



avril 2010

Editorial

Quatre mois se sont écoulés et on note une bonne activité du club. Parmi les diverses randonnées du calendrier, les participants ont apprécié les circuits proposés. Cependant, malgré le changement du lundi au mardi, les sorties dominicales ne sont toujours pas prisées. Fort de ce constat et des doléances formulées par bon nombre d'entre vous, lors du prochain comité directeur du mois de mai, le maintien ou le retour des sorties au lundi sera décidé. Toutefois, je persiste à vous encourager à venir pédaler aux randonnées dominicales qui nous permettent de découvrir d'autres horizons. Les comptes rendus respectifs en témoignent.
Faites-vous plaisir, venez...

Jean-Claude BILLIERES.

Randonnée de Montastruc. par JC BILLIERES

9 Grenadains se sont retrouvés pour cette classique de début de saison. Contrairement aux coureurs qui passeront sur ce circuit l'après-midi, nous nous contentons de gravir une seule fois le redoutable mur d'Engalinat, bosse de 200 m à environ 15%. Sur le retour, le vent d'ouest assez soutenu a contrarié notre progression. **Mention particulière** à Yves COUPEL qui est parti et revenu de Montbartier seul face au vent.

Concentration d'ouverture du CoDep 82 14/03/2010 par Joseph LARROQUANT.

Six participants étaient présents au rendez-vous de Grenade à 7h15: Maïté et Daniel FERAL- Jérôme De CONINCK-Marc BOMPAS-J-Claude BILLIERES-Joseph LARROQUANT. Départ avec les voitures jusqu'au parking de la mairie de Bourret. Compte tenu de la température hivernale (-1°), la préparation des vélos et surtout des cyclos a été rondement menée. Aux premiers coups de pédales, le froid se fait plus mordant. Tout de suite, la côte se dresse devant nous, les braquets montent, les plateaux descendent, bouches ouvertes, souffles courts, la "vapeur" sort des poumons... Par la suite, le circuit préparé et proposé par notre ami Robert CARCELER ne présente pas de grosses difficultés; nous prenons la direction de Belleperche, Benis, Castelsarrasin, Courbieu. L'arrivée à Moissac par le pont NAPOLEON nous offre une magnifique vue sur les eaux cristallines du Tarn. En suivant le fléchage, nous arrivons sur le site des inscriptions pour signer le livre d'or et nous restaurer auprès d'un buffet copieusement garni. Pour le retour, en longeant le Tarn nous découvrons le surprenant pont-canal du Cacor, ouvrage réalisé en 1867 par Jean-Batiste de BRAUDE ingénieur du roi, nous passons sous un pont ??? (sic), mais c'est dessus qu'il faut passer!!! Par chance, tout près de là, un petit chemin de pierre nous ramène sur la bonne route, rive droite vers Les Barthes, Labastide du Temple, Lavilledieu, Escatalens. Au pont qui enjambe la Garonne avant la montée vers Bourret, Maïté et Daniel souhaitent rentrer. Les quatre restants, décident de prolonger de quelques kilomètres le périple vers Montain, Lafitte et retour à Bourret. Aucun incident à signaler pour cette sortie. Sincères remerciements aux organisateurs de cette concentration pour la qualité de leur accueil et leur convivialité. Notons également la participation de notre infatigable baroudeur **Yves COUPEL**, parti en solitaire de son village pour rallier Moissac en fin de matinée

Rallye de Blagnac
le dimanche
11/04/2010.

Cinq cyclos du GCS ont
participé à cette sortie .

Elles l'ont fait !!! Bravo Mesdames.

Par Daniel FERAL



Partis de bonne heure ce matin du 02 avril 2010, nous nous étions donnés rendez-vous au parking d'Ax les Thermes à 9h30. Nous avons pris le temps de nous changer, de préparer nos vélos, manger un petit gâteau au chocolat car le déjeuner était déjà loin, et nous partons, Martine Maïthé et moi à 10h00, vers Luzenac pour grimper le Col de Marmare, le Col D'en Ferret et le col du Chioula.

Il faisait très beau ce matin, et les lacets qui nous séparaient du col de Marmare sur une pente moyenne de 4,5% pour une distance de 17Km bordés de neige, ont été rapidement bouclés à une vitesse moyenne de 10.5 km/h.

Puis nous avons enchaîné avec le col d'en Ferret, et le col du Chioula. Le col du chioula a une pente de 7.5%, sur 1,5 km. Ces dames ont du mettre la petite plaque.

Enchantés, nous avons immortalisé le moment par une photo du trio gentiment prise par une charmante demoiselle de passage au col.

C'est revêtu du coupe vent que nous avons descendu d'un trait les 10 km qui nous séparaient de l'arrivée.

Après nous être changés et avant de reprendre la route, un petit casse croûte sorti du panier, mangé sur un banc au soleil printanier, puis retour à la maison.

PS : Et même pas mal aux jambes. Vive le vélo !!

Il nous étonnera toujours...

Je parle bien évidemment de notre toujours jeune "Petit JOJO" qui en compagnie de Jean-Pierre BORDA, Frédéric LABOUREL, Jean-LOUIS ROTA et un copain de Frédéric, a gravi courant mars le col d'Aspin. Il est vrai que pour ne pas avoir froid, il faut monter le col...



Brevet des 100 km de Montauban par J-C BILLIERES.

Dimanche 07/03/2010 : 7h00 sur le stationnement, le thermomètre affiche 1°C. Cinq cyclotouristes du GCS s'apprêtent à participer à cette première longue randonnée de la saison. Aux inscriptions, dans la maison de quartier ISSANCHOU située derrière l'hôpital de la ville, 3 autres membres du club nous rejoignent. L'effectif en présence: A MARBOUTY - D FERAL - R PAGES - Y COUPEL - J LARROQUANT - J RAYA - J-C BILLIERES - M BOMPA. Régis TOULOUSE parti un peu plus tard complètera la liste. Pour retrouver les routes campagnardes Tarn et Garonnaises, la sortie de Montauban n'est pas évidente. Circuit non fléché, seule la feuille de route nous guide. Après quelques tergiversations, nous roulons vers Rabastens via Salvagnac où nous abordons les premières bosses. Robert PAGES connaissant la topographie des lieux nous est d'un grand secours.

Arrivés à Rabastens à la surprise générale, pas de point de contrôle, pas de ravitaillement. Yves COUPEL nous précise que nous devons valider notre feuille de route chez un commerçant local. C'est chose faite chez le boucher du coin. Nous poursuivons notre périple vers Mezens et en longeant la rive droite du Tarn, nous franchissons le coteau entre Buzet et Bessières (hélas point d'omelette pour nous remonter le moral...). A Mirepoix /Tarn, la boulangère placée sur notre route, qui heureusement connaissait les ficelles de la randonnée, appose le 2^{ème} tampon de contrôle. Après avoir traversé les communes de Villemur, Reyniès, Corbarrieu, nous arrivons vers 12h15 à Montauban. Stupéfaction et nouvelle déception de la matinée, le local d'accueil est fermé. Où est donc passé le VCM??? Adieu convivialité et pot de l'amitié....

En conclusion, circuit proposé très agréable, mais déception unanime sur l'accueil et la convivialité inexistante. En raison de la distance et de la froidure, nous aurions apprécié un petit ravitaillement chaud en cours de route. Mais les brevets sont ainsi faits, le participant doit être en totale autonomie...C'est spécial....

Le dimanche 28/03/2010, nous n'étions que deux pour participer au brevet des 100 km proposé par le club de Saint-Gaudens. Compte tenu du trajet à parcourir, nous avons renoncé à faire le déplacement.

Randonnée des Coteaux de Castanet 18 avril 2010

Par Daniel FERAL.

Présents et inscrits: - Jean Claude Billières-- Marc Bompa-- Jérôme De Coninck-- Daniel Féral-- Joseph Larroquant-- Robert Pages- Robert Soula-- Régis Toulouse-- Sébastien Toulouse- André Marty.

Nous nous sommes retrouvés et inscrits, comme il avait été décidé, à 8h00 à la salle de Vic avant de prendre le départ de la randonnée. Nous apprendrons plus tard la présence d'André Marty alors que nous venions de partir.

C'est le circuit bleu que nous avons choisi, sauf Sébastien qui s'est orienté vers le circuit rouge.

La météo prévoyait un grand soleil, ce fut le cas. Un peu frais à 8h00 ce matin tout de même. Pour corser un peu la difficulté, un invité surprise : le vent d'Autan.

La première partie du circuit empruntait la piste cyclable du Canal du Midi, sous l'œil désabusé de quelques canards flottants sur ses eaux vertes.

Jusque là, tout allait à merveille. Positionnés bien à l'abri derrière les nombreux participants, le vent d'autan qui forcissait de plus en plus, ne nous gênait pas outre mesure.

L'affaire a commencé à devenir plus compliquée, dès que nous avons pris les départementales et les premières bosses.

Les coteaux de Castanet et le Lauraguais avec le vent en face, un vrai régal !!!

Q'importe, nous avons serré les dents, et franchi les collines arc boutés sur nos montures.

Kilomètre après kilomètre, nous sommes arrivés ensemble au point de ravitaillement, dressé à Belflou, qui s'avérait être aussi le point final de notre combat face au vent d'autan. Belflou est un petit village d'environ 90 habitants (le Belflonais), situé à 234 m d'altitude, dans la pointe Nord-Ouest de l'Aude. Il est niché bien exposé au soleil, au pied d'une colline allongée qui culmine à 280m. Nous sommes dans le Lauragais, à 48 km au Sud de Toulouse. C'est dans ce magnifique décor que les organisateurs nous attendaient autour d'une table généreusement chargée des traditionnels petits sandwiches et diverses boissons. Excellent moment de convivialité, et de rencontre.

La suite du circuit, dans un premier temps longeait le Lac de la Ganguise, avant de se poursuivre sur les coteaux environnants. La proximité de Toulouse et la fréquence de vents sur la région font du lac de la Ganguise un lieu très privilégié pour les amateurs de planche à voile. Très beau site.

C'est à partir de là, que se sont formés tout naturellement deux groupes de quatre personnes. Marc, Joseph, Régis et moi-même, avions envie « d'envoyer » et rapidement nous avons distancé nos camarades qui avaient choisi de rouler plus calmement.

Curieux comme tout devient plus facile ! Avec le vent dans le dos, les quarante cinq kilomètres à faire pour retourner au point de départ furent une formalité. Les quelques bosses qui se présentaient sur notre chemin, furent rapidement gravies.

Pas grand-chose à dire sur le fléchage sinon un ou deux points stratégiques où nous n'avons pas vu, ou su voir les flèches. Résultat, quelques kilomètres en plus.

A l'arrivée, nos compteurs affichaient 90 kilomètres pour le premier groupe, et un petit peu plus, pour le second s'étant un peu perdu sur le circuit : 94 kilomètres.

Quant au compteur de Sébastien, il indiquait 122 kilomètres.

Nous nous sommes séparés après avoir pris ensemble le pot de l'amitié offert par les organisateurs.

Au tableau d'affichage du classement des clubs par nombre de participants, Grenade Cyclo Sport se positionne honorablement à la sixième place avec ses neuf participants inscrits. Merci au Castanet Cyclo Club pour l'organisation et pour leur aptitude à nous offrir un circuit chaque année différent.

consultez le site web:
<http://cyclogrenade.free.fr>



A nos amis du club qui rencontrent actuellement des problèmes de santé, je leur souhaite un prompt rétablissement. Revenez vite

Samedi 24/04/2010- La traversée des baronnies. Par Robert PAGES.



Le club cyclotouriste de Bernac Dessus, petit village près de Tarbes, nous accueillait en ce samedi pour la 8^{ème} édition de la traversée des baronnies. Nous étions 11 du GCS à faire le déplacement afin de voir d'autres routes et d'autres paysages. Après les formalités et le folklore (atterrissage de 4 parapentes) d'avant départ, un coup de canon libérait les 1485 participants dont 200 féminines sur les 4 circuits proposés.

Blanche et Micheline partaient sur le circuit de 41 km, Maïté partait seule sur le 61 km, Daniel, Didier, Jean Claude, Régis optaient pour le 72 km et Jérôme, Michel, Joseph et Robert après une courte concertation au ravitaillement choisissaient le 82 km.

Après quelques kilomètres d'échauffement les choses sérieuses commençaient avec l'ascension du Haut de la Côte. Puis les montées et les descentes se succédaient avec des pourcentages variés au milieu de paysages magnifiques, rehaussés par un soleil éclatant avec en arrière plan la chaîne des Pyrénées encore (un peu) enneigée. Le point culminant de la traversée se situait au sommet du haut des Palomières (810m) avec un point de vue splendide sur les vallées voisines. Le retour vers Bernac n'était plus qu'une formalité malgré une dernière montée à Mongaillard (le nom évoque tout).

De cette belle après midi, on retiendra la parfaite organisation de nos hôtes avec ravitaillements nombreux et copieux, le casse croûte réconfort à l'arrivée: qu'elle était bonne la brioche (n'est ce pas Maïté!), la beauté des paysages, et la convivialité des participants malgré quelques indisciplinés.

Un grand bravo à tous et surtout à nos féminines qui n'ont pas hésité à s'élancer sur des circuits relativement pentus, 582m de dénivelé pour le petit circuit et 1301m pour le second.



Le calendrier de mai et juin.

- ✓ 08/05/2010 La Birade Montéchoise.
- ✓ 16/05/2010 Le Tourin à l'ail de Saint-Clar (20 pts challenge). Possibilité de prendre le repas sur place.
- ✓ 23/05/2010 Randonnée en pays gascon du Castéra (10pts challenge).
- ✓ **30/05/2010 Week-end au Salagou.**

- ✓ Samedi 05/06/2010 Ascension du Tourmalet. A déterminer.
- ✓ 06/06/2010 Vallée du Girou à St-Sauveur (10 pts challenge).
- ✓ 13/06/2010 Les crêtes Ariégeoise à Pamiers (30 pts challenge).
- ✓ 20/06/2010 Randonnée de Savés à Samatan (20 pts challenge). **Ou Castelnau hors challenge.**
- ✓ 27/06/2010 Sortie club (10 pts challenge).

Le menu à la carte est varié. A vous de choisir...