

# R.T.T Route et Tout-terrain



## Toute l'information des réunions de votre club



### SOMMAIRE

Les manifestations d'octobre annulées	1
Le debriefing est de retour	2
Avec les journalistes belges	2
Rando a pays de Sault	2
Forum a minima	3
Randonnées extérieures prochaines	3
Le point sur les séjours 2021	4
Rappels importants	4
Du côté des magazines	4
Les sorties du mois	4

### Les manifestations d'octobre annulées

Après 6 mois sans réunion mensuelle, situation sanitaire oblige, on se faisait une joie à l'idée de se retrouver le jeudi 1 octobre à l'Air du Mas. Malheureusement, l'espace grillade du Mas Roussillon étant pour l'heure toujours fermé, nous sommes contraints d'annuler la traditionnelle grillade de rentrée. La « cérémonie » du Roussillon primeur prévue le jeudi 15 octobre n'aura pas lieu non plus car la surface de notre local ne permet pas de réunir une soixantaine de personnes tout en respectant la distanciation sociale.

Pour ce même motif, les réunions mensuelles ne pourront reprendre que lorsque l'état sanitaire le permettra.

Enfin, la pause-café du dimanche 18 octobre, qui devait remplacer celle du 15 mars, annulée en dernière minute, ne sera pas non plus organisée si les règles imposées pour l'organisation des randonnées sur la voie publique restent aussi contraignantes.

Heureusement, le « debriefing », où nous ne dépassons pas la vingtaine de personnes en même temps, a fait son retour le 16 août, ce qui nous permet de nous retrouver chaque dimanche entre 11h30 et 12h30 !

Et puis, pour maintenir le lien entre nous et vous tenir informé(e), La Gazette Amicylo est dans votre boîte mail chaque fin de semaine et le RTT chaque début de mois; sans oublier le site du club, que vous pouvez consulter quand bon vous semble !

<https://www.accanetoise.ffct.org>

Bruno

**FORUM DES Associations**  
 Samedi 05 septembre  
 10h>16h  
 Théâtre de la Mer

POUR PROFITER PLEINEMENT DE CETTE ÉDITION 2020

- Masque obligatoire pour les exposants et pour les visiteurs
- Mise à disposition de gel hydroalcoolique à l'entrée du forum et sur chaque stand
- Filtrage à l'entrée
- Sens de circulation réglementé

CANET EN ROUSSILLON



## Le débriefing est de retour

Après 5 mois d'absence pour cause de covid 19, le débriefing est enfin de retour ! Comme il était interdit, puis peu recommandé de se regrouper à plus de 3 puis de 10, puis de ...on ne pouvait plus se retrouver « chez Daniel » après la randonnée du dimanche. Et ça nous manquait ! C'est vrai, on a eu le plaisir de recommencer à rouler progressivement en peloton, mais il manquait quelque chose : le plaisir de se retrouver et de refaire le monde (du vélo) après avoir roulé. Depuis le dimanche 16, c'est chose faite, on peut à nouveau se réunir autour d'un verre tout en essayant de garder les fameuses distances. Nous n'étions pourtant qu'une petite vingtaine de participants à profiter de cette « inauguration ». Peur du covid ? Absence pour cause de voyage ou de garde de petits-enfants ? Méconnaissance de cette réouverture ? Dommage de ne pas avoir été plus nombreux, car ça fait du bien de se retrouver. La convivialité qui caractérise si bien notre club a besoin de cette institution. Alors, n'hésitez pas, c'est chaque dimanche de 11h30 à 12h30, que vous ayez roulé ou non.

## Avec les journalistes belges

« Imagine Canet », c'est-à-dire notre office du tourisme, recevait ce 4<sup>ème</sup> weekend d'août, deux journalistes belges dans le but de promouvoir la ville de Canet comme destination touristique. C'est dans ce cadre que notre amicale a été contactée pour leur faire découvrir à vélo une partie de notre département. Le marché était simple : faire une randonnée d'une cinquantaine de kilomètres basée sur la dualité mer et vignes. Les deux guides n'étaient pas moins que le président et un vice-président ! Tout au long du parcours qui les amenés jusque Villeneuve de la Raho, les deux Canétois ont vanté et commenté les paysages rencontrés : les cabanes des pêcheurs avec le Canigou en fond de tableau, les vignes, les pêchers, les abricotiers, les agouilles, les passages à gués, la vieille ville d'Elne et pour finir le baladoir. Les arrêts photos étaient bien sûr multiples. Pour une fois, on a fait du vrai cyclotourisme, et ma foi, c'est bien agréable de rouler à 16 à l'heure ! Les journalistes ont paru conquis. Attendons leur article ! Par cette prestation, le club a bien montré son attachement à la ville de Canet et son souci de collaborer à son rayonnement.

## Rando au pays de Sault

Avec ce sacré covid 19, on n'a pas fait les randonnées prévues au printemps. Alors, comme certains étaient en manque, Georges nous a programmé une superbe rando non pas en Catalogne ou dans les Albères, comme d'habitude pourrait-on dire, mais au pays de Sault à partir d'Axat. Très bonne idée car ça faisait plus d'un an qu'on n'y était pas allé et certains découvraient même la région. Rendez-vous à Axat donc pour 6 cyclomontagnards et c'est parti pour rejoindre le plateau de Sault. D'abord par une petite route ombragée et sans voiture qui longe le Rébenty sur 20 km avec des pourcentages de 1 puis 2 et 3%. De la balade en somme ! Ensuite ça se corse pour prendre pied sur le plateau, puis jusqu'aux abords de la station de ski de Camurac (mais oui, on est quand même à 1300m d'altitude !), on reprend un rythme de montée très cool. Après avoir monté pendant près de 40km depuis Axat (!), on a droit enfin à une descente que l'on interrompt à Niort de Sault pour y piqueniquer sur les bancs d'une placette, tenant compagnie à des retraités tout heureux de trouver à qui parler dans leur village de 35 habitants. On reprend la descente pour mieux remonter sur deux kilomètres seulement, mais à plus de 10% avec un passage à 17. Personne n'a osé mettre pied à terre mais l'un des cyclistes a vu le chiffre 4,5km/h s'afficher sur son compteur ! Il ne restait plus qu'à descendre jusqu'au point de départ, en passant en final par les sublimes gorges de Saint Georges. Là, sur le parking du « carrefour de l'ours », au bord de l'Aude, Patrice nous a offert les cannettes de bière qu'il avait emportées dans sa glacière et qui étaient les bienvenues après une randonnée passée sous le soleil mais aussi heureusement sous les ombrages. Au total 75 km « seulement » mais 1300m de dénivellée « quand même ». Nous n'étions que 6 à avoir participé à cette rando qui nous changeait totalement de nos paysages catalans, (que l'on apprécie mais que l'on connaît par cœur), au milieu d'une forêt de sapins qui nous ont procuré une ombre bien venue. Pourquoi n'étions-nous pas plus nombreux ? Manque d'entraînement ? Pas envie de prendre la voiture ? Peur de la chaleur ? Petits-enfants à garder ? A l'avenir, venez participer à la prochaine rando concoctée par Georges et Michel. Ce sera dans les Corbières et les vélos électriques peuvent participer. Alors, pas d'hésitation !



au col de Notre Dame, Daniel (Pruvot) immortalise Patrice, Bernard, Georges, Raymond et Gérard (Savalli)

### Forum a minima

Le forum des associations aura bien lieu cette année, le samedi 5 septembre, mais à cause du covid 19, ce sera sous forme « a minima ». Il sera ouvert de 10h à 16h seulement avec les mesures de sécurité hygiéniques impératives suivantes:

- 2 personnes par stand maximum (*elles sont déjà désignées*).
- Filtration à l'entrée pour éviter les regroupements
- Masque obligatoire pour les exposants et les visiteurs
- Gel hydroalcoolique à l'entrée

En conséquence, il est demandé de ne venir au forum qu'en cas de nécessité.

### Randonnées extérieures prochaines :

- ▶ Le col de Jau jeudi 10 septembre. RDV Marquixanes à 8h15 pour un départ à 8h30. 58km D+ 1315m <https://www.openrunner.com/r/11771091>
- ▶ Rando VTT pour tous Las Canals mardi 22 septembre. RDV parking Auchan à 8h45 pour un départ 9h00. Environ 40km sans difficulté. Prévoir le pique-nique (et le maillot de bain pour Sophie).
- ▶ Rando vélo Corbières mardi 29 septembre. RDV Tuchan 8h45 pour un départ 9h00. 2 circuits :  
62km – 724m de dénivelée <https://www.openrunner.com/r/11092241>  
78km – 1142m de dénivelée <https://www.openrunner.com/r/11092235>

Inscriptions sur les fiches pour préparer le covoiturage.

## Le point sur les séjours 2021

**Obernai (Bas Rhin)** du 19 au 26 juin. Tous renseignements dans le précédent RTT. Actuellement, 23 inscrits. Verser les arrhes (150€ par personne) pour le 30 septembre.

**Peniscola (Espagne)** dernière semaine de septembre.

Le séjour n'est pas encore finalisé. La possibilité de faire le déplacement en car est à l'étude. Les parcours vélo seraient de 54 à 106 km et de 400m à 800m de dénivellée.

### Rappels importants

Un certain nombre d'entre nous ne respectent pas les règles essentielles de bon sens et de sécurité. Pour que chacun roule avec plaisir et en sécurité, on doit :

- A VAE, respecter l'allure de ceux qui ne roulent pas avec l'assistance électrique. Le plus simple et de **ne pas rouler en tête**.
- Quand on « descend » d'un groupe, respecter l'allure du groupe d'accueil. Le plus simple est là aussi de **ne pas rouler en tête**.
- Connaître l'itinéraire. Si on ne le connaît pas, **ne pas rouler en tête et surtout ne pas faire des tours de ronds-points** en attendant le groupe.
- Dans les ronds-points, quelle que soit la sortie, **toujours rouler sur la voie la plus à droite**.
- Lors des stationnements, tout le monde s'arrête **du même côté**, si possible à droite, et libère complètement la chaussée.

### Du côté des magazines

« le Cycle » :

- Changer de selle : ça ne doit pas se faire à la légère.
- Parcours : à partir de Samoëns (74). Un menu riche et varié.
- Col dur : la selle de Fromental (Ain). Col inédit du TDF avec un final à 22%
- 5 itinéraires mythiques en France
- Le cardiofréquencemètre : indispensable. Présentation de 11 modèles.
- Tout sur les derniers repas avant l'effort.

## LES SORTIES DU MOIS

Date	Heure	Randonnée/Destination	Organisation/Observations
06/09	08h00	Circuits de la Manu Mayen inversés	
08 au 15/09		Séjour ACC à La Turballe (44)	
10/09	08h30	Le Col de Jau	au départ de Marquixanes
13-09	08h00	Feuilla	
20-09	08h00	Col de Banyuls	
22-09	09h30	VTT plaine Las Canals	avec repas tiré du sac
27-09	08h00	Concentration CoDep à Millas	
29-09	09h00	Sortie journée dans les Corbières	

**Bonne route à tous!**