



Comité Départemental de Vendée
de la Fédération Française de Cyclotourisme

FLASH



Septembre 2019

Numéro 82

Dans ce numéro

- 1 Editorial
- 2 La vie du Codep
- 3
- 4
- 5
- 6 } L'Écho des Clubs
- 7
- 8
- 9
- 10 Calendrier

ÉDITORIAL

Partager la route !!!

Nous sommes de plus en plus d'usagers à emprunter les infrastructures routières. La sécurité de chaque usager est primordiale, il y va de la vie d'autrui et de la nôtre!....

Posons-nous la question :

En tant qu'usager de la route quel est mon comportement de pratiquant, est-il suffisant, suis-je parfois imprudent, égoïste lorsque je suis sur mon vélo? Il y a matière à réflexion, et nous devons rectifier les mauvaises habitudes de "La route est à moi".

Changeons nos manières, notre comportement, un petit geste de la main pour dire bonjour, ne plus élever la voix ou faire des gestes d'incivilité lorsqu'un véhicule nous double dangereusement.

Respectons le code de la route, les feux, les stops, effectuons les bons gestes signalant nos intentions de tourner à droite ou à gauche.

Savoir partager la route, commence déjà par être respectueux de tous les usagers. Il est important que chaque cyclotouriste applique ces conseils simples. C'est à vous les dirigeants de club d'informer, et de faire comprendre aux cyclotouristes que la vie c'est le bien le plus important que nous possédons en ce bas monde.

Un accident brise une vie, une famille, des amis, et coûte cher à la société.

Je souhaite que dans notre département de La Vendée les cyclotouristes appliquent la devise :

"A vélo tout est plus beau"

Directeur de la Publication : Jean PASQUIER

Conception-Réalisation : CODEP 85

Diffusion :

Clubs Vendée, Comité Directeur et anciens

Présidents du Co REG des Pays de la Loire,

Présidents des CODEP 17, 44, 49, 53 & 72

Partenaires Institutionnels et privés

Jean PASQUIER

Président du CoDep85 Cyclotourisme

LA VIE DU CODEP

CONCENTRATION D'OUVERTURE AU BEIGNON BASSET

DIMANCHE 10 MARS 2019



La saison 2019 est lancée ! Une trentaine de bénévoles attendent de pied ferme les cyclotouristes Vendéens en ce matin du 10 Mars. Certes le temps est maussade mais peu importe c'est la fin de l'hibernation. De plus les rues du quartier ont un nom de fleur et la halte des cyclos est rue des violettes. Ils sont là de Challans, des Herbiers ou Pouzauges sans oublier les clubs de la côte Vendéenne.



Moments propices à l'échange



24 clubs sont représentés et la palme revient à nos amis du Château d'Olonne avec 19 participants.

Bravo à toutes et à tous ! car la météo du matin rimait plutôt avec crachin !

Dominique BELAUD

LA RANDONNÉE DE LA ROSE à SAINT-CHRISTINE le 19 mai 2019

avec le concours de la S.V. FONTENAY LE COMTE & le CYCLO CLUB BÉNÉTAIN

Cette 12^{ème} organisation de la randonnée de la rose, a été très appréciée par nos 85 féminines. Deux circuits à travers le Marais et la Venise Verte de 40 et 63 km ainsi qu'un circuit de 70 km pour les hommes (55 participants).

A l'arrivée le CODEP 85, a offert une rose ainsi que le repas à chaque participante. Merci à la commune de Benet, ainsi qu'au Club Benetaïn pour la mise à disposition gratuite des infrastructures et du verre de l'amitié.

Vous pouvez consulter les photos ... [hsvfcyclo85200https://.jimdo.com/](https://hsvfcyclo85200.jimdo.com/)
& la vidéo... <https://www.youtube.com/watch?v=GZ3H0sFnxE>

Rendez vous l'année prochaine à Pouzauges



Jean-Luc MURAILLON

L'ÉCHO DES CLUBS

C.T. SABLAI

Du 19 au 25 mai 2019

37 participants ont séjourné au VVF de Urrugne 64, du 19 au 25 Mai 2019 dont 25 "roulants".



Les matins étaient consacrés à des "sorties" vélos de distance de 60 à 70kms dans l'arrière pays, plus particulièrement le long de la frontière Espagnole.

Nous avons pu escalader durant cette semaine le Col de St Ignace qui mène au petit train de la Rhune ; le col d'Ibardin en direction de Bera en Espagne, le col de Lizuniaga tout à coté, puis le col de la Pinodiéta proche d'Espelette. En costaud nous avons pu faire l'ascension du Jesquizel qui mène sur San Sebastian.

Ascension connue et dernière difficulté lors de la Classica San Sebastian "terrain de jeu" très vallonné. Chacun a pu prendre plaisir au cours de ces différentes sorties.

Deux groupes ont été constitués. Les niveaux de chacun n'étant pas les mêmes.

Pendant que nous effectuons nos sorties vélo, les compagnes présentent au séjour effectuaient des sorties randonnées pédestres. Des circuits avaient été définis. Elles étaient accompagnées par un guide local.

Nos après midi étaient consacrés à la découverte de cette région par les visites de Bayonne, de St Jean de Luz, de Biarritz. Un petit tour dans Espelette, Cambo les bains, La ville de Bera .Balade par le petit train touristique à crémaillère de la Rhune, superbe panorama. Dommage que nous ayons eu au sommet un peu de brouillard, visite un après midi de la ville d'Arcangues et la tombe de Luis Mariano.

*Des journées très riches.et très variées, dans une excellente ambiance.



Le ressenti du Club est excellent.

Didier PIEL

A.S.L. BEAUFOU

Les 11 mai & 15 juin 2019 - "VIVONS VÉLO"



Dans le cadre du partenariat AG2R LA MONDIALE et la Fédération Française de CycloTourisme, l'ASL Beaufou Cyclo participe à l'opération Rassemblements "VIVONS VÉLO".

Le concept "VIVONS VÉLO" : rouler n'a jamais fait autant de bien !

"VIVONS VÉLO" c'est aussi : une application mobile gratuite, pour pratiquer le vélo sous toutes ses formes. Vous êtes cyclotouriste ? Retrouvez plus de 450 parcours partout en France. Vous êtes sportif ? Bénéficiez de conseils de pros et des défis à relever dans le programme de coaching. Vous êtes débutant ? Démarrez le vélo en douceur avec des conseils adaptés et étapes adaptés à votre niveau

Ces rassemblements sont des balades gratuites accessibles à tous, dans plusieurs villes de France le même jour, le jour J les clubs FFCT participants accompagnent les personnes sur un parcours variant de 25 à 30 kms et chaque kilomètre parcouru équivaut à 1 euro reversé à l'Institut Pasteur par AG2R. L'objectif cette année étant d'atteindre les 100 000 euros de dons. Plus on sera sur les évènements plus on pourra récolter d'argent. Mais aussi grâce à l'application "VIVONS VÉLO" que vous pouvez lancer a chaque fois que vous montez sur votre vélo.

Sur les deux dates du 11 mai et du 15 juin ce sont 36 personnes qui ont partagé une balade conviviale et découvert les alentours de la commune. Le vélo ce n'est pas que pour les pros. C'est agréable d'être ensemble de se faire plaisir sur une action solidaire.

Nous vous donnons rendez-vous pour la prochaine date sur Beaufou la 12 octobre.

Régine POUPELIN



Pour les réservations ou renseignements : <https://www.inscription-vivonsvelo>

LE CHÂTEAU D'OLONNE CYCLOTOURISME

Sortie annuelle de Pentecôte du 7 au 10 juin 2019

Cette année 2019 direction TREGUNC (Finistère)

Départ le vendredi 7 juin (journée bien triste avec la tempête annoncée puis la disparition de 3 marins de la SNSM).

Premier rendez-vous à l'aire de repos de MARZAN pour la pose café sous la pluie ! Heureusement, pour le pique-nique, le groupe de 38 est accueilli à l'abri dans la salle d'accueil/bar du Domaine Méhéhouarn de PLOUAY... Etant donné la météo, pas de candidat pour rejoindre TREGUNC à vélo... La balade touristique de la côte pour rejoindre le village Azureva se fait donc en voiture!

Samedi 8, départ groupé (à 30) pour le premier circuit cycliste, sortie un peu arrosée d'environ 60 km. Après déjeuner à la maison, soleil et nouveau circuit en 2 groupes : pour les plus vaillants un circuit défolement dans ce pays où les descentes et les montées se succèdent (80 km), pour d'autres un circuit touristique, non sans montées (Port Manech)...

Dimanche 9, avec le soleil, départ avec pique-nique vers la Pointe de la Torche sur un circuit parfois bien athlétique (montée de Beg Meil) concocté par le Trésorier. Tout le monde arrive à bon port, certains reviennent en voiture après balade jusqu'à la Pointe avec vues magnifiques sur la côte : Baie d'Audierne, Pointe de Penmarch, Pointe du Raz et visites (Notre Dame de Tronoën et son Calvaire, biscuiterie de Pont l'Abbé...) - les autres remontent sur leur bicycle et rentrent défigurés, frigorifiés, trempés jusqu'aux os (environ 150 km) !

Lundi 10 avec regrets il faut rentre les clés... et, avec le soleil, rejoindre PONT AVEN pour un circuit maritime très agréable sur l'Aven et le Bélon - puis visite de PONT AVEN sous la pluie...



Christiane DROSSON

LES CYCLOS FERRIÉROIS

Week-end cyclotouriste du 7 au 10 juin 2019



Pour le week-end de la Pentecôte nous avons organisé un séjour à proximité de Rochefort en terre et la Gascilly .

26 participants ont été hébergés en mobil home et camping cars au camping.

Au programme sorties cyclos le matin, un groupe cyclo route et un groupe vtt, apéritif convivial puis repas au camping et visites libres de Rochefort-en-Terre et La Gascilly .

Un repas festif breton (crêpes et galettes) organisé par le club et réalisé par le camping le samedi soir.

Le dimanche nous avons participé à une randonnée organisée à 20km à Ruffiac, rando vtt, cyclo et pédestre, (900 participants).

La météo a été clémentine en Bretagne et a permis de rouler sans pluie tous les jours.

Les participants sont ravis et attendent la prochaine édition.

Rendez vous pour la Pentecôte 2020!



Tony CREPEAU



LE C.T. YONNAIS

Du 15 au 22 juin 2019

Le CTY est allé à la rencontre des sommets mythiques ou des grands classiques dans le massif alpin.

Les lacets de Montvernier, les cols de l'Iseran(BPF), Galibier, Télégraphe, Mollard, Mont-Cenis, Alpes d'Huez, Glandon, Croix-de-Fer (BPF) des noms prestigieux à donner le tournis que notre vaillant groupe a gravis à la force des mollets et grâce à une motivation à toute épreuve.

Au-delà de l'effort de beaux souvenirs : des paysages vertigineux à couper le souffle, une flore sauvage aux dégradés de bleu ou de jaune, cerise sur le gâteau des marmottes heureuses de prendre l'air après une longue période d'hibernation les accompagnaient de leurs cris stridents, une manière de les saluer et de les soutenir dans les fortes montées sans doute !

Pour agrémenter notre séjour le Reblochon, le Beaufort, le bleu de Bonneval ont ravi les papilles saturées de sucre par la prise de boissons et de barres énergisantes.



2019

Marie-Hélène CHAMPLAIN

Le cyclotouriste yonnais attire de plus en plus

Pour ses 80 ans, le CTY fait le plein. Il compte près de 120 adhérents. Il leur permet de profiter de sa convivialité, et d'entretenir sa santé.

Les gens d'ici

Cette année, le cyclotouriste yonnais (CTY) fête ses 80 ans. Cela en fait l'une des plus anciennes associations de La Roche-sur-Yon. Affiliée à la fédération française de cyclotourisme, elle en est même, sur les 3 300, la 154^e plus ancienne association. Depuis des années, l'association élargit son nombre d'adhérents, pour arriver à 120 cette année.

Le CTY, c'est quoi ?

Créé en 1939, le CTY propose diverses activités sportives, de détente et de loisir. Ouvert à tous les âges et à tous les niveaux, il conjugue le cyclotourisme et la randonnée. Marie-Hélène Champain, présidente du CTY, explique : « Nous nous ouvrons à ce qui se passe localement. L'idée est de partager des moments et d'échanger, tout en pratiquant une activité physique. » De nombreux adhérents rejoignent l'association pour des questions de santé ou de bien-être.

Quelles sont les activités proposées ?

Chaque jeudi, dimanche et jours fériés, l'association propose deux parcours de vélos, au kilométrage différent. Jacky Miaud, secrétaire adjoint, détaille : « Pour que chacun s'y retrouve nous avons divisé les groupes. C'est à l'appréciation de chacun. Cela permet d'adapter la vitesse à chaque adhérent. » Outre ces parcours vélo, le CTY propose également des randonnées départementales fédérales, ou encore des



Le CTY propose des parcours tous les jeudis, dimanches et jours fériés.

(CREDIT PHOTO : QUEST-FRANCE)

sorties découvertes de plusieurs jours hors du département.

Chaque année, la randonnée Guy et Colette est organisée, en mémoire de deux adhérents, victimes d'un accident de la route en 2009.

Comment le CTY évolue-t-il ?

« Nous essayons de nous adapter aux nouvelles tendances. Nous faisons du vélo familial », estime la présidente. Chaque année, le CTY planche sur ses points faibles à travailler. « Nous mettons en place des priorités tous les ans. Cette année, l'accent a été mis sur l'accueil au club par exemple, ou sur la communication, en étant actif sur le site

internet de l'association », développe Marie-Hélène Champain.

La moyenne d'âge étant de 59 ans, le CTY aimerait attirer un public plus jeune : « Cette année c'était une première car nous avons eu un adhérent qui était mineur. Il a fallu s'adapter car un parent doit être présent dans ce cas-là ou un tuteur. Maintenant qu'il a 18 ans, c'est plus simple », reconnaît Jacky Miaud.

Quels sont les événements à venir ?

En cette année de 80 ans, l'association organise une balade de trois jours en Vendée, les 13, 14 et 15 septembre prochains : « Nous partons

de La Roche jusqu'à Saint-Hilaire-de-Riez, le deuxième jour à La Flotellerie, et nous revenons le troisième à La Roche », indique la présidente. Du 15 au 22 juin, les adhérents partiront en séjour alpin, à Saint-Jean-de-Maurienne et ses nombreux cols, comme l'Alpe d'Huez, présents au Tour de France.

D'autres temps forts auront lieu au mois de septembre. Marie-Hélène Champain en parle : « Il y aura une exposition sur les 80 ans de l'association, puis une réception, et nous participerons à la fête du sport de La Roche-sur-Yon. »

Alexandre CHAUVEL.

Le C.T. HERBRETAIS

SEMAINE EUROPÉENNE AU PORTUGAL - du 29 juin au 6 juillet 2019

BELMONTE est une ville de 7000 habitants riche en architecture : château fort, tour, musées, synagogue, lieu de naissance de Pedro Alvares Cabral, navigateur qui a découvert le Brésil en 1500.

1230 participants : 1050 français, 32 vendéens avec 11 clubs représentés

Dimanche, après la cérémonie d'ouverture, un circuit de 40 km nous a été proposé avec un pique offert par la municipalité.

Les jours suivants, 3 circuits au choix : 50, 70, 120 km avec dénivelés importants variant de 800 à 2300 m, côtes de 10 à 18 % avec ravitos copieux sur les parcours : bananes, oranges, pêches et gâteaux secs, jus d'orange.



Nous avons sympathisé avec les Portugais heureux d'accueillir des Français en cette semaine cyclotouriste ensoleillée et chaude.

Merci aux bénévoles pour cette belle organisation.

Le rendez-vous est fixé en BOSNIE pour 2020.

Marylène et Léon PLANCHET



LE CHÂTEAU D'OLONNE CYCLOTOURISME et la SÉCURITÉ ROUTIÈRE À VÉLO



Le vendredi 12 juillet, 35 licenciés ont bénéficié d'une action spécifique cyclistes, de "SENSIBILISATION AUX RISQUES ROUTIERS"

1. Après présentation, David Clergeaud en formation professionnelle "pro Ecole de Conduite Sécurité Routière", a défini ce qu'on appelle un cycliste (appareil de déplacement mu par la force physique).

Il a exposé les bienfaits du vélo, l'entretien du matériel, l'équipement réglementaire, le partage de la route avec les autres usagers, les règles à respecter notamment en groupe et sur les giratoires, mais aussi les statistiques sur l'accidentologie (chiffres, zones du corps les plus touchées) en insistant sur les précautions à prendre du fait des angles morts des gros véhicules (camion, autocar...).

Les participants ont pu poser des questions tout au long de l'intervention agrémentée de diapositives et de mises en situation animées, puis au moment du QUIZZ qui a clos la réunion.



Christiane DROSSON

*Concentration de fin de saison
à JARD SUR MER le 13 octobre 2019*

*N'oubliez pas...
A.G. du CODEP 85 à FONTENAY LE COMTE
le 16 novembre 2019*

CALENDRIER DES MANIFESTATIONS DE CYCLOTOURISME 2019

DATE	CLUB	NOM de la MANIFESTATION	TYPE
Dimanche 01 sept	BENET	Randonnée des alouettes	Route, VTT, marche
Dimanche 08 sept	BOURNEZEAU	La Bournevaizienne	Route, marche
Dimanche 22 sept	LE BOUPERE	Randonnée la Boupérienne	Route, VTT, marche
Samedi 28 sept	CRM CHALLANS	Cyclo-découverte	Route
Dimanche 06 oct.	FONTENAY	Randonnée la Transmerventaise	Route, VTT, marche
Dimanche 13 oct.	JARD SUR MER	Concentration fin de saison	Route
Dimanche 27 oct.	CHANTONNAY	Les coulées Chantonnaisiennes	(HC) Route
Dimanche 27 oct.	MORTAGNE/SEVRE	Randonnée la Mortagnaise	Route, VTT, marche
Dimanche 24 nov.	BEIGNON BASSET	La Rando Claude Seguin	Marche
Samedi 7 déc.	LA ROCHE SUR YON	Randonnée du Téléthon	(HC) Route
Dimanche 08 déc.	CRM CHALLANS	Randonnée du Téléthon	(HC) Route
Dimanche 08 déc.	CHANTONNAY	Randonnée du Téléthon	(HC) Route

BREVETS

Dimanche 08 sept.	VC CHALLANS	Brevet à allure régulée	150 km
-------------------	-------------	-------------------------	--------

**CONCOURS PHOTOS DÉPARTEMENTAL 2019****Thème : "Le vélo sur les pistes cyclables"**Date limite d'envoi à Michel Renard :
8 octobre 2019**CONCOURS PHOTOS DU CO REG 20198****Thème : "Cyclotourisme en Forêt"**Date limite d'envoi à Bernard Migot :
15 octobre 2019

***Vous trouverez les bulletins d'inscription et les règlements sur les sites
du CODEP et du Co REG***