



Les Rayons Val de Marnais



BULLETIN DU COMITÉ DÉPARTEMENTAL
DE CYCLOTOURISME DU VAL-DE-MARNE

n°106



Le vélo qui mène en bateau



<http://codep94-ffct.org/>





Éditorial valant Rapport Moral _____ 2

Vie du Comité départemental

Roger BAUMANN _____ 6

Commission Féminines

Mini-séjour Marais Poitevin _____ 8

Vie des clubs

Randonnée Permanente

Château-Chinon _____ 11

Rallye de la Bièvre _____ 13

Brevet 400 km VCR Mandres _____ 15

Semaine fédérale à Épinal _____ 16

Ardéchoise 2018 _____ 18

Carnet

Calendrier 2019 _____ 20-21

Souvenir & actualité _____ 22-23

ÉDITORIAL VALANT RAPPORT MORAL Assemblée générale du 24 novembre 2018

Cela n'aura échappé à personne ! Le 23 avril dernier, un évènement phare ! Notre fédération annonçait la naissance d'un nouveau logo fédéral : FF VÉLO accompagné d'un nouveau slogan : « À vélo tout est plus beau ! ».

L'objectif de ce changement d'identité visuelle devrait permettre d'amplifier la dynamique et la pratique du vélo, de fédérer un plus large public - des plus jeunes aux seniors - afin que le vélo puisse se transmettre de génération en génération et fasse partie intégrante du mode de vie en France. Cette décision est intervenue à la suite d'une longue enquête auprès de l'observatoire du tourisme.

Néanmoins, l'inquiétude des présidents demeure : fidéliser et recruter des adhérents, pérenniser l'identité de leur club. Sachant, qu'il est de plus en plus difficile de solliciter les adhérents au sein des structures, notamment en leur demandant de participer bénévolement à l'organisation de nos randonnées dominicales, d'assurer l'encadrement des nouveaux licenciés. Le bénévolat est en souffrance et nous sommes confrontés à un public, non plus dit de bénévole, mais de consommateur.

Si nos animateurs ont le rôle d'accueillir les « nouveaux », la tendance actuelle grâce à certains groupes nés des réseaux sociaux ou d'internet, tels que « La Strava » et « Run & Bike », donnent la possibilité à de nombreuses personnes de faire du sport sans aucune contrainte et donc sans aucun investissement fédéral. Cette mode, cette nouvelle tendance, n'aura je l'espère, pas trop d'influence sur les activités que nous proposons dans nos clubs, ni sur nos futurs recrutements.

Indépendamment de ces nouveautés dans le mouvement sportif, la politique de notre Fédération tente par tous les moyens de stopper une hémorragie, en évitant la perte de nouveaux clubs et donc d'adhérents.

Cette année encore, une baisse du nombre de licenciés sur le plan national est constatée. Notre Département a perdu 200 licenciés (au 16/10), malgré l'affiliation d'un nouveau club.

A fortiori, la diminution des subventions reste une enclave à notre développement.



Bulletin du Comité Départemental
de Cyclotourisme du Val-de-Marne,
association de loi 1901.



Éditorial

C'est pourquoi, comme je vous en ai parlé à la réunion des clubs en octobre dernier, l'idée du recrutement d'un salarié au sein du CoReg, moyennant une participation financière sur 7 années de la part des comités départementaux d'Île-de-France, amoindrirait notre trésorerie. Au détriment des activités que nous vous proposons, tels que notre séjour des RVM, notre voyage itinérant au féminin, notre stage mécanique, nos formations d'animateur, d'initiateur, la cartographie, le GPS ou encore le PSC1. Sans oublier les récompenses et le côté festif lors de notre assemblée générale.

Toutefois, je tiens à remercier tout particulièrement le Conseil départemental et plus précisément Monsieur Daniel GUÉRIN, Vice-président en charge des Sports, pour son soutien et le maintien du montant de notre subvention de fonctionnement.

Cependant et dans la mouvance de la politique sportive à l'échelle nationale, les Comités départementaux s'interrogent sur la pérennité des subventions octroyées par le Centre National du Développement Sportif. Nous avons eu ouïe dire que les Comités régionaux seraient mandatés pour répartir cette subvention aux différents comités départementaux. Espérons qu'une équité sera alors respectée en fonction du nombre d'adhérents dans chaque département et des actions portées par chaque Comité.

Notre Comité s'engage à défendre les valeurs du cyclotourisme, que ce soit pour les routiers, tout comme pour les vététistes. Je remercie Stéphane LE BRETON, Président de l'ASB, qui a entretenu des relations rapprochées avec l'ONF, pour défendre nos valeurs, qui tiennent tout d'abord au respect de l'environnement. Plusieurs actions ont été menées. Plusieurs réunions ont été organisées dans le but de trouver des solutions permettant aux vététistes d'emprunter certains chemins sans entraver la nature. Notre Comité se fait fort de vouloir protéger, de pérenniser et de promouvoir des itinéraires, renforçant l'identité paysagère du territoire forestier.

L'essentiel dans toutes ces démarches est de sauvegarder nos organisations vététistes, dans le respect des parcours autorisés, mais encore surtout, dans le respect de nos forêts.

Comme vous le savez, notre Comité a relancé l'idée d'une randonnée mixte, remplaçant la Rand'Oh appelée désormais la RVM. Un premier baptême a permis de réunir 136 cyclos autour d'une choucroute conviviale à Villeneuve-le-Comte le 11 novembre dernier. À la Pentecôte, 76 cyclos se sont retrouvés en région Centre Val-de-Loire. En 2019, cette deuxième randonnée de la RVM s'exportera en Charente-Maritime à Rochefort-Sur-Mer, mais sans l'Hermione, qui aura pris comme port d'attache, Rouen. Concernant le voyage au Féminin, 8^{ème} édition : en septembre 2019, le canal de Bourgogne, dans l'attente en 2020 de « Toutes à Toulouse ».

Pour les jeunes, une tentative cette année de réaliser le Critérium départemental du jeune cyclo un samedi. Fort est de constater que la plupart des jeunes étaient mobilisés principalement dans leur collège pour un forum de l'emploi. C'est ainsi que nous avons décidé de reconduire notre organisation un dimanche, précédé d'un Brevet d'Éducation Routière, une première ! Je souhaite préciser que ces deux événements se dérouleront à Limeil-Brévannes, sans aucune participation financière pour la réservation d'une salle.

Je remercie à cet effet, Mme Françoise LECOUFLE, Marie de Limeil-Brévannes, qui nous permettra encore l'année prochaine, de mener à bien nos deux actions. Je souligne aussi l'implication exceptionnelle de nos jeunes qui ont participé aux Brevets des Audax et ont décroché pour la première fois dans le Val-de-Marne, l'Aiglon d'Argent.

Notre Comité animait les stages depuis plusieurs années : d'animateur, d'initiateur, la cartographie et le GPS. Pierre-Claude AUDIER référent de toutes ces formations a indiqué clairement qu'il ne souhaitait plus être contraint aux formalités administratives liées à celles-ci. Ces formations se déroulent désormais dans un autre département. Pour autant et à la demande, les formations cartographie et GPS peuvent être planifiées.



Éditorial

Aussi et comme me l'a indiqué Monsieur Claude DELAGE, Instructeur Fédéral, afin d'assurer le suivi administratif des formations, nous recherchons un bénévole. Je remercie toutes personnes souhaitant s'investir dans ce domaine de me contacter.

La formation prévention et secours civique de niveau 1 (PSC1) du 20 octobre dernier, réunissait 6 participants. Il est important de mobiliser vos adhérents à suivre cette formation car nous ne sommes pas à l'abri d'un accident, d'un malaise et ces premiers gestes peuvent sauver une vie. Le stage mécanique créé en 2011, rencontre toujours du succès et nous comptons chaque année un minimum de 42 participants.

L'édition de notre bulletin se maintient à raison de trois, voire 4 numéros annuels, dont le dernier sous format papier est remis lors de notre assemblée générale.

Le Comité directeur a procédé à la modification du Challenge départemental René LE ROC'H. Nous avons constaté une disparité entre les points attribués en fonction de plusieurs tranches de kilomètres, entre les routiers et les vététistes. Les jeunes ne bénéficiaient d'aucun point à l'occasion d'un événement organisé par leur club. Puis un encouragement a été décidé pour remercier les bénévoles de leur participation à l'occasion des organisations départementales.

Depuis quelques années, notre calendrier est établi sans aucun doublon. J'ai néanmoins invité les présidents des Comités départementaux d'Île-de-France à m'adresser leur calendrier, afin de vérifier les randonnées des départements limitrophes planifiées le même jour. Je souhaite que cela s'instaure les années suivantes.

Enfin, je conclue mon discours en remerciant l'ensemble de mon équipe, qui toujours à mes côtés, nous permet de poursuivre nos objectifs. Je remercie également l'ensemble des présidents de clubs, avec lesquels j'entretiens d'excellentes relations. Je précise qu'il me tient à cœur de leur laisser la parole lors de chaque réunion des clubs. Cet échange est primordial et permet d'appréhender les problématiques ou mieux encore, de partager ce que chacun met en œuvre pour dynamiser son club.

Je terminerai par une note plus bien triste, en évoquant la disparition cette année de 7 amis cyclos :

René CORDIER du SMUS, nous a quittés le 5 janvier dans sa 90^{ème} année. Il était l'une de nos mascottes et se disputait le dimanche, le trophée décerné au plus méritant avec son ami Hubert, âgé de deux mois de plus que lui.

Roger RIOLAND, ancien coureur professionnel, il rejoint ensuite le club Villecresnois. Il est décédé le 23 mars à l'âge de 94 ans. Il fût pendant quelques années, le parrain de la Rand'oh.

Daniel ALIX du SMUS, est décédé à l'âge de 76 ans le 14 avril, des suites d'une longue maladie.

James SAVIN de l'ASB, avait aussi rejoint le club de Niort. Lors d'un examen médical, il avait dit : « je préfère mourir sur mon vélo, si l'on m'empêche de pédaler » et c'est ce qu'il a fait le 20 avril, dans sa 79^{ème} année en rentrant chez lui.

Daniel COËT du Plessis Tréville Cycliste, est décédé le 26 août dans sa 66^{ème} année. Il s'était inscrit sur la RVM du 11 novembre.

Michel CHARDON, fondateur de l'US ORMESSON, nous a quittés le 13 août 2018 à l'âge de 76 ans, des suites d'une longue maladie.



Éditorial

Puis nous avons appris le 8 septembre dernier, le décès **Roger BAUMANN** de l'US Créteil. Je ne vous décrirai pas son parcours, comme évoqué lors de la cérémonie de ses obsèques le 24 septembre dernier, (à retrouver toutefois dans notre bulletin RVM N° 106). Je tiens tout particulièrement à ajouter que la Randonnée Permanente qu'il a créée, « les Randonnées des Vallées de la Marne », n'est pas encore labellisée. Je m'y engage en sa mémoire et je réitère mon plus grand respect à cet homme, fondateur de notre Comité, pour lequel je ressentais une affection toute particulière. Roger nous a quittés dans sa 89^{ème} année.

Je vous demande, en leur mémoire, une minute de silence.

Je vous réitère tous mes remerciements, mon entier dévouement et toute mon amitié.

*La Présidente,
Marie-Christine DUDRAGNE*



René CORDIER



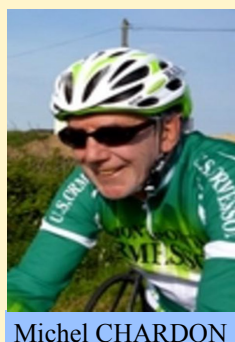
Roger RIOLAND



James SAVIN



Daniel COËT



Michel CHARDON



Roger BAUMANN



Vie fédérale

Roger BAUMANN – 06/10/1929 – 08/09/2018- INHUMÉ LE 24/09/2018

Mon Cher Roger,

Ce jour est particulier, car entouré de tes amis de loin ou de près et quand bien même tu en avais décidé autrement, nous tenions à te rendre un dernier hommage. Je sais que tu n'attachais pas particulièrement les honneurs, mais c'est ainsi. Tout comme lorsque je te disais que tu représentais une figure emblématique du cyclotourisme, dont personne n'a ton égal à ma connaissance.

Je me souviens lorsque j'ai eu l'idée en 2014 de demander à Dominique LAMOULLER, Président de notre Fédération, de bien vouloir te décerner la Médaille d'Or Fédérale. Je ne m'attendais pas à franchir le parcours du combattant pour obtenir un maximum d'informations concernant ton cursus sportif et surtout de te véhiculer jusqu'à Tours avec ton épouse.

À ce moment-là, j'ai eu l'impression d'avoir parcouru autant de Paris-Brest-Paris que toi, assailli par tes questions. J'ai finalement réussi, et la surprise était telle ce jour-là, que j'ai partagé pleinement ton émotion.

Tout le monde ici ou là, reconnaît ton parcours exceptionnel tant sur le plan sportif, qu'en tant que bénévole. Ton franc parlé, incisé parfois, certains accrocs lors des réunions, notamment avec Jean-Claude MACE, (disparu lui aussi), avec lequel, sorti de la réunion, vous étiez alors les meilleurs amis du monde. Impressionnant !

Impressionnant parcours aussi, pour lequel tu souhaitais la plus grande discrétion et pourtant, ton palmarès personnel est exemplaire : Licencié à notre Fédération, sans interruption depuis 1947. Tout comme tu as choisi le bénévolat en 1948. Fondateur et Président de l'US Créteil en 1963, avec trois potes sourds et muets et comme tu disais : « un club qui ne fait pas de bruit ». En 1970, tu as créé l'ATIF « la randonnée à Travers l'Île-de-France » et tu as assuré la présidence de l'US Créteil jusqu'en 1980.

Mais aussi, tu as été le fondateur du Rallye de la ceinture verte. En 1988, de la randonnée Créteil-Reims transformée ensuite en Créteil-Montmirail-Créteil. Créateur des Relais de France en 1978. Membre du bureau au Comité Départemental Olympique Sportif du Val-de-Marne, où tu as défendu notre discipline pendant de nombreuses années.

À la Ligue Île-de-France, tu avais été nommé avant 1977, délégué départemental par Roger OUTREQUIN.

Membre de la commission technique de la FFCT de 1995 à 1999. Chevalier dans l'Ordre National du Mérite en 1989. Médaille d'Or de la Jeunesse et des Sports en 1999. Mérite Cyclotourisme et Médaille de Bronze de la FFCT en 2000. Médaille d'Or de la FFCT en 2014. Comme tu disais : « **flatté non, mais satisfait oui** ».

Un palmarès redoutable mais non exhaustif, tels sont tes mots :

10 Paris-Brest-Paris dans des temps honorables, le meilleur temps en 1956.
Détenteur pendant plusieurs années du record du monde des 24 heures sur piste.

Deux fois les vingt flèches de France, les Relais de France,
le Tour de France randonneur en 21 jours,

Le Brevet des randonneurs des Alpes et quelques autres montagnardes,
La grimpe du Puy-de-Dôme en cycloport.

19 participations aux 24h de Paris.

17 participations à la Polymultipliée.

6 flèches Vélocio dont un record en 1960.

11 semaines fédérales,

Les lauréats des BCN et BPF.

Comme tu ajoutais de la « **broutille** ».

En 2002, tu comptais 650000 km à vélo et une dizaine de vélos !





Vie fédérale

Roger BAUMANN – 06/10/1929 – 08/09/2018- INHUMÉ LE 24/09/2018

Et surtout, n'oublions jamais que tu as été le fondateur de notre Comité départemental du Val-de-Marne en 1977.

Je pense bien évidemment à mon père, que tu as mis sur ton siège en 1994. Puis en 2010, sa fille, avec laquelle, tu as toujours entretenu d'excellentes relations. Aucune intervention acide lors des réunions, que ce soit sur mes décisions, sur les finances pour lesquelles tu avais la plus grande bienveillance, notamment sur le budget prévisionnel. Président d'Honneur depuis.

Tu as toujours été à mon écoute. Durant ces 8 années, tu m'as apporté ton aide et ton soutien. Tu étais ma bible, d'où mon surnom : *ta glaneuse d'informations*.

Tu as tellement donné pour alimenter notre bulletin. Nous perdons une plume si précieuse. Tu étais accroché aux petits potins et tu surveillais de près les participations des cyclos lors des randonnées Val-de-Marnaises.

Fondateur encore. Sache que «Les randonnées du Val-de-Marne» créées en 1982, devenues Randonnée Permanente en 1992, perdureront toujours en ton nom.

Nous veillerons tout particulièrement à leur longévité, en invitant les cyclos à pédaler en ta mémoire.

Mais aussi, en dynamisant ta randonnée PARIS-FONTAINEBLEAU, (créée en 1985 interrompue en 1998), dédiée aux jeunes, et pour lesquels, tu prétendais déjà que le Critérium ne serait pas un vecteur pour les fidéliser dans un club.

Puis le déclin. Lors de ma réélection en 2016, tu m'as dit : «je viens, mais ensuite ne compte plus sur moi pour écrire et participer aux réunions, je décroche».

De-là, tu ne souhaitais plus notre visite, tu ne souhaitais surtout pas que l'on te voit dépérir physiquement. **RESPECT.**

Mon Cher Roger, tout comme tu me disais, *Chère Présidente*. Sois assuré, que nous perdons aujourd'hui une figure emblématique du cyclotourisme, une personne humaine, un être exceptionnel.

Tu fais partie intégrante de ceux que l'on aimerait voir rester avec nous, pour continuer à enrichir la vie et le patrimoine de notre fédération.

Tes actions tout au long de ta vie en tant que bénévole ont su faire naître et partager cette passion à de nombreux pratiquants. Je te souhaite de retrouver là-haut, tes amis, avec qui, tu avais encore tellement de choses à partager.

En rappelant que tu aurais soufflé tes 89 bougies le 6 octobre prochain.



Roger BAUMANN entouré de Dominique LAMOULLER, Président de la FFCT et de Marie-Christine DUDRAGNE lors de l'assemblée générale de la Fédération Française de Cyclotourisme à Tours le 7 décembre 2014.

Daniel GUÉRIN, Vice-président du Conseil Départemental, adresse à ta famille, tes amis ses pensées attristées, celles aussi de sa Collectivité et ses très sincères condoléances.

Pour conclure cette conversation, en associant tous les présidents des clubs, tes amis cyclos, Tes « Adrienne » dont ma maman : je t'embrasse.

*La Présidente,
Marie-Christine DUDRAGNE*



Vie du Comité départemental

Commission Féminines

MINI-SÉJOUR DANS LE MARAIS POITEVIN

Septembre au soleil du Poitou

Tout a commencé par un grand moment de solitude : rejoindre Montparnasse par les transports en communs, habillée en tenue de cyclo. A l'heure de pointe et ...sans vélo ! Regards en dessous, sourires amusés, je me fais peut être mon film mais avouez qu'avec ACBE Le Perreux écrit en gros dans le dos et sur le derrière ça fait "SVP ramenez-moi!". Dans mon wagon TGV, rempli d'intermittents du spectacle, quelques têtes connues. Ils filent tous sur la Rochelle. Si dans ma vie j'avais une fois l'occaz d'être castée dans un rôle de figurante, là c'est mort!...



Le groupe se constitue à Niort. Récupération des vélos, déjeuner *Au Bureau* après avoir attendu Estelle qui a assuré la logistique, accompagnée de Mauricette et Sandrine. Puis 1^{er} périple de Niort à Coulon en s'arrêtant à Saint Georges de Rex pour visiter l'Asinerie *Du Coq à l'Âne* composée majoritairement de baudets du Poitou. Séance photos avec les locaux. Il y a 7 races d'ânes en France - je ne parle que des animaux. Le premier baudet du Poitou date de 1884. En 1977, il ne restait que 44 bêtes... mais aujourd'hui la race se porte mieux. Anita a 21 ans, c'est la mamie du troupeau et elle représente l'Andalousie. Un cochon bizarre et une vache qui ressemblent à un bison, puis nous nous faisons expliquer la fabrication du savon au lait d'ânesse. Alors là, retour en cours de chimie...Soude caustique + huile d'olive pour faire du savon => Réaction chimique qui monte en chaleur jusqu'à 70 degrés. Puis 24 jours de repos avant d'y intégrer 10% de lait d'ânesse...

Pour le reste...Wikipédia explique ça très bien!

En résumé : utilisez du bon savon plutôt que du gel douche car ce dernier n'est pas biodégradable. Question culture générale : comment s'appelle un petit ânon ? Vous le saurez si vous lisez mon compte-rendu jusqu'au bout...

Sur le chemin du retour nous perdons Claudine et Virginie mais finalement nous rentrerons toutes ensemble pour prendre possession d'une partie du *village des gîtes communaux*, répartition des petits dej' et dîner à *La Pigouille* avec des mojettes* au menu.



* Nom donné aux fayots, enfin aux haricots blancs...



Vie du Comité départemental

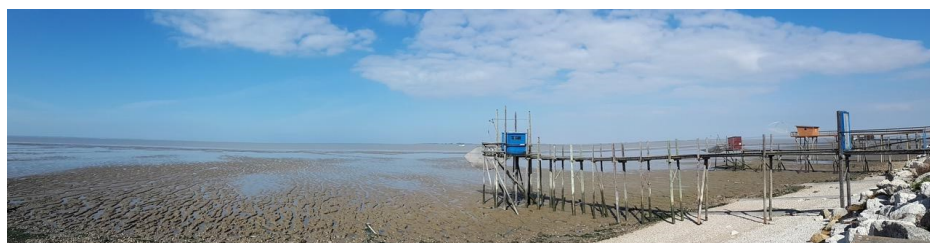
Commission Féminines

MINI-SÉJOUR DANS LE MARAIS POITEVIN



Vendredi, direction la mer... et la Baie d'Aiguillon. Nous scindons le groupe en 2 pour ajuster l'allure en fonction des participantes. La première bifurcation est traitée. Elle me coûtera quelques km de plus pour avoir photographié un héron. Le deuxième groupe s'est aussi fait piéger. C'est sympa de rouler en direction de la mer. Nous sommes en Charente Maritime, Fabienne souffre un peu mais s'accroche.

On croise nos équivalents version mecs... dommage que l'on ne déjeune pas au même endroit ! Arrivées au bout du bout, la mer est basse mais la vue TOP... direction Charron et La Ponetère où les moules frites sont un régal.



Le temps d'une photo de famille *Féminines CODEP94* et nous repartons toutes ensemble avec un peu de musique. Comment faire comprendre à quelqu'un que l'on n'aime pas la musique sur le vélo ? Ben en accélérant... certaines de voient pousser des ailes. C'est aujourd'hui une première pour Marie Christine, et quelques-unes de nos féminines qui dépassent leur maximum de km roulés sur une journée. Nous faisons une pause troquet – après avoir pillé un figuier en bord de route ! - car le temps incite à profiter... Arrivées au gîte, douche puis restau. Valérie se régale d'un hot dog végétarien ! On évoque déjà *Toutes à Toulouse*. Soirée délires. Ce doit être l'air marin... Le lendemain j'ai rancardé avec Valérie à 7h15, avec les lumières, pour un tour avant la ballade en barque... Les copines nous traitent de folles... Ce n'est pas faux.

Un chevreuil, un lever du soleil en rase campagne, quelle bonne idée nous avons eue ! Il y a du vent mais peu importe. D'autres sont parties sur 30 ou 40 km tandis que d'autres encore visitent Coulon ou font la grasse mat'. Pas au *Gîte des peupliers*. Chez nous, c'était lever au son du clairon militaire. Ce n'est pas moi, c'est YouTube !...





Vie du Comité départemental

Commission Féminines

MINI-SÉJOUR DANS LE MARAIS POITEVIN

Le rdv est donné pour 10h15 devant La Pigouille notre QG restauration pour un tour en barque d'1h30 dans le marais, sur la Sèvre niortaise. En résumé : il y a 4.500 ans, ici, il y avait la mer ; les moines des abbayes se sont installés entre le VII^{ème} et le XIII^{ème} Siècle et ont créé le marais. Le challenge était d'avoir de l'eau douce. Tous les canaux ont été creusés à la main. La guerre de 100 ans a mis fin aux travaux, et la nature a repris le dessus. Aujourd'hui, le marais desséché aux 2/3 est utilisé pour les cultures et l'élevage. Ici, pas de banons (alors ? vous aviez trouvé ?) mais des vaches, transportées en barque. Le marais mouillé est une zone tampon pour les crues hivernales. En période de sécheresse, il sert pour arroser la partie asséchée. 8.000 km de canaux dont 2.000 sont navigables. 2^{ème} zone de France de ce type derrière la Camargue. Les frênes et les peupliers bordent les conches, les plantes médicinales sont pléthores : reine des prés, Angélique, Bardane, valériane, ... Une conche est l'équivalent d'une rue dans le marais. Toutes portent un nom. C'est notre Venise à nous...verte.



Répartie dans 2 barques, nous écoutons religieusement -enfin... presque- les explications sur le marais, son histoire et son activité en 2018. Démonstration de feu sur l'eau : un coup de rame, les gaz remontent et la magie opère...difficile à croire, je vous l'accorde alors le mieux...c'est d'aller le voir par vous-même. Petite escale déjeuné. Jacqueline a la technique pour faire une micro sieste entre la poire et le fromage ! Puis départ sous un soleil bien sympathique même si le vent lui vole parfois la vedette. 50 ou 60km au choix pour un retour au village devant un rafraîchissement avant la douche. Tout le monde s'active dans les gîtes : rangement, nettoyage, douche avant le dîner. Ce soir c'est "farci du Poitou", sandre et fromager avec sa belle croûte noire. Que du local. Même si le dessert peut surprendre, il semble apprécié.

Demain, nous rentrons sur Paris...

Chargement des bagages et un retour sur Niort à vélo par le parcours programmé ou en rusant un peu pour faire plus light. Le déjeuner a été réservé au *B Pub* avant un départ des troupes vers Paris pour la grande majorité des participantes. Rentrée quelques heures plus tôt, je fais défiler l'album photos numérique de ce week-end prolongé qui, aux dires des participantes, était une réussite. Merci Madame la Présidente de permettre à chacune d'entre nous de nous croiser, quel que soit notre âge, notre niveau. Une chose est sûre nous avons toutes en commun la même motivation à profiter de ce moment.

* Nom donné aux fayots, enfin aux haricots blancs...

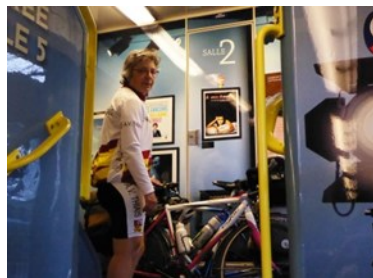
Corinne SAULNIER,
Commission Féminines





Vie des Clubs

RANDONNÉE PERMANENTE PARIS-MELUN—CHÂTEAU CHINON



Jeudi 18 mai 2017 Melun – Charny 99 kms D 686 m

Malakoff- Paris gare de Lyon à vélo puis le train jusqu'à Melun. A 09h00 nous quittons Melun, le ciel est surchargé de gros vilains nuages noirs ; la météo a prévu : pluie et... pluie. Nous suivons la Seine sur sa rive droite et à Samoreau nous empruntons une toute petite route en bord de Seine. Calme absolu et un peu de marche sur une partie sans bitume et fort dégradée. Nous retrouvons la civilisation à Champagne

et traversons la Seine. Quelques kilomètres et nous sommes à Morêt sur Loing. Endroit typique : moulin, barrage, vieilles demeures. Sur la pelouse en bord de Loing un groupe de bernaches s'occupent de la tonte. Puis émerge de la rivière un couple avec leurs oisons encore tout couvert de duvet jaune et noir ; craquant !! Le parcours, plat jusqu'ici, commence à être plus vallonné. Nous arrivons à Lorrez Bocage avant midi et décidons d'y déjeuner. Jusque là, à peine quelques gouttes ; pourvu que ça dure. L'après midi nous cheminons par de petites routes très peu fréquentées.



Halle aux grains Charny

Avec un peu plus de relief, nous découvrons quelques beaux panoramas. Il commence à faire chaud et moite, mais pas d'eau et quelques rayons de soleil nous accompagnent. Arrivée à 16h15 à Charny.

C'est après avoir pris notre douche que l'orage se déchaîne avec de grosses averses...Mais nous sommes bien au sec dans notre chambre d'hôtel.



Vendredi 19 mai 2017 Charny – Vézelay 92 kms D 775 m

Ce matin le ciel est encore bien chargé. Le départ se fait en douceur ; nous remontons le cours de l'Ouanne par des faux plats. La Puisaye est une région verdoyante. Culture de céréales et colza sur les coteaux, pâturages en fond de vallée. Pas trop de circulation et seul le vent de sud-ouest nous contrarie un peu. À Toucy nous prendrons le temps d'entrer à l'intérieur du village voir de plus près l'église et quelques vieilles maisons à colombages. La vallée de l'Ouanne se resserre peu à peu et les faux plats sont plus prononcés. Alternance de passages ensoleillés et de grosses nuées d'orage. Après quarante kilomètres nous entamons une longue montée vers Fontenailles avant de redescendre vers Courson où nous déjeunons. Pendant le repas, grosse averse, c'est le déluge ; nous repartirons au sec, le soleil une fois revenu. Direction à Mailly le château ; beau belvédère sur l'Yonne dont nous suivrons le cours jusqu'à Chatel Sensoir en passant devant les rochers du Saussois. Neuf kilomètres avec de grosses bosses, entrecoupés d'averses nous mènerons jusqu'à la montée finale sur Vézelay où nous ferons étape.





Vie des Clubs

RANDONNÉE PARIS-MELUN—CHÂTEAU CHINON

Samedi 20 mai 2017 Vézelay – Château Chinon 68 kms D 986 m



Départ sous un ciel toujours aussi chargé ; et il fait friquet. Nous enfilons l'imper pour dévaler les deux kilomètres qui nous mènent à St Père après avoir traversé la Cure. Arrêt photo devant l'église au porche remarquable



Nous retirons les impers, car la route devant nous s'annonce fort vallonnée et que le soleil essaie de se faufiler entre les nuages. Paysage de bocage très vert où paissent les charolaises. A Bazoches, après avoir admiré, sur les hauteurs, le château de Vauban nous pointons notre carte de route à l'office de tourisme. C'est parti pour les six kilomètres de montée qui nous mèneront, sans difficulté au col de Montvigne. Belle vue panoramique, et ce n'est que la première. Descente par des routes minuscules qui serpentent dans les collines. Quelques montées et c'est Cervon.



Encore quelques bosses et c'est sur le plat, le long de l'Yonne que nous rallierons Montreuillon pour déjeuner. Comme hier, grosse averse pendant le repas et nous repartons au soleil. Après dix kilomètres, virage à droite vers Montigny en Morvan. Bonne escalade de huit kilomètres mais récompensée par de superbes panoramas sur le Morvan. Nous redescendons sur quelques kilomètres et retrouvons la D 944 pour les douze derniers kilomètres.

C'est usant, ça monte et descend sans arrêt ; difficile de trouver son rythme, surtout avec les sacoches. Puis c'est la rampe finale de trois kilomètres pour arriver, là haut à Château Chinon.

Le retour se fera en trois jours également via le lac de Pannecière, Clamecy, Montargis et Sens où nous reprendrons le train pour Paris.

Lionel CHAUMONT, AV Thiais





Vie des Clubs

RALLYE DE LA BIÈVRE

A Dieu le découragement ! Longue vie pour l'engagement !

Sous l'aqueduc Médicis, coule une rivière d'une quarantaine de kilomètres célébrée par Victor Hugo dans son poème Bièvre. Sur les routes de ce vallon calme et sombre, était fléché un parcours cycliste où alternent soleil et ombre. Le rallye de la Bièvre risque de disparaître comme le mythique cours d'eau reliant plusieurs communes et départements. L'industrialisation et l'urbanisation excessive ont eu raison du ruisseau utile et bienfaisant.

L'indifférence et la démobilitation de certains clubs et de leurs adhérents menacent sérieusement la randonnée organisée par les Cyclos de Gentilly, le plus petit club du Val de Marne. Minuscule par le nombre mais grand par l'engagement militant.

Sans vouloir rentrer dans une polémique stérile ou porter offense aux absents, j'écris ces quelques lignes pour exprimer l'immense déception des associés. Amertume à la hauteur de leur motivation et de leur participation aux événements organisés par les membres du CODEP.

Faisant fi de l'éloignement géographique de certains clubs, de l'état des routes et des intempéries, chaque dimanche, ils étaient au départ en fonction de la disponibilité de chacun. Le classement à la proportionnelle résume à lui seul leur degré d'implication. N'en déplaise à ceux qui souhaitent sa disparition !!!

Les valeurs de la vie associative ne se mesurent pas uniquement à l'aune des effectifs...

C'est avec les petits ruisseaux que se forment les torrents qui façonnent de nouveaux paysages !!!

Au-delà du plaisir de rouler, de partager sa passion, s'ajoute le respect des bénévoles qui assurent la logistique de chaque sortie. Pardon pour mon insistance sur les valeurs de l'engagement.

En effet, je revendique ce droit et ce devoir de citoyen au même titre que je déclare mon aversion pour la stratégie du ticket gratuit « free rider ». Les adeptes de cette théorie profitent des bénéfices de l'action collective des bénévoles et agissent en consumériste.

L'engagement est un préalable à la défense de l'intérêt général. C'est un argument de poids pour peser sur l'action publique, ne serait-ce que pour développer et sécuriser davantage les pistes cyclables.

C'est aussi une profonde reconnaissance envers celles et ceux qui nous ont permis de bénéficier de leur expérience et de jouir des acquis obtenus grâce à leur lutte.

Je profite de cette tribune pour m'incliner respectueusement à la mémoire Roger Baumann et pour saluer bien affectueusement Lionel CHAUMONT qui nous a enseigné les techniques du fléchage.



Vie des Clubs

RALLYE DE LA BIÈVRE

J'exprime ma gratitude et ma fierté aux membres de mon club, tous bénévoles.

Je vous aime et je vous estime pour votre implication dans la cité, pour votre bienveillance et votre solidarité. Merci à tous pour ce que vous êtes, merci pour ce que vous faites. En votre nom, je rends un hommage très particulier à Tonton Claude pour son abnégation au service de la vie associative. Certes, notre désillusion est grande mais notre conviction l'est encore plus.



Le rallye de la Bièvre,
nous le ferons avec ceux qui partagent nos valeurs pour admirer le parcours décrit par Victor Hugo :

*Oui, c'est un de ces lieux où notre cœur sent vivre,
Quelque chose des cieux qui flotte et qui l'enivre,
Un de ces lieux qu'enfant j'aimais et je rêvais,
Dont la beauté sereine, inépuisable, intime,
Verse à l'âme un oubli sérieux et sublime,
De tout ce que la terre et l'homme ont de mauvais*

A toutes et à tous, la démotivation n'est pas fatale. Les Cyclos de Gentilly lui livreront une bataille capitale !!!

Rémy KESSENTINI,
Président de l'Association des Cyclos de Gentilly



Vie des Clubs

BREVET RANDONNEUR

Le samedi 12 mai 2018, 7 mandrions se préparent à prendre le départ d'un brevet de 400 km à parcourir dans un délai de 27 heures maximum. Comme tous les Brevets Randonneurs Mondiaux, organisés sous l'égide de l'Audax Club Parisien, le parcours ne sera pas fléché et nous devons être autonomes pour les ravitaillements. Lorsque nous arrivons à Noisiel, d'autres cyclos sont déjà prêts et impatients de prendre la route ; nous apprenons que nous ne sommes qu'une quarantaine d'inscrits. Nous avons déjà édité l'itinéraire sur internet, il nous reste à récupérer nos cartes de route où sont inscrits les contrôles obligatoires avec les horaires à respecter pour valider ce brevet. Après avoir vérifié que nous possédons bien un gilet jaune et l'éclairage pour la nuit, l'organisateur nous donne le départ à 15h00. C'est parti pour plus de 20 heures d'efforts !

Le temps est encore sec mais la météo annonce beaucoup de pluie ce week-end. Le début du circuit est connu car nous rejoignons Mormant où, malheureusement, nous subissons un déluge accompagné de tonnerre. Nous enfilons les vêtements de pluie et reprenons la route en empruntant le parcours de la Mandrionne jusqu'à Misy-sur-Yonne avec un vent défavorable.

Nous atteignons Pont-sur-Yonne (95 km) à 19h15 où nous tamponnons notre carte de route. Je mange un sandwich et je grignote quelques pâtes de fruit, nous buvons un soda et nous repartons assez vite car nous avons prévu de manger à Joigny. Nous y arrivons à 21h45 après 142 km parcourus. Il fait nuit et la pluie froide nous accompagne depuis plus d'une heure. Nous apprécions une excellente assiette de pâtes accompagnées de poulet à la crème puis une tarte aux pommes... merci à Daniel d'avoir réservé ici !

Nous repartons en direction de Gien (226 km) où nous pointons à 4h15. Cette étape a été très pénible, nous sommes plongés dans le noir complet et notre éclairage ne nous permet pas de voir très loin sur la route, il pleut fort, la nuit est fraîche et les côtes sont nombreuses, en particulier entre Aillant-sur-Tholon et Les Ormes.

La halte de Gien est vraiment la bienvenue et j'en profite pour avaler la salade de pâtes au poulet que je transporte depuis le départ. Elle est excellente (merci Dominique) et ce sera du poids en moins dans la sacoche ! Après un bon café, nous repartons en direction de Montargis, le jour est levé et le moral s'améliore mais il ne faut pas compter sur le soleil pour nous réchauffer, même si la pluie se calme. A Château-Landon (293 km), nous prenons un petit déjeuner... mais pas en terrasse comme en 2015. Comme le patron n'a plus de croissant, je mange 2 boîtes de semoule au chocolat (encore du poids en moins !).



Le dernier contrôle est à Moret-sur-Loing, 35 km plus loin (328 km) et nous y sommes à 10h55. La pluie s'est arrêtée, le moral est bon ; nous buvons une bonne bière, je dévore plusieurs pâtes d'amandes et c'est parti pour la dernière étape jusqu'à Noisiel. Les derniers kilomètres défilent rapidement sur ces routes que nous connaissons par cœur. Nous faisons une courte pause à Aubepierre, à la sortie de Mormant, pour grignoter ce qu'il nous reste et nous arrivons groupés à Noisiel à 15h25, 24 heures et 25 minutes après en être partis.

Bravo aux mandrions et plus particulièrement à Marie-Christine et à Isabelle pour la réussite de ce brevet difficile.

Gérard CLAUDON, VCR Mandres-les-Roses



Vie des Clubs

80ème SEMAINE FÉDÉRALE INTERNATIONALE DE CYCLOTOURISME À ÉPINAL



Nous en redemandons chaque année et nous ne sommes pas les seuls car ce sont des milliers de participants tous les ans ! Du Val-de-Marne, des autres départements et régions de France mais aussi d'autres pays même lointains !

Cet été 2018, ce fut la 80ème semaine fédérale internationale de cyclotourisme. Nous avons déjà participé au rassemblement à Albi en 2016, Mortagne-au-Perche en 2017. Cette année, la région d'Épinal était à l'honneur et avec un départ déporté à Gérardmer, le massif des Vosges et ses dénivelles. De la bosse et de la verdure comme l'année dernière.

Pour cette première journée du dimanche 5 août, un beau parcours fléché de près de 90km avec un peu plus de 1100m de dénivelé ! Dur mais nous avons évité la grosse chaleur en démarrant sur nos montures des 7h du matin pour être de retour à notre hôtel à 13h pour ravitaillement et sieste bien mérités avant de repartir le lendemain pour un parcours plus calme pour nos cuisseaux Val de Marnais... peut être...

En effet, le parcours que nous avons choisi de faire le lundi était aussi long (92km) avec un dénivelé bien plus raisonnable.

J'écris volontairement « choisi » car le principe même de ces semaines fédérales réside dans le fait que plusieurs parcours sont quotidiennement proposés avec des distances différentes (il y en a pour tous les niveaux !) et le tout est fléché avec pour chaque jour une couleur de fléchage dédiée.

C'est donc accessible et cela permet de découvrir à vélo des régions de notre pays (chaque année, ça change d'endroit !) sans avoir à se préoccuper des parcours ou des ravitaillements.



Mais elle est où ma monture ?



La voilà, prête pour le beau à vélo !

En prime, la plupart du temps, c'est assez festif grâce aux bénévoles locaux très impliqués et aux animations proposées lors des points de ravitaillement. Voilà quelques raisons pour lesquelles, tout comme d'autres cyclos, je signe, avec mon compagnon de vie et de route, mon bulletin d'inscription à cet évènement chaque année !

Cependant, il y a des moments difficiles, comme ce mardi 7 août, 3ème jour de cyclotourisme, en direction de La Bresse.

Nous nous sommes déportés en voiture l'attelage supportant les vélos pour goûter aux montagnes vosgiennes autour de Gérardmer.

60km pour moi avec 1230m de montée dont deux cols : col de la grosse pierre, col de la Schlucht. Les gars quand à eux se sont mis dans la mouise en ajoutant le col du calvaire (+28km +600m).





Vie des Clubs

80ème SEMAINE FÉDÉRALE INTERNATIONALE DE CYCLOTOURISME À ÉPINAL

Après ça, une petite grève de vélo s'est imposée à nous ! Et nous en avons profité pour aller découvrir à pied la ville d'Épinal. Déambulation, lèche vitrine et shopping : visez le beau vélo recouvert de tricot ! Ou la jolie plaque de chocolat pour laquelle le poids est resté un mystère jusqu'à ce qu'elle soit gagnée !

Jeudi 9, petit parcours de 35km au nord ouest d'Épinal, pas facile dans un vent à décorner les bœufs, suivi normalement d'un pique nique convivial avec tous les cyclos. Et bien nous avons fini avec nos copains dans un garage Total grâce à la gentillesse de la propriétaire. Un orage nous est tombé dessus ☹ Elle a eu pitié !

Vive le ven Vive le ven Vive le vendredi Car demain c'est samedi Et on reste au lit !
Même pas vrai car il y aura encore du vélo aujourd'hui et demain.

En ce vendredi, avant dernier jour de cette semaine fédérale, un peu plus de 110km au compteur et un dénivelé de +1300m.

J'suis KO mal au dos avec les côtelettes en fin de parcours que j'aurais préférées dans mon assiette. Beaux parcours toutefois en direction de Vittel et une météo ☺ un peu plus vivifiante que ces derniers jours caniculaires.



11 août, dernier jour. Pour pouvoir découvrir les environs de Saint-Dié des Vosges, je me suis aventurée avec mes compagnons de route (merci les gars) sur le 5^{ème} parcours sans en faire la boucle complète. Histoire de faire autre chose que de tourner autour d'Épinal.

Nous avons en effet à l'issue du parcours rejoins Epinal par le Ter.

Résultat 80km sympathiques avec quelques côtes, on s'habitue au fil des jours à cette belle région et on arrête de chipoter à chaque bosse !

Après l'effort, le réconfort grâce à notre Stéphane qui a remporté la belle plaque à 50g près ! Comme quoi. Il n'y a pas qu'à vélo que le poids a son importance !

Notre fine équipe s'est bien régalée en la partageant avant de se quitter.

Rdv est pris pour aout 2019 à Cognac !

Laurence DAGONET, club des Cyclotouristes saint mauriens





Vie des Clubs

EN ROUTE POUR L'ARDÉCHOISE 2018



Nous sommes parties à 6 femmes et un homme dans cette Ardéchoise 2018. J'avoue m'être laissée porter par les copines qui ont géré le choix du parcours, les inscriptions, l'hébergement. Elles avaient l'expérience, moi pas. Le premier jour, nous profitons de la campagne environnante, mais en mode ballade à pieds. Nous hésitions entre 17 km et 12 km, et choisissons cette deuxième option car nous sommes raisonnables. Les heures s'enchainent, la nature est belle, ça grimpe pas mal mais c'est plutôt sympa. La pause pique nique ravit tout le monde ; après le tour du lac des Meinettes, le plus gros reste à faire. Des vaches aux yeux de biches, des papillons 'en veux-tu ? En voilà', des fleurs qui donnent un air bucolique à tout ça, nous finirons avec 24 kms dans les chaussures.



Mardi, récupération des dossiers et ...pas grand chose à dire à part les provisions de fromages qui puent et 2 d'entre nous qui sondent la maison, ses environs et encore plus loin à la recherche de réseau et de wifi.

Mercredi, c'est le départ pour l'Ardèche Verte. Plusieurs parcours sont proposés, chacun choisit sa formule. Christine, Sandrine, Estelle, Mauricette et Rémi partent sur le 57 km, avec Valérie nous déroulerons le 97 ; même si mon binôme essaie de me vendre le 130 en cours de route, je résiste car je pars vers l'inconnu. Coupe vent, pas coupe-vent, je réussis à convaincre tout le monde de prendre un petit quelque chose. Petit quelque chose qu'on se trainera toute la journée. En même temps, moi mon job, c'est le compte-rendu pas les prévisions météo ! Passage par la place -que dis-je ! le mètre carré- de l'église et une photo à paraître dans le journal local qui titrera sur les femmes à l'Ardéchoise. A peine montée la première bosse, un ravitaillement nous accueille – ce sera comme ça toute la journée ; mais les pentes sont parfois très longues avant d'atteindre la rondelle de saucisson ou la crème de marron. Valérie se fait happer par un groupe folklorique pour entamer quelques pas de danse. Les degrés grimpent vite, plus vite que nous. 36 en température ressentie. Boire boire boire. L'ambiance est sympa, nous avons droit au village sur le thème des indiens, aux danses country, à l'écusson témoin de notre passage à St Clair.

Mais les jambes commencent à être un peu raides pour ma part. Valérie monte comme une gazelle, je la suis avec de plus en plus l'allure d'une éléphant... Saint Félicien est la bienvenue après 1.700 m de dénivelé, la dégustation de cerises aussi. Retour au bercail et une légère provocation involontaire à étendre notre linge juste devant les portes de l'église...mais le soir, il faut boucler le sac pour les 3 jours car nous serons en itinérant jusqu'à samedi sur le parcours des Crêtes AVM Lignon.

Jeudi, quelques peintures avant le départ, le maillot de l'équipe de France au fond du sac, je prie tout ce qui passe pour que ce soir nous ayons la télé là où nous dormons. Objectif : enfilez les 110km toutes ensemble, tous niveaux confondus, et surtout arriver avant 17h...Je suis la seule à aimer le foot, il va falloir la jouer tactique.



Il fait très chaud et les capacités de chacun différentes: les super descendeuses, les 2 plus à l'aise en montée...On s'attend....en haut, ...en bas. Les villages sont toujours aussi accueillants, le thème du jour est la coupe du monde : des musiques, des drapeaux, des ballons, tout est prétexte au décor. Après 2.068 m de D, on se retrouve dans un village Hippies avec des toilettes sèches qui incitent au stop...





Vie des Clubs

EN ROUTE POUR L'ARDÉCHOISE 2018

Sur le vélo, les sourires sont parfois crispés, je garde un œil sur la montre. Ça va être chaud... tellement chaud que l'orage nous rattrape alors que nous attendons le reste du groupe, en haut du col de Mézilhac. La descente jusqu'à notre hôtel est pour moi un enfer, plus de mains, plus de rien, même Rami et Giroud ne me motivent pas...c'est dire. Je sens les larmes arriver, la boule au ventre mais il n'est pas l'heure de craquer, ça descend encore. Au final : 115.5 au compteur pour 2.367 m de dénivelé. La première mi-temps est passée, je squatte chez les copines car pas de télé dans notre chambre. La tablée du soir est joyeuse et les pâtes englouties sans aucun scrupule.



Nous sommes vendredi ; la journée débute par la visite d'Antraigues et un passage sur la tombe de Jean Ferrat. 'Purée que la montagne est raide' Direction le col du Gerbier de Jonc. 25km le vent dans les voiles. L'arrivée au col de la Baricaude à 1.250m redonne un sourire de façade aux plus fatigués mais le vent est tel qu'il ne faut pas traîner. Il nous fait parfois quelques frayeurs, les vélos vacillent et nous avec. Nous nous laissons tenter par un plat chaud en haut même si la spécialité, "la crêpe au fouin",

n'est pas dispo aux heures du déjeuner (cherchez l'erreur...).

Repus, nous n'avons que 47km au compteur mais déjà un bon dénivelé dans les pattes. Et ça monte encore et toujours. Les pauses festives sont beaucoup moins nombreuses qu'hier mais nous dirons que c'était un mal pour un bien car sinon nous y serions encore. Photo 8 Cette fois, c'est Valérie qui a du mal... La journée s'est terminée par 5-6 kilomètres de plat...et même vent de face...que du bonheur pour moi. Arrivés au gîte à 18h avec encore plus de 2.300 m de dénivelé pour 101 km au compteur... vivement le repas... et une spéciale dédicace pour Mauricette qui n'a rien lâché....

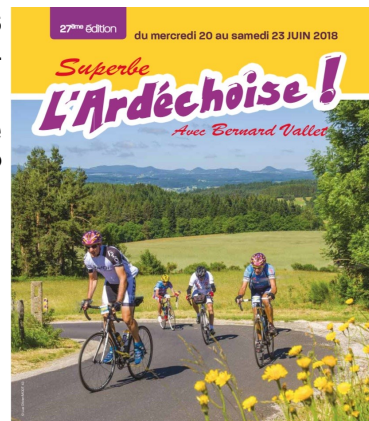


Samedi. Enfin et déjà ! Sentiment mitigé pour ma part. Est ce que j'aime vraiment ? Je ne sais pas répondre. Les paysages sont magnifiques, l'ambiance extra, la compagnie je l'ai choisie mais c'est quand même raide. Jamais une ligne droite pour faire une p'tite pointe... Les filles m'avouent que c'est plus difficile que leur Ardéchoise 2017. La dernière journée semble un peu plus cool malgré le joli col de Lalouvesc et ce petit plaisir de doubler des hommes qui l'acceptent très mal ! Tout le monde redescend sur St Félicien. La fête bat son plein partout où nous nous arrêtons. Ensuite...25km de descente. No comment. Un plateau repas avec les célèbres raviolis*, la récupération des sacs, le retour au gîte, et la semaine se termine. Reste en souvenir quelques photos, 409 kms de plus avec 8120m de D (loin devant les sorties du 77), des marques de bronzage et une

agression de pédale droite qui va laisser son empreinte quelques temps et qui sait ? Peut être l'envie d'y retourner...

NB : Le club de l'ASB s'est distingué par son nombre de participants sur cette édition. Bravo à vous...

**petits raviolis fourrés au fromage, spécialité de Romans*





Carnet

CALENDRIER 2019

ORGANISATIONS JEUNES

Date 2019	Clubs organisateurs	Randonnées	Distances	Rappel 2018
Samedi 16 mars 2019	CODEP 94	Audax jeunes	20 et 30 km	10/02/2018
Samedi 6 avril 2019	CODEP 94	Brevet d'Éducation Routière	après-midi	
dimanche, 7 avril 2019	CODEP 94	Critérium du Jeune Cyclo Route	30 km	10/03/2018
dimanche, 7 avril 2019	CODEP 94	Critérium du Jeune Cyclo VTT	15 km	10/03/2018
samedi 13 avril 2019	CODEP 94	Audax jeunes	40 km	07/04/2018
Samedi 25 mai 2019	CODEP 94	Audax jeunes	50 km	02/06/2018
Samedi 29 juin 2019	CODEP 94	Audax jeunes	60 km	30/06/2018
Samedi 28 septembre 2019	CODEP 94	Audax jeunes	70 km	13/10/2018

ORGANISATIONS ROUTE

Date 2019	Clubs organisateurs	Randonnées	Distances	Rappel 2018
dimanche, 27 janvier 2019	Saint-Maur Union Sport	17 ^{ème} Randonnée des Bagaudes	30, 50 et 80 km	28/01/2018
dimanche, 23 février 2019	U. S. Villejuif	Rallye d'hiver	45, 60 et 78 km	25/02/2018
dimanche, 10 mars 2019	ACBE	Boucles de l'Est	50, 85, 110, 120 km	11/03/2018
Dimanche, 17 mars 2019	Plessis-Trévisse Cycliste	La Plésséenne	55, 90 et 110 km	18/03/2018
dimanche, 24 mars 2019	E C L B	30 ^{ème} rallye du Perce-neige	20, 45, 70, 95, 120 km	25/03/2018
dimanche, 31 mars 2019	US Ormesson	Châteaux et Terroirs	42, 66, 82 et 120 km	08/04/2018
Dimanche 7 avril	AV Thiais	Randonnées Thiaisiennes	55 et 90 km	03/06/2018
dimanche, 21 avril 2019	AS Brévannaise Cyclo	26 ^{ème} Randonnée Brévannaise	43, 62, 90 et 120 km	15/04/2018
dimanche, 5 mai 2019	V. C. R. Mandres	La Mandrionne	10, 25, 45, 65, 80, 105, 160	06/05/2018
30 mai au 2 juin 2019	CODEP 94	Les Rayons du Val de Marne	à déterminer	19-21/05/2018
samedi, 8 juin 2019	Cyclotouristes Saint-Mauriens	Brevet Audax	100 km	09/06/2018
dimanche, 16 juin 2019	Vélo Club Sucy-en-Brie	Les Grands 8 de Sucy	30, 50, 80, 120	17/06/2018
samedi, 22 juin 2019	E C L B	31 ^{ème} Paris (Melun) Château-Chinon	255 km, 175, 100 et 50 km	23/06/2018
dimanche, 30 juin 2019	Elan Chevilly-Larue	Rallye d'été de Chevilly	40, 60 et 90 km	01/07/2018
dimanche, 1 sept. 2019	Red Star Club Champigny	La Balade des Cyclos Campinois	60, 80 et 100 km	02/09/2018
dimanche, 8 sept. 2019	Boissy Cyclo Club	Rallye des Orchidées	40, 60, 90 et 110 km	09/09/2018
du 12 au 15 sept. 2019	CODEP 94	Voyage itinérant féminines le canal de Bourgogne	250 km à déterminer	13-16/09/2018
dimanche, 22 sept. 2019	AC Gentilly	Rallye de la Bièvre	30, 60 et 100 km	23/09/2018
dimanche, 29 sept. 2019	US Créteil	A travers l'IDF - Challenge Lucien DUPRÉ	50, 70, 100 et 120 km	16/09/2018
dimanche, 6 octobre 2019	Randonnée du Sourire	Rallye des Châtaignes	40, 60, 80 et 100 km	07/10/2018
dimanche, 1 déc. 2019	Red Star Club Champigny	Téléthon à Champigny		02/12/2018



Carnet

ORGANISATIONS VTT

Date 2019	Clubs organisateurs	Randonnées	Distances	Rappel 2018
dimanche, 27 janvier 2019	Saint-Maur Union Sport	17ème Randonnée des Bagaudes	30 km	28/01/2018
dimanche, 21 avril 2019	AS Brévannaise Cyclo	24ème Randonnée Brévannaise	15, 38 et 53 km	15/04/2018
dimanche, 8 sept. 2019	Boissy Cyclo Club	Rallye des Orchidées	25, 35 et 55 km	09/09/2018
Dimanche, 13 octobre 219	Plessis-Trévisse Cycliste	Randonnée Plessis VTT	17, 32, 47 et 62 km	14/10/2018
samedi, 19 octobre 2019	AS Brévannaise Cyclo	6ème Bréva'night	30 km	20/10/2018

ORGANISATIONS MARCHE

Date 2019	Clubs organisateurs	Randonnées	Distances	Rappel 2018
dimanche, 27 janvier 2019	Saint-Maur Union Sport	17ème Randonnée des Bagaudes	10 km	28/01/2018
29/09/2019	US Créteil	A travers l'IDF Challenge Lucien DUPRÉ	10 km	16/09/2018

RANDONNÉES PERMANENTES

Clubs organisateurs	Randonnées	Distances
Élan Cyclo Limeil-Brévannes	Paris (Melun) Château-Chinon	255 km
CODEP 94	Randonnées de la Vallée de la Marne	200, 300, 400, 500, 600, 700 et 800 km

RÉUNIONS

Date 2019	Thème	Lieu	Rappel dates 2018
mercredi, 23 janvier 2019	Comité Directeur - 18 h 30	22 rue Gutenberg 94 Limeil-Brévannes	25-janv.-2018
jeudi, 31 janvier 2019	Réunion clubs - 20 H 00	CDOS 39 rue Saint Simon 94 Créteil	1-févr.-2018
mercredi, 20 mars 2019	Comité Directeur - 18 h 30	22 rue Gutenberg 94 Limeil-Brévannes	22-mars-2018
jeudi, 28 mars 2019	Réunion clubs - 20 H 00	CDOS 39 rue Saint Simon 94 Créteil	29-mars-2018
mercredi, 5 juin 2019	Comité Directeur - 18 h 30	22 rue Gutenberg 94 Limeil-Brévannes	7-juin-2018
jeudi, 13 juin 2019	Réunion clubs - 20 H 00	CDOS 39 rue Saint Simon 94 Créteil	14-juin-2018
mercredi, 25 sept. 2019	Comité Directeur - 18 h 30	22 rue Gutenberg 94 Limeil-Brévannes	27-sept.-2018
jeudi, 10 octobre 2019	Réunion clubs - 20 H 00	CDOS 39 rue Saint Simon 94 Créteil	4-oct.-2018
mercredi, 23 octobre 2019	Comité Directeur - 18 h 30	22 rue Gutenberg 94 Limeil-Brévannes	8-nov.-2018
samedi, 23 novembre 2019	Assemblée Générale - 14 h 00	Boissy-St-Léger à déterminer	24-nov.-2018

STAGES ET FORMATIONS

Date 2019	Thèmes	Lieu & Responsable
Calendrier COREG IDF	Animateur- Initiateur - cartographie/orientation etc	Ivry-sur-Seine - Pierre-Claude AUDIER
Suivant stage animateur	Premier Secours	Ivry-sur-Seine - Jean-Claude BOUTREL
Samedi, 14 décembre 2019	Stage mécanique mixte	Limeil-Brévannes - Marie-Christine DUDRAGNE



Souvenir Assemblée générale 2015
Avec notre Mascotte R. CORDIER



Le couple de l'année
Qui nous reçoit
À THIAIS
Assemblée Générale du 24 novembre 2018



Les Rayons Val-de-Marnais comptent sur vous

Ce bulletin d'information RVM est édité à intervalles réguliers par le CODEP 94 en s'alimentant de l'actualité mais également grâce à vos propositions d'articles.

**Alors n'hésitez pas !
Toutes les contributions sont les bienvenues.**

Elles seront examinées par le comité de rédaction de ce bulletin qui est avant tout le vôtre et celui des licenciés du Val-de-Marne.

La rédaction



<http://codep94-ffct.org/>



Bulletin du Comité Départemental
de Cyclotourisme du Val-de-Marne
association de loi 1901.

Responsable de Publication : Marie-Christine DUDRAGNE
6 allée du Clos des Cherche Feuilles,
77170 Brie-Comte-Robert 06 71 62 47 92
presidente@codep94-ffct.org—marie-thierry94@hotmail.fr

Conception et mise en page : Laurence DAGONET
ldagmail-codep94@yahoo.fr