vélo

se profilait à l'horizon.

C'était sans compter avec un virus venu de Chine, nommé Covid-19, qui fit irruption brutalement dans nos vies

et nous tint cloîtrés à partir du 17 mars et ce jusqu'au 11 mai. Il fallut alors s'adapter à cette vie recluse, nécessitant une autorisation de sortie. Adieu vélo sur les routes alentours et promenades en montagne, une heure de marche par jour et dans un rayon de 1km fut notre seule échappatoire. Je décidai alors de conduire les travaux à faire dans la maison (peinture, tapisserie, ...), espérant ainsi pouvoir me consacrer plus facilement à la pratique du vélo lors du retour à la normale. Outre la marche journalière sur les bords de l'Arly et de l'Isère, ayant la chance de posséder un home-trainer que j'utilisais quelques heures



habituellement l'hiver lorsque la neige rend la pratique en extérieur impossible, je pris l'habitude courant mars de passer progressivement de 30min à 1 h, puis 1 h 30 de home-trainer devant la télévision en regardant les voyages sur Arte ou la Cinq, et quelquefois je me pris à monter les cols avec les professionnels (à l'insu de mon plein gré) lors des rediffusions des étapes du Tour de France sur la Trois ou la chaîne L'Equipe. Quarante heures de home-trainer et trente heures de marche jusqu'au 11 mai, me permirent de maintenir une forme à peu près correcte, malheureusement affectée par un blocage du dos en voulant faire le jardin à la bêche ce qu'il faudra proscrire à l'avenir.

A l'annonce du déconfinement le 11 mai, nous décidâmes avec les collègues des CTA, d'abord de faire des sorties individuelles, car la distance de 10 m imposée entre chaque cycliste rendait les sorties de groupe difficiles, puis entre connaissances à 2 ou 3, mais en notant toutes les sorties sur une nouvelle feuille « google sheet » spéciale déconfinement pour maintenir l'émulation au sein du club. Juin nous vit reprendre les sorties de groupe, Costauds, Randonneurs, Zen essayèrent de rattraper le temps perdu en programmant de très belles sorties jusqu'au 30 octobre.

Le premier novembre nous sommes à nouveau confinés, mais

cette fois le vélo est permis dans un rayon de 1 km pendant une heure, ce qui moralement est plus facile à accepter pour les mordus de cyclisme que nous sommes, mais encore très limité, la boucle parfaite de 6,28 km étant impossible à tracer dans la pratique. Cette fois j'alternerai cyclisme sur route, VTT et marche. A raison de 22 à 23 km en vélo de route, en essayant de varier le parcours et générer des tracés originaux avec le GPS, visualisables sur « Garmin connect » et « Strava ». Mais cette pratique est dangereuse, car il faut maintenir une vigilance permanente par rapport aux véhicules en stationnement le long des bandes cyclables, seule la partie depuis la place Léontine Vibert en bordure de l'Arly, puis de l'Isère jusqu'au Pont Albertin est plus sûre. Dans ces conditions j'ai bien apprécié les deux rétroviseurs montés sur mon vélo, qui permettent de visualiser les véhicules à l'approche par l'arrière et de se décaler sans danger lorsque c'est nécessaire. Quelques sorties VTT me permirent de faire des

circuits de 17 à 20 km en une heure, sur une partie des 2 côtés des berges de l'Arly et hors des chemins goudronnés en début de forêt de Rhonne.

A partir du 28 novembre, nous pourrons faire 3 h de vélo dans un rayon de 20 km. Je n'aurai pas le loisir d'apprécier cette nouvelle possibilité, je me contenterai de quelques heures de marche sur les hauts de Conflans et du côté de Farette, avant que la neige tombée sur Albertville ne suspende la pratique du cyclisme pour quelque temps.

**Gilbert ALLAIRAT**





## Défense et illustration du séjour collectif



Voici quelques modestes suggestions qui pourraient permettre la réussite d'un séjour collectif, petite balade de la théorie vers la pratique.

En guise d'avertissement: réussir un séjour collectif n'est pas chose aisée tant certains paramètres sont insaisissables. Voici cependant quelques avis qui ont déjà servi et serviront peut-être encore.

1. Choisir pour cette aventure, car c'en est une, une région pas trop éloignée, accueillante, au climat d'une douceur sensuelle, aux petites routes soyeuses agrémentées si possible de quelques cols amicaux et de villages pittoresques.
2. Éviter de s'y rendre en plein été, il y ferait trop chaud et les places y seraient trop chères. Viser

plutôt les mois de  
mai, juin  
ou  
septembre

septembre pour y respirer plus à l'aise à un tarif amical.

3. Repérer un hébergement bon marché et central à deux pas des commerces. Croquer du pain frais le matin et garnir la cambuse en dix minutes à pied sera ainsi possible.

Retenir un abri confortable avec suffisamment de chambres et de couchages, une terrasse et une cuisine fonctionnelle.

Garnir le réfrigérateur de légumes du jardin et de fruits du verger.

- 4- Prévoir une répartition équitable des dépenses. Constituer, si le groupe est d'accord, une caisse commune pour subvenir aux dépenses collectives : achats de vivres, visites aux bistrotts et aux restaurants.

5. Etablir un programme de sorties ni trop sévères ni trop légères convenant à tous, alternant et combinant cols et vallées, villages authentiques et décors singuliers.

Pour cela se munir d'une bonne carte routière sur papier, cette matière assurant une permanence fidèle.

6. Chaque matin, après un petit-déjeuner consistant, partir à la fraîche, mais en douceur, la montée en température des



*Défilé des Trente Pas*

organismes devant s'exécuter très progressivement.

7. Une fois le groupe bien en jambes, ne pas sauter incontinent sur la première terrasse de bistrot: attendre que le soleil soit haut et qu'un paysage inédit s'offre à vous.



8. En cours d'étape, prendre le temps d'arpenter les ruelles d'un bourg, de profiter d'un point de vue exceptionnel, de dénicher une curiosité.
9. Lorsque les estomacs commencent à manifester leur détresse, dégoter un lieu de pique-nique ombragé permettant à chacun de s'asseoir confortablement de manière à ménager

fondements et articulations.

Déguster le casse-croûte tiré de la sacoche.

10. Poursuivre la route d'une allure détendue de manière à assurer une digestion paisible. Ne pas négliger un nouvel

arrêt « café » si l'occasion se présente, fût-il allongé ; cela facilite le traitement interne des aliments.

11. Ne pas rentrer au gîte trop tard : il faut prendre la douche, appeler les proches restés à la maison, discuter autour d'une bière ou d'un thé. Si la période s'y prête, suivre à la télévision la conclusion de l'étape du jour.

Veiller toutefois à ne pas miner le moral du groupe : si les coureurs vont si vite et si fort, c'est qu'ils ne prennent pas le temps d'admirer les paysages qu'ils traversent.

12. Préparer le repas du soir en commun, le prendre en terrasse en faisant durer le plaisir malgré la présence possible de moustiques.

Une fois la vaisselle collective expédiée, se réunir à nouveau autour de la table, commenter la journée, échafauder de vigoureux projets, se laisser aller à quelques confidences que l'assistance appréciera discrètement.

13. Ne pas s'isoler hâtivement dans les chambres: les conversations tardives empêcheraient tout sommeil. Surtout ne pas ronfler: les cloisons (nasales ?) sont trop fines!
14. En fin de séjour établir collectivement un bilan réaliste et sincère. Rebondir aussitôt vers de nouvelles initiatives, ces fusées multicolores qui embellissent notre futur.

## De la théorie à la pratique.

Quelques familiers du groupe Zen



Le chalet au camping de Dieulefit

ont expérimenté la plupart de ces recommandations : ils furent six à se rendre à Dieulefit, dans la Drôme, pour un séjour au « Domaine Provençal » en septembre dernier.

Logés dans un chalet presque neuf du terrain de camping offrant trois chambres et six couchages, une cuisine et une terrasse, ils ont confectionné leurs repas à base de produits de leurs jardins et vergers et de provisions achetées à moins de dix minutes à pied.

Le beau temps ne les a pas épargnés: douches de ciel bleu et averses de soleil furent au rendez-vous.

Chaque matin, après un petit-déjeuner à base de pain frais, ils se mirent en route vers des destinations variées bien que souvent accidentées.

Ils purent, durant ces cinq jours de vélo, découvrir les villes de Crest, Nyons ou Valréas, traverser les bourgades de Taulignan, Grignan ou Bourdeaux. Ils ont vaillamment franchi une dizaine de cols, le plus élevé étant le Col de la Sausse, culminant à 791 mètres.

Ils ont remonté des vallées agricoles tapissées de champs



champs de lavande (hélas sans fleurs à cette époque), arpenté les ruelles moyenâgeuses du village escarpé de Poët-Laval, pénétré dans le cirque de la forêt de Saoû, dont ils se sont échappés par le Pas de Lauzun, se sont glissés au travers du Défilé des Trente Pas...

Bilan pour chacun : 360 kilomètres, 11 cols, un dépaysement bienvenu entre deux confinements, une expérience collective positive et l'envie légitime de renouveler une telle pratique... lorsque le temps sera revenu de lever le regard vers des horizons plus larges.

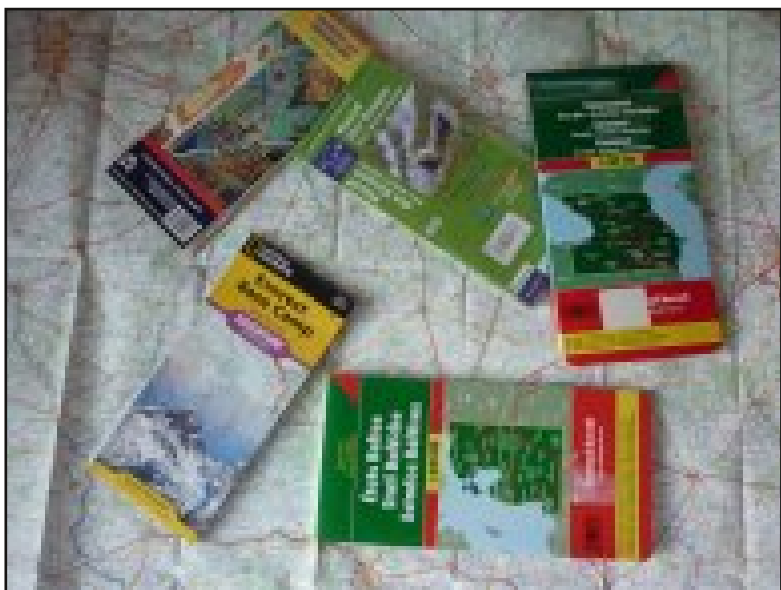
**Alain CHARRIERE**

## Plaidoyer pour la carte routière

V

ous connaissez le vieil adage qui veut qu'un voyage se vive trois fois : une première fois lors de la préparation, une seconde sur le terrain et une troisième pour la mise en forme du compte-rendu, texte ou diaporama. C'est un peu comme le bois qui vous chauffe également trois fois, coupe, rangement et combustion.

Quel est l'accessoire qui vous accompagnera sans faillir lors de ces trois



étapes ? La carte papier évidemment, qu'elle soit routière ou de randonnée.

Le GPS tant vanté (et vendu) ne vous permettra que de suivre un itinéraire précis, souvent préalablement programmé, à condition toutefois d'avoir une batterie suffisamment chargée.

La carte papier vous autorisera au contraire à sortir de la route prévue, envisager un itinéraire différent, explorer en somme. En outre sa matérialité sympathique qui ignore la panne vous donnera de surcroît des informations souvent bien utiles sur les alentours, villes, villages, abris, sources, relief...

Les désagréments qui la lestent peuvent passer pour de simples dérives poétiques : elle s'envole parfois dans le vent fripon, se mouille sous l'ondée ou pèse dans la sacoche. Mais elle saura partout et toujours vous accompagner, vous faire rêver, vous faire oser.

Chère carte!...

Alain CHARRIERE

## Chasse aux trésors

A

vec la pandémie, on s'aperçoit que la vie confinée n'est pas drôle du tout, c'est le moins qu'on puisse dire.

Derrière les carreaux (les barreaux?) on aspire au grand air, aux horizons dégagés, aux heures

de partage et d'amitié.

Aussi lorsque sera revenu le temps des virées et des étreintes, avec dans un coin de la tête la conscience de la brièveté de la vie et de la fuite sans cesse accélérée du temps, il ne faudra pas perdre une seconde pour transformer la platitude de

l'enfermement en explosion vitale et salvatrice.

Dans le domaine qui nous rassemble, un brin d'envie et d'audace suffirait à éclaircir les heures et les jours.



J'ai encore en mémoire le chaleureux petit-déjeuner dégusté à l'aube au col du Joly en compagnie de Rodolphe, François et Pierre-André, les gaufres partagées à Thônes avec le groupe Zen, la découverte à Saint-Vincent-de-Mercuze du monument érigé à la mémoire d'Ernest Doudart de La grée qui explora la région du Mékong au XIXème siècle.



Ce sont des exemples qui donnent du sel à nos sorties et

plus largement à nos vies, faciles à imaginer et à mettre sur pied, ne nécessitant pas de moyens démesurés ni une disponibilité à rallonge.

On pourrait imaginer trouver des objectifs aux sorties autres qu'accomplir un kilométrage défini ou maintenir une moyenne donnée. Par exemple rallier un monument, un château, un musée, un col, des vestiges anciens, une curiosité naturelle. Découvrir une ville, s'y arrêter, y déambuler. Se donner rendez-vous dans un restaurant préalablement averti et en déguster les spécialités. Emprunter un TER jusqu'à une gare d'où revenir à vélo. Partir pour 2 ou 3 jours et dormir à l'hôtel ou en gîte. Pour ceux qui possèdent le matériel nécessaire (vélo solide, bikepacking ou porte-bagages et sacoches) aller planter la tente sur un terrain aménagé ou mieux en pleine

nature...

Les possibilités sont nombreuses et les formules innombrables pour transformer une banale sortie en tranche de vie palpitante, et c'est à la portée de chacun. Un brin d'imagination, le désir de sortir un tant soit peu de sa zone de confort, de renouer avec des plaisirs simples, de savoir composer avec les contraintes, ce sont des ingrédients bien répandus dans le club. Ils permettraient de revenir aux bases de notre activité préférée : se déplacer dans de beaux paysages, partager une agréable compagnie, fournir un effort salutaire, garnir sa musette de nouvelles pépites...

Un retour au fondamental en somme...

**Alain CHARRIERE**



## Tchao, Gud



Guillaume nous a quittés le 05 décembre 2020, d'une tumeur au cerveau décelée au printemps dernier.

Beaucoup de cyclos le connaissaient par sa profession de rhumatologue.

C'était un hyperactif, il sortait presque chaque week-end faire du sport avec des amis. Une de ses grandes passions était l'escalade. Il faisait de la randonnée pédestre, du VTT, du ski de randonnée. Il avait arrêté le

VTT en 2018 pour se remettre au trail.

Nous nous connaissions depuis une vingtaine d'années et durant un peu plus de dix ans, il m'avait pris sous son aile en m'emmenant avec lui randonner dans les Alpes, partager ses passions avec ses amis. C'est lui qui avait organisé le tour du Mont-Blanc à VTT en 3 jours. C'était en 2010, avant que je participe au Raid vert Innsbruck Albertville. Le tour du Queyras en 3 jours en 2013. La Trans-Verdon en 4 jours en 2016.

Notre dernière grande sortie fut Les Causses en 3 jours en 2017 que j'avais organisée.

Durant toutes ces années de licencié, il me donnait un coup de main pour les reconnaissances et le balisage d'Agritour et de la Maxi-Verte de 2014.

Avec lui, j'ai découvert de superbes paysages, une nature merveilleuse, diversifiée, parfois difficile d'accès. Il avait une grande connaissance des Alpes. C'était un plaisir de randonner avec lui. Il se donnait toujours des objectifs difficiles à atteindre. Nous devions repousser nos limites. C'est aussi cela qui rendait nos sorties inoubliables.

**Laurent PERRUCHE**



## Pour Julien

**D**epuis plus de 20 ans Julien était un des piliers de notre club, toujours prêt à rendre service, d'humeur égale et de conseil avisé.



Compagnon indispensable de nos sorties il était un randonneur complet et efficace, toujours le premier à aider et à réparer une crevaison et il le faisait dans les règles de l'art...

Tous ceux qui ont roulé en sa compagnie savent qu'il était

confortable de se mettre dans sa roue et de suivre son train régulier, si on avait les capacités de le faire bien sûr...

Il avait adapté son fourgon pour le transport des vélos et grâce à lui nous avons pu rouler dans la France entière.

Il était aussi un maillon essentiel dans l'organisation de notre randonnée Agritour et mettait ses multiples compétences au service du club ; lors du fléchage des routes il veillait scrupuleusement à ce que l'on respecte les lieux et l'environnement et c'est encore lui qui s'est chargé de remettre en état la remorque du club, le tout avec discrétion et efficacité. Il n'hésitait pas non plus à enfourcher son VTT pour des randonnées solitaires dans les forêts et massifs environnants pendant qu'Odette, son épouse, écumait les sous-bois à la recherche de champignons. Il aimait aussi les moments conviviaux du club lors des repas ou fêtes qu'il ne manquait jamais et toujours en compagnie d'Odette.

Son amitié restera toujours présente pour nous et il continuera à nous accompagner au sein du peloton.

Nous ne l'oublierons pas.

**Agnès LESUR**

## Saint Charles



Mercredi 29 juillet le groupe des Costauds s'est donné rendez-vous à Albertville à 6h45 pour aller affronter le Col San Carlo en Italie, redouté pour ses forts pourcentages.

Partir d'Aime est donc un bon plan. Nous nous retrouvons dix cyclos du CTA et nous nous répartissons entre le minibus et sa remorque amenés par Franck et la voiture de Richard. Merci à eux.

Nous partons d'Aime vers 7h35, direction Bourg-Saint-Maurice puis le col du Petit-Saint-Bernard. Nous roulons à la fraîcheur du matin à une allure modérée pour en garder sous la pédale, sous un beau ciel bleu et sans vent. Au col nous faisons le point : une partie du groupe décide de monter les 7 km du col depuis la Thuile au dénivelé moyen de 7,57 % et

l'autre partie du groupe décide de descendre jusqu'à Morgex pour attaquer les 10,50 km au dénivelé moyen de 10 %. Quitte à être venus, autant en baver !

Après ces rudes efforts nous nous retrouvons tous sur la terrasse ombragée du restaurant « Lo Riondet » à mi-chemin entre la Thuile et le col du Petit-St-Bernard. Le plat de pâtes est vraiment le bienvenu pour reprendre des forces. Moment convivial de partage où chacun donne ses impressions dans une ambiance de bonne rigolade. Tous sont contents de la sortie. Dommage, il manquait nos compagnons habituels de route. Nous avons d'autant plus apprécié cette sortie que nous avons rencontré très peu de circulation et que le temps était de la partie, critère non négligeable à ces altitudes.

Chantal et Christian DEVILLE-CAVELIN





## Savoie - Vendée à vélo



haque année, vers la mi-août, je passe quelques jours de vacances chez des amis en Vendée. J'ai souvent effectué le trajet en voiture, parfois en moto et même en avion.

Cette année j'ai décidé de le faire autrement : à vélo ! Cette idée me trottait dans la tête depuis quelque temps. Avec mon groupe des CTA nous avons bien roulé, j'ai les kilomètres dans les jambes, je me sens bien entraîné pour le faire.



Environ deux mois avant le départ, très confiant, je commence à prospecter pour équiper mon vélo d'une sacoche de selle pour mes affaires. Je me rends vite compte que les magasins ont été dévalisés, même sur internet : ce n'est pas le bon moment pour s'équiper !!! J'en parle alors autour de moi et je suis très heureux quand Marc et Chantal me proposent une sacoche qui s'adapte sur les haubans de mon vélo. Je fais des essais à vide, tout va bien.

Je trace mon parcours avec Openrunner en sélectionnant les petites routes

départementales que je charge sur mon compteur de vélo. Un dénivelé de 5500 m D+ et un peu plus de 700 km me séparent de ma destination finale, que je souhaite rejoindre en quatre étapes.

Pour l'organisation des repas du soir et des hébergements je pensais m'arrêter en fonction de l'avancement et de la fatigue. Je me disais que je trouverais bien quelque chose pour me restaurer et me reposer.

A quelques jours du départ je regarde tout de même dans le secteur où je compte faire mes arrêts et de toute évidence, il n'y a ni hôtel ni auberge sur cette petite route !!!!

Je me lance alors dans des recherches, la plupart du temps c'est complet cette semaine du pont du 15 août, et pour ajouter de la difficulté les particuliers ne veulent pas toujours recevoir à cause du Covid. J'élargis alors mon périmètre de recherche et je trouve péniblement mes trois hébergements, ce qui me contraint d'allonger un peu mon parcours. Je fais le point météo tout au long de l'itinéraire. Je décale mon départ d'une journée pour éviter de partir avec l'orage.

La veille du départ je charge la sacoche de mes affaires personnelles et là je m'aperçois que le transfert de poids latéral de la sacoche à tendance à fléchir un hauban. Mon vélo en carbone n'est pas trop adapté pour ce type de bagage. Je commence à transpirer et j'utilise alors plusieurs tendeurs pour soutenir le bagage.

Le lendemain matin vers 7 h 00 je suis prêt pour l'aventure.

Les deux premières étapes de 204 km et 174 km se résument par les montées des cols

de l'Épine, de la Crusille et de la Sibérie où le poids du bagage se fait vraiment sentir. Toujours avec la crainte d'abîmer le cadre du vélo, je ne me mets jamais en danseuse pour éviter tout effet balancier du bagage.

Pour les deux dernières étapes de 231 km et 157 km je pensais que les parcours seraient moins montagneux, un peu plus faciles et qu'il serait possible de mettre un peu de braquet.

Je me rends vite compte que le profil de la route est une succession de montées et de descentes. Un autre paramètre que je n'avais pas prévu est celui du vent. Je suis accompagné une bonne partie des deux étapes par un vent de latéral gauche ; je comprends alors la présence des éoliennes installées tout au long de ma route ! C'est assez usant, il faut même pédaler dans les petites descentes.

La navigation n'est pas facile, je « peste » à suivre la trace de mon GPS que je perds fréquemment. J'utilise alors mon smartphone en mode vélo, ou je fais des détours par des voies vertes ou en mode voiture plus direct en faisant attention de ne pas m'embarquer sur des voies rapides.

L'utili

sation d'une carte ou d'un « vrai » GPS est vraiment appréciable sur ces longs parcours ; à défaut il faut des bonnes jambes.

J'ai eu beaucoup de chance avec la météo, juste quelques gouttes de pluie des averses voisines. Ma route s'éloignait à chaque fois à l'opposé des averses.

Ce fut une première expérience pour ma part. Je me suis rendu compte des difficultés pour parcourir des longues distances : il faut gérer la chaleur, la fatigue, la navigation, les douleurs des fessiers, l'eau, la nourriture, etc. Je ne me suis jamais ennuyé sur la route, j'ai profité des paysages, c'est vrai que la plupart du temps il y avait uniquement des cultures et des vaches.

J'ai aussi apprécié les échanges avec les sympathiques hébergeurs.

Défi relevé ! Et une fois arrivé à destination, une semaine sans vélo m'a fait le plus grand bien.

Le retour s'est effectué en train jusqu'à Lyon puis j'ai repris mon vélo pour la Savoie.

J'ai été très heureux de l'avoir fait et aussi d'avoir effectué mes trajets

sans

encombre pour un total de 940 km et 6720 m D+!

Christian DEVILLE-CAVELLIN



## Cent Cols à Albertville en 2020



Passer des cols, les cyclos savoyards vous font ça comme monsieur Jourdain faisait de la prose : sans le savoir. Certes, le passage ne se fait pas toujours avec facilité, mais il est quand même bien rare de trouver ici un cyclo qui n'a jamais tenté Tamié.

Tous les membres du Club des Cent Cols ont commencé comme cela : par un premier col. Puis un second. Un troisième. Et d'autres, d'autres encore.

Au début, on les passe un peu à l'insu de son plein gré, parce qu'ils sont là, sur notre chemin.



Puis un jour on s'aperçoit que l'on a bougé le chemin pour qu'il passe sur un col, sur un maximum de cols. L'esprit collectionneur nous vient. Gamin, on jouait à des jeux de piste. D'autres adultes s'amuse à des courses d'orientation, furetant dans les forêts et les vallons à la recherche de balises dissimulées par un organisateur parfois pervers.

Le club des Cent Cols, c'est un peu ça : une course d'orientation sans fin, où l'on passe d'une crête à l'autre, pour trouver le nouveau col, et le suivant. Au début, c'est assez facile : il suffit de suivre les pancartes. Puis l'on quitte les routes ; et alors commence l'orientation, le jeu. Un bout de carte, et l'analyse du terrain. Ce sentier bien marqué sur la carte : où est-il dans les hautes herbes, ou dans les buissons ? On peut certes se simplifier la vie avec un GPS, mais le jeu y gagne-t-il ?

Personnellement, le plaisir n'est pas tant d'aller ajouter de nouvelles pancartes à ma collection que de chercher le chemin, de regarder le paysage, de le lire et le découvrir pour savoir où aller, par où passer. Et d'aller le plus souvent possible dans des vallées inconnues, à la découverte.

Bienvenue aux Cent Cols !

François RIEU



N° membre	Nom et Prénom	Gravis en 2020	dont + de 2000	Total général 2021	dont + de 2000	Dont + de 3000	Dont + de 4000	Dont + de 5000
1700	Marin Anne Marie	8		5187	246	1		
1699	Marin Hubert	8		5173	246	1		
2829	Chinal Bernard	91	3	4663	621	20		
460	Rieu François	85	5	4319	539	9		
1899	Cuffolo Jean Paul	16	7	3583	319	10		
7246	Bonnard Pierre	56	7	1213	98			
2584	Rougier Yves			1166	216	8		
2399	Bisoli Marc			941	73			
2121	Barradi Chantal			923	79			
6167	Bernard Dominique	112		808	93			
3427	Charrière Guillaume			805	88			
4839	Charrière Annie	6		551	50	11	9	3
2394	Bonvin Michel			450	30			
7680	Gomez Catherine	151		377	22			
271	Latour Christian			370	41			
914	Rieu René			353	13			
7203	Grange Michel			241	22			
5244	Dumax Marie France			226	20			
2118	Marin Emile			214	32			
7455	Leclerc Rodolphe	7	2	233	12			
2119	Pecchio Robert			212	24			
3230	Vesin Mireille			113	9			