Grenade Cyclo Sport
Siège social
Mairie de Grenade
FFCT 05795

En roues libres n°29 mai 2013

Editorial

Ce printemps 2013 ne facilite pas les randonnées. En semaine, la fréquentation reste bonne. Malheureusement, les sorties dominicales meurent. Ce constat a déjà fait l'objet de plusieurs discussions ou articles, en vain…
Dans ce numéro je vous propose de revenir sur les moments les plus marquants de ces 5 premiers mois. L'itinérant féminin où les dames de notre club ont fièrement porté les couleurs du GCS.
Le séjour espagnol du mois de mai. La première sortie sur la journée n'a pas connu un grand succès, mais les 5 participants ont passé une agréable journée. Pour les prochaines sorties, merci de nous faire partager votre randonnée .Un petit compte rendu sera le bienvenu..

Jean-Claude BILLIERES

Compte rendu de l'itinérant féminin

Samedi 13 avril 2013 à 8 heures

Après une bonne nuit passée chez Nicole et Alain à Verrières, les six féminines du club , Blanche,Martine,Lily,Maithé,Nicole et Christiane arrivent à Millau pour un week-end en Aveyron.
129 féminines prennent le départ réparties par groupes de 14, les filles de Seysses complètent notre groupe. En tête Nicole notre capitaine de route. La température est de 4°, nous rentrons dans les gorges de la Dourbie. La fraîcheur matinale nous met en condition. Aujourd'hui, un dénivelé de 1200m est prévu. Chacune son rythme, tout à gauche.Le hameau du MONNAT nous laisse découvrir son château du 13è siècle. Nous continuons notre ascension à La Roque Ste Marguerite commune étendue du Causse noir au Causse du Larzac.
Km23 : au sommet de la côte, petit détour pour la visite du Prieuré de St Jean de Balme,puis direction Vessac petit hameau de maisons caussenardes et son menhir, là devant un magnifique four à pain construit en pierres sèches, le ravitaillement est dressé (le 1er depuis que cette manifestation existe).Quel accueil : produits du terroir, pâtes de coing maison, roquefort, café chaud, eau de vie très appréciée par Lily. Ravigotées nous continuons vers Veyreau, la petite plaque est de rigueur :cà grimpe en Aveyron !!! A l'horizon le Mont Aigoual est enneigé. Notre route bifurque vers Mont jardin.
Km45 : à 900m d'altitude Lanuejols, commune du Gard limitrophe de l'Aveyron et de la Lozère.Pause repas sorti du sac à dos et pour la digestion ce sera l'ascension du Mont jardin , sur 7km de montée.
Sur la D986 dans l'abîme de Bramabiau nous apercevons les mines de Villemagne. Axées sur le cuivre, le plomb argentifère et le zinc , l'extraction cessera en 1932.
Nous sommes à 1139m d'altitude sur le plateau : Cambrieu entouré par une immense forêt de hêtres et de conifères. Nous amorçons la descente sur 15 kms entre bois et rocheuses. Quelques violettes et pâquerettes nous rappellent que nous sommes au printemps et ce site magnifique nous fait oublier nos mains crispées sur nos cocottes. Les patins de freins chauffent sur les jantes.En bas au stop, regroupement pour partir vers Trèves chef lieu de canton du Gard, mais une crevaison casse le rythme.
Km83 : en remontant la vallée de la Dourbie au dessus des falaises, Cantobre village perché sur un éperon rocheux, nous incite à prendre une photo.Puis au carrefour de la D145 le groupe de Nicole prend à gauche et termine sa visite à Nant, petit bourg créé en l'an 600 avec ses ruelles empierrées, fatales à Christiane, qui chutera en montant sur son vélo alors qu'une dégustation de chocolats chez le réputé chocolatier Auger les attend.
Après le retour dans leur chambre respective en binôme et une bonne douche, les six grenadaines se retrouvent autour d'un bon repas où un groupe folklorique les attend pour quelques pas de bourrées. Blanche et Lily feront une démonstration en ligne et puis….bonne nuit ….à demain.

Dimanche 14/04/2013 8 heures
Un petit déjeuner copieux nous est réservé, illuminé par un rayon de soleil .Après la photo traditionnelle nous enfourchons nos montures. En tête notre capitaine de route Nicole parfaite guide , avec toujours une anecdote à raconter sur son Aveyron natal.
Température 5°, un peu frisquet mais çà réveille, avec sur 7 kms une montée un peu ventée. Nous atteignons le plateau du Larzac. La Couvertoirade, petite miniature de la ville médiévale, un des plus beaux villages de France : visite guidée à travers les ruelles empierrées et les vestiges des templiers. Nous continuons, petites montées, grandes descentes. Nous roulons sur le plateau du Larzac ,au loin des rocheuses, ce sont les Causses. Cà et là des édifices accrochés à la roche; ici une bergerie en pierres séchées, un troupeau de moutons paisse en contrebas. L'élevage ovin joue un rôle important dans la fabrication du roquefort.
Dans la vallée, le Cernon rivière limpide, nous conduit à Ste Eulalie de Cernon, cœur du vaste plateau du Larzac.Après quelques faux plats montants nous nous dirigeons vers le Tarn. Sur la D31, au sommet de la côte, ST Rome sur Tarn : bourg médiéval avec ses ruelles étroites,ses logis à tourelles et fenêtres à meneaux.Puis nous passons sur un pont enjambant la Muze.Traversée des villages de St Hyppolite,Comprégnac pour arriver à Peyre,un des plus beaux sites de France accroché à la roche. A droite de Peyre, au loin, tel un bijou dans son écrin de verdure nous découvrons le viaduc de Millau: architecture choisie par la population et ses environs sur le choix de 7 édifices. Formé de 7 piliers dont le plus haut est de la hauteur de la tour Eiffel, qui avec la météo prend des allures de voiliers sur une mer de nuages ou, suivant la position du soleil, ressemble à un oiseau en plein vol.
Après le rassemblement des groupes de féminines sous le pont bleu enjambant le Tarn, nous terminons notre périple par Cressels à 3 km de Millau avec un accueil aveyronnais servi d'un petit goûter aux produits du terroir.
Nous remercions de tout cœur Nicole et Alain qui nous ont fait découvrir leur magnifique région natale avec ses secrets et ses anecdotes… Merci pour leur gentillesse et leur dévouement… Grâce à vous nous avons passé un séjour inoubliable.

Lily,Martine,Blanche,Maïthé,Christiane,Nicole.

P.S : un clin d'œil à Tonton.

Séjour Empuriabrava du 03 au 05/05/2013

Vendredi 03/05/2013 .

Sur les 32 participants inscrits au séjour, nous sommes 30 à nous retrouver vers 11h30 sur le parking de l'hôtel « CASTELL BLANC «, retenu pour l'hébergement. Notre ami Joseph souffrant du dos, c'est avec beaucoup de regrets que la famille LARROQUANT est contrainte d'annuler leur participation.
Après avoir pris possession des chambres, la terrasse ombragée proche de la piscine nous accueille pour le pique-nique d'avant départ.

14h00 : c'est le départ pour cette première étape Espagnole en direction de Cadaques. La platitude des premiers kilomètres ne présente pas de difficultés. Mais très vite le profil change, la route s'élève avant de plonger vers la plage de Cadaques où une première halte s'improvise. Nous reprenons la route qui remonte vers la maison-musée de Salvador Dali, jonchée sur la colline qui surplombe Port Lligat, petit port de pêcheurs.
Le plus dur est à venir. La petite route qui serpente vers le phare de Cap Creus est truffée de bosses qui par endroits frôlent les 14%. De fortes rafales ralentissent notre progression.

Le chemin du retour via ROSES nous confirme que les routes du littoral Espagnol ne sont pas toujours plates.
L'apéritif pris sur la terrasse de la maison de Maryse et Robert AGGUGIARO nous fait rapidement oublier la fatigue. Merci pour votre invitation et votre chaleureux accueil.
La douche réparatrice et le repas du soir clôturent cette 1ère journée.

Samedi 04/05/2013

8h30, le peloton est prêt pour en découdre avec le difficile parcours concocté par Max. Adrien et Robert AGGUGIARO,Odette et Maryse nous suivent en voiture(et oui, il y a des planqués partout...). Malgré le vent, la route campagnarde qui nous dirige vers la frontière est très agréable. Pour ce début d'étape, deux groupes ont été constitués : le groupe des grimpeurs encadré par Bernard ,un ami cyclo de Max ,emprunte une petite variante un peu plus musclée. Sous la houlette de Max, le groupe des randonneurs suit une route plus douce. Au village de Peralada, sur les platanes qui longent l'enceinte du casino, nous contemplons de nombreux nids de cigognes. Quelques échassiers sont là, prêts à accueillir les cigogneaux.
Le village d'Espolla passé, commence l'ascension de la sinueuse route frontalière. Comme la veille, de fortes rafales nous obligent à rester vigilants. C'est heureux et soulagés que les deux groupes se retrouvent en haut du col. La délicate et rapide descente du col de Banyuls nous ramène en France. Passé Cerbère, c'est à Porbou que nous prenons notre gastronomique repas sur la terrasse ensoleillée du restaurant retenu face à la mer.
Nos organismes supportent bien les moules et la paëlla et c'est sans soucis que nous continuons notre périple sur les routes espagnoles.
Proche de l'arrivée, entre Roses et Empuriabrava, Max nous fait découvrir un sympathique raccourci à travers le marais.
C'est chez Max et Isabelle que nous prenons l'apéritif. Un grand merci pour votre accueil.
La soirée se termine dans une ambiance de feu. En effet, une animation musicale avec repas dansant nous est proposée. Nous constatons que les cyclistes du GCS savent aussi s'amuser et faire la fête. Bravo à tous.

Dimanche 05/05/2013.

Les bosses des jours précédents et peut-être les danses endiablées de la veille ont endolori nos mollets. Un état de fatigue est déclaré dans le peloton. Les 70 km du circuit du jour initialement prévu s'avèrent pentus. Afin qu'un grand nombre de cyclo puisse participer à cette sortie, nous demandons à Max de le raccourcir et d'emprunter des routes plates. A 8h30,nous sommes 15 à nous élancer sur ce circuit facile de 40 km. Tout juste partis, la roue arrière du vélo de Nicole n'a pas supporté un nid de poule : crevaison. Pas de souci, notre mécano Maurice n'a pas perdu la main, nous repartons rapidement revoir les cigognes.
Dans une bodega à la sortie du village Garriguella, une pause café, gentiment offert par Max nous permet de rencontrer un sympathique cyclotouriste belge qui se joint à nous pour le chemin du retour.
La succulente zarzuela servie au restaurant de l'hôtel Castell Blanc clôture ce séjour.

Merci à tous pour votre participation et votre bonne humeur. Remerciements particuliers à Max pour avoir proposé et organisé ce séjour, ainsi qu'à Maïthé et Jérôme pour la gestion.
Félicitations au groupe de randonneurs pédestre guidé par Guy MOTHES, qui eux aussi ont brûlé des calories sur les chemins et sentiers espagnols.
Sur l'ensemble du séjour, nous n'enregistrons que 2 crevaisons.

Où irons-nous en 2014 ? Si vous avez des idées de destinations, n'hésitez pas à les proposer.

****

Nous étions 9 à participer à la Birade montéchoise du dimanche 21/04/2013.

Cinq cyclos ont participé à la première sortie hebdomadaire sur la journée le 01/05/2013. Le jeudi 06/06, au départ du stade de Labruguière, Robert vous propose de sillonner les routes
Tarnaises du côté du Pic de Nore. Ne manquez pas ce rendez-vous.

Randonnée grenadine du 07/07/2013.

Pour cette 20ème édition, les trois circuits retenus, 38, 81 et 113 km, guideront les participants sur les routes Tarn et Garonnaises.
Merci aux volontaires qui ont proposé leur aide.A 13h00, un repas confectionné par le traiteur Bruno HOURTANE sera servi. Les personnes souhaitant partager ce moment doivent s'inscrire auprès de **Robert SOULA avant le 23/06/2013**. Le prix du repas fixé à **12,00 €** devra être acquitté à l'inscription. Nous vous attendons nombreux.