

le CYCL'ARMOR

Novembre
2014
N° 99

N°99 Suite



La CYCL'ARMOR à TREMUSON



www.ffct.org

FFCT CYCLOTOURISME

<http://ffct.org>

La Revue des clubs Pour les clubs

Préparée par
Le Comité Départemental de Cyclotourisme
des Côtes d'Armor



<http://cotes-armor.ffct.org>

<http://www.codep22.com>

Sa 100^{ème} FLECHE de l'OUEST pour fêter ses 80 ans



Bernard GILBERT est licencié au club Cyclotouriste de la PRESQU'ILE CASTINE depuis 2002.

Il participe régulièrement aux sorties organisées par le club, les dimanches et jeudis matin.

Pour rompre quelquefois la monotonie et découvrir d'autres paysages, il entreprend de parcourir la Bretagne autrement... Au départ de Rennes, 19 trajets sont proposés par le Club « L'Espérance de Chartres de Bretagne » pour rejoindre les grandes villes de l'ouest – Aller /Retour, ce sont « Les Flèches de l'Ouest - 38 Flèches au compteur en 2005 soit environ 7500kms. Il est récompensé par un trophée et le diplôme de SUPER FLECHARD lui est remis.

Notre ami Bernard a pris goût à ce genre de randonnées effectuées à son rythme accompagnés souvent par d'autres membres du Club ; aujourd'hui, c'est une date importante, car c'est sa 100^{ème} Flèche – Rennes/St Brieuc - réalisée avec ses fidèles accompagnateurs et non moins méritants , Monique, André et Jo.

Un autre compteur le concernant affiche depuis 10 jours 80 Printemps !!!

Claude COLAS, Président du Club de Cyclotourisme de St Cast, accompagné de plusieurs membres du club a tenu à rendre hommage à Bernard pour son goût de l'effort, et sa volonté d'atteindre ses objectifs.

***Bravo Bernard !
et bon anniversaire***

LE CANAL DE NANTES A BREST AU FEMININ

Après «Toutes à Paris», pour les féminines des Côtes d'Armor, en septembre 2012, la commission féminine du Co Dep 22 a organisé les 30 et 31 août 2014 une randonnée cyclo destinée aux féminines sur le Canal de Nantes à Brest, de Rohan (56) à Nort sur Erdre (44)



Au départ de Rohan, sous la houlette d'Annick Chapron, de Marie-France Sagory et d'Odile Le Roux,



les féminines ont été réparties en 3 groupes en vue d'assurer leur progression en toute sécurité.



La première journée, elles ont parcouru 92 km de Rohan à Redon, en respectant quelques pauses, en particulier à **Josselin**, célèbre pour son château.



Malestroit, petite cité de caractère, a fait l'objet d'une visite qui a été très appréciée. A **Redon**, ville située au confluent de l'Oust et de la Vilaine, les participantes ont dormi à l'hôtel.



Le lendemain, les filles ont roulé en direction de **Nort sur Erdre**, sur une distance de 78 km. Cette ville est située dans la vallée de l'Erdre, à 30 km au Nord de Nantes.

Au terme de leur périple de 170 km, les filles étaient satisfaites de ces 2 journées passées dans la convivialité, et ont formulé leurs félicitations à l'organisation et à l'assistance assurée par les accompagnateurs Jean-Charles Harzo, Robert Le Roux et Jean-Pierre Margatté.



D'ailleurs quelques réactions à chaud ont été mises en exergue à l'arrivée à Nort sur Erdre :

« Nous sommes très heureuses d'avoir participé à ce périple le long du canal.

L'ambiance était chaleureuse et l'organisation à la hauteur de nos espérances. Cette rando nous donne envie de participer à d'autres concentrations féminines... Toutes à Strasbourg par exemple. »

Jean-Pierre Margatté

Bonjour c'est Jean
J'en ai un peu marre de ces discours sur les "cheveux gris".
J'ai cherché longtemps la solution ... la teinture !



En se promenant le long des plages et grèves on voit souvent : "Pêche à pied interdite"
Alors à vélo on peut ?



Bonjour c'est Philippe
Je suis considéré comme un des "jeunes" du peloton avec mes 40 ans et je commence à avoir des cheveux gris!

880 participants pour la 26^{ème} Cycl'Armor le 6 octobre à Trémuson

Une belle expérience partagée par tous les membres du club

Lorsque les membres du Codep, Jean Charles Harzo et Olivier Colliou, nous ont sollicités pour organiser cette 26^e Cycl'Armor, nous n'avons pas hésité longtemps. Une première réunion de contact a en fait suffi à nous convaincre que c'était à notre portée. Nous avons organisé l'une des premières éditions en 1992 et plusieurs d'entre nous avaient en mémoire cette expérience, et en gardaient un bon souvenir.

C'est donc après avoir pris contact avec la municipalité qui soutient le club depuis sa création et sachant que nous aurions besoin de son appui sur des aspects matériels, que nous avons dit oui. Il fallait ensuite mettre cela en musique. Habitué dans l'organisation de la Ronde des Mines, randonnée VTT et pédestre, qui se déroule tous les 2^e dimanche de novembre depuis plus de 20 ans, nous avons quelques repères. Mais nous savions aussi nous attendre avec la Cycl'Armor à une autre dimension puisqu'il fallait intégrer des circuits route et l'espoir d'une participation nombreuse, entre 500 et 800 en fonction de la météo, pronostiquait le Codep.

Un peu d'organisation

Notre organisation s'est mise en route rapidement autour de notre présidente, Marie Paule Le Bourhis, et de Pierre Dénès qui s'est proposé de jouer le rôle de coordonnateur de l'équipe pour cette Cycl'Armor. Nous savions aussi pouvoir compter sur les conseils des membres du Codep., sachant toutefois que la mise en œuvre pratique allait nous revenir.

Concrètement, nous avons défini des responsables pour différents pôles : circuits Route, circuits VTT, circuit Marche, parkings, restauration, sécurité dans l'accueil des participants, inscriptions, buvette ... Nous avons évalué nos besoins en matériels (barrières, tables, sonorisation, salles) et étudié les possibilités de mise à disposition avec la mairie. Un travail de concertation qui s'est particulièrement bien passé. Nous avons aussi dû prendre contacts avec trois propriétaires de terrains jouxtant la salle pour accroître les possibilités de stationnement, là encore sans difficulté particulière.

Le projet s'est peaufiné au fil des semaines. Les trois rencontres avec le Codep nous ont permis de nous conformer aux exigences de l'organisation départementale, notamment la validation des circuits, et de régler quelques détails. Une bonne mobilisation a bien sûr été nécessaire au cours des derniers jours pour la mise en place des tables et barrières, pour le balisage des parkings, réalisés le vendredi. Puis l'ultime étape a été le fléchage des différents circuits le samedi matin, les panneaux de guidage dans le bourg et la préparation de la salle pour les inscriptions, le café d'accueil, le vin d'honneur et la buvette. A noter que tous les circuits (route et VTT) ont de nouveau été vérifiés le dimanche matin pour éviter que des actes de malveillance ne viennent perturber le bon déroulement.

Une énorme satisfaction

Finalement, tout était fin prêt le jour J, le 5 octobre. Une soixantaine de bénévoles de l'ACT, auxquels s'ajoutaient une dizaine de membres du Codep, étaient sur le pont dès 7 heures ce dimanche matin. Fort heureusement, car la chance était avec nous, il faisait beau, (il pleuvait la veille le samedi et le lendemain, le lundi). Avec ce temps idéal, il a effectivement fallu faire face à un

flot continu de véhicules pendant plus d'une heure. Nous avons prévu des bénévoles pour orienter les participants dès leur entrée dans le bourg, et d'autres pour discipliner le stationnement sur les deux parkings voitures et le parking destiné aux campings car. Accueillis ensuite autour d'un café, il leur suffisait ensuite de s'inscrire avant de rejoindre les circuits : 4 circuits route, dont un pour le sport adapté, 4 circuits VTT et un circuit marche.

Ce sont donc trois pelotons hauts en couleurs de Cyclos, de vététistes et de marcheurs qui se sont déployés progressivement sur les différents circuits. Les derniers à s'élancer étaient la dizaine de vélos adaptés, sous la houlette d'Alain Borderie. Déjà nous savions, nous les organisateurs du jour, que la fête était réussie. Dès les premiers retours vers la salle, nous avons eu confirmation que notre organisation était, sinon parfaite, du moins à la hauteur. Notre satisfaction a été d'entendre les éloges sur la qualité de nos circuits et des fléchages. Tout cyclo, vététiste ou marcheur sait que c'est important. Preuve de cette réussite, une grande majorité des participants s'est attardée autour de la buvette à leur retour, et un peu plus tard en partageant le vin d'honneur offert par la municipalité. Une journée ponctuée par le repas qui a réuni plus de 200 convives, repas préparé par le restaurateur local « Le restaurant du Buchon ».

Les chiffres ont évidemment confirmé cette réussite avec près de 900 participants. Au delà de la manifestation elle même, cette Cycl'Armor restera pour notre club une belle expérience. Tous les membres de l'ACT, quel que soit leur niveau, se sont fédérés autour d'un même projet. Chacun a trouvé sa place dans l'organisation. Nous avons à la fois eu la satisfaction de réussir cette Cycl'Armor, d'avoir animé notre commune, répondu à l'attente du Codep et bien évidemment accueilli dans les meilleures conditions tous nos collègues cyclos, vététistes et marcheurs du département, et même au delà. Une quinzaine de participants venaient (ils viennent régulièrement) de Saint Arnoult en Yvelines. **Merci à tous**

Pierre Dénès , secrétaire de l'Amicale cyclotouriste et VTT de Trémuson



Marie-Paule Le Bourhis entourée par la famille Dénès

L'amicale cyclos et VTT en quelques lignes

Créé en 1975, l'Amicale Cyclos et VTT compte près de 60 adhérents dont 52 adhérents licenciés et 8 adhérents non licenciés. Présidé depuis fin 2012 par Marie Paule Le Bourhis, l'ACT a jusqu'à présent connu 7 présidents : Claude Soliment, président fondateur de 1975 à 1980, Jean Claude Bensa de 1980 à 1985, Alain Richomme de 1985 à 1990, Michel Lestic de 1990 à 1992, Pierre Dénès de 1992 à 2005, Roland Prigent de 2005 à 2012 et depuis 2012 Marie Paule Le Bourhis.

Essentiellement axé sur le cyclo route, avec 3 groupes de niveaux, quelques uns (une dizaine) pratiquent aussi régulièrement du VTT durant la période hivernale. Chaque année, le 2e dimanche de novembre l'ACT organise une randonnée VTT et pédestre.

Les Chiffres de la Cycl'Armor 2014

Participation totale : 880

- Route : 466 cyclos
- VTT : 183 vététistes
- Marche : 162 marcheurs
- Codep 22 et cyclos de Trémuson : 69 bénévoles



CYCLARMOR a TREMUSON. PARCOURS DECOUVERTE

Sous l'égide du CODEP, cette randonnée s'adresse a tous les cyclos du département, elle propose 4 parcours, dont 1 parcours découverte de 20 Kms tracé par le club de TREMUSON.

Ce parcours sans grande difficulté a travers la campagne environnante, était destiné aux personnes a mobilité réduite.

- 17 PARTICIPANTS au départ:

10 représentants l'ADAPEI encadrés par 2 éducateurs, dont JOEL MAHE sur un tandem.

7 autres participants, ayant subit divers traumatismes, temporaires ou définitifs (accidents, chutes de vélo, mal de dos maladies voir cancer) accompagnés par une KINE du CENTRE de RE-EDUCATION de TRESTEL.

A l'arrivée tout le monde était ravi de cette superbe balade conviviale avec les autres cyclos et souhaitaient renouveler cette magnifique journée.

MERCI A TOUS ET BONNE ROUTE

Alain BORDERIE



ASSEMBLEE GENERALE DU CODEP LE 18 OCTOBRE 2014 à YFFINIAC

Participation moyenne à cette assemblée 2014 :

43 clubs présents sur les 73 du département

Certains clubs ne semblent pas du tout concernés par leur fédération. Dommage car cette réunion est la seule de l'année. Elle devrait permettre de répondre aux questions et même d'apporter des éclaircissements et des suggestions.

Accueil des participants et émergence

43 clubs représentés sur 73, soit une participation de 58,90%.

Nombre de voix totale 2014 : 267, soit un quorum de 134 voix.

Nombre de voix inscrites : 186, soit une participation de 69,66%.

Le président accueille les personnalités présentes, et excuse celles qui n'ont pu venir.

Le président du club d'YFFINIAC présente son club.

Monsieur le Maire d'YFFINIAC nous présente sa commune.

Jean-Charles HARZO, président du Comité Départemental déclare l'Assemblée Générale ouverte.



Une minute de silence est observée à la mémoire des cyclotouristes disparus cette saison et notamment à Antoine QUINIOU, ancien président du CODEP qui nous a quitté cette année.

Suivent la présentation des différents rapports : Moral, Activité et financier.

Approbation par les censeurs aux comptes.

Les différentes commissions présentent leurs projets 2015.

Durant la pause chacun vote.

Alain PIERRES avait préparé des statistiques concernant les effectifs des Côtes d'Armor, en légère baisse mais faisant nettement ressortir le vieillissement des adhérents. Un débat sur « l'accueil dans les clubs » a ainsi été lancé. Il en ressort que pour ce faire, il faudrait le vouloir, ne pas être

égoïste et bien encadrer les nouveaux arrivants dans des groupes adaptés. Vaste débat qui mériterait un temps plus long.



Ensuite les questions diverses et remise de récompenses aux adhérents ayant œuvré pour les différentes instances fédérales (club, CODEP, Ligue).

Les rapports (moral, activité et financier) ont été adoptés :

183 voix exprimées 180 pour 2 blanc 1 nul

Marie France FLOURY et Alain JAMET, nouveaux candidats ont été élus.

Le pot de l'Amitié clôture cette journée

Michel SALAN

N° 99

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2								■		
3						■				
4		■		■			■			
5								■		
6					■					
7									■	
8				■						
9	■						■			
10										

Alain PIERRES

Horizontalement : 1- Reposent sur les pédales. 2 – Lieu planté d’aulnes – Nouvelle technologie. 3 – Il a des grandes oreilles – Troua. 4 – Travaux publics – Désert de dunes. 5 – Plaies soignées après une chute de vélo – Paresseux. 6 – Plante odorante – Fit la fête. 7 – En silo. 8 – Surnommé – Variante d’Olivier. 9 – Langue indo-européenne – Accompagnateur de tourisme équestre. 10 – Ustensiles de cuisine.

Verticalement : 1 - Ancêtre de la pédale automatique. 2- Conspsua – Apaise les douleurs après une chute. 3- Grimpeurs mais sans vélo. 4- D’une seule couleur – Semaine de la Solidarité Internationale – Commande pour lister un fichier. 5- Bonne chez le cyclo – Baudroie. 6- Indique une hypothèse – Avancer en vélo. 7 – Union Economique et Monétaire – Commercialise des produits d’isolation. 8- Voyelles – Actrice australienne. 9- Pénétrás – Bonne période pour le vélo. 10- Les coureurs le sont avant de passer pro.

SOLUTION N° 98

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	P	I	Q	U	E	N	I	Q	U	E
2	E	R	■	T	S	■	D	■	R	V
3	D	R	A	I	S	I	E	N	N	E
4	A	I	L	L	A	D	E	■	E	N
5	L	T	■	I	■	I	■	T	■	T
6	E	A	S	T	B	O	U	R	N	E
7	U	T	■	A	I	T	■	O	I	■
8	S	I	M	I	L	I	T	U	D	E
9	E	O	U	R	■	E	R	E	■	U
10	S	N	■	E	S	S	I	E	U	X

Alain PIERRES