

R.T.T Route et Tout-terrain



Toute l'information des réunions de votre club



À vélo tout est plus beau !

SOMMAIRE

En mai fais ce qu'il te plait !	1
La Salanque	2
Direction Port Bou	3
Vous connaissez Taillet ?	3
Canet fera sa pause-café le 8 mai	4
Et la randocyclotines le 22 mai	4
Saint-Girons : la réunion préparatoire	4
Quillan 26 mai	5
La Preste par le col de Sous	5
Déclaration d'impôts : à savoir	5
Du côté des magazines	5
Séjour à Rosas : paiement du solde	5
ATOL Canet partenaire du club	6
Un don bienvenu pour les 50 ans du club	6
Les évènements du mois	7

En mai fais ce qu'il te plait !

Avril n'a pas été aussi beau que nous l'aurions souhaité et plusieurs sorties ont dû être reportées ou annulées ; malgré 5 tentatives, Pont-de-Molins n'a pu avoir lieu ; quant aux sorties dans les Corbières, celle au départ de Fitou a été annulée à cause d'une météo défavorable et celle au départ de Tuchan n'a pas eu lieu faute d'un nombre suffisant de participants.

Le mois de mai, comme d'habitude, devrait être riche en évènements et sorties.

Ce serait bien que le soleil soit au rendez-vous pour les manifestations que le club organise, d'abord le dimanche 8 pour notre pause-café, puis le dimanche 22, pour notre 5^{ème} randonnée des cyclotines, sans oublier pour notre cyclomontagnarde « maison » à laquelle 23 d'entre nous participeront à Saint-Girons du 17 au 19.

En ce qui concerne les sorties club, leur kilométrage pourra être un peu plus important puisqu'on partira une demi-heure plus tôt; et pour les montagnards qui ne renâclent pas à prendre la voiture, une sortie montagne, qui nous conduira à La Preste par le col de Sous, est prévue au départ d'Amélie-les-Bains le 10.

Pour plus de dépaysement, on pourra aussi aller rouler dans l'Aude, d'abord à l'occasion du Printemps du Pays Cathare organisé à Lagrasse les 14 et 15 mai, puis, le jeudi 26, jour de l'Ascension, pour La rando cyclo des Stations Vertes Haute Vallée de l'Aude, qui remplace le Tour du Pays de Sault au départ de Quillan.

Comme vous le voyez, le programme est riche et chacun devrait y trouver matière à se faire plaisir.

Bonnes sorties et restons prudents.

RÉUNION MENSUELLE
SUIVIE DU COUSCOUS DANIEL
VENDREDI 3 JUIN A 19H00

La Salanque

En ce matin d'avril, neuf cyclos ont bravé la froidure, digne d'un mois de février, et une tramontane encore enivrée d'avoir été comparée à un cyclone, quelques jours auparavant dans l'"Indépendant".

Neuf ? Non huit ! Car Georges, dit le Ch'ti, a renoncé et est retourné dans les bras de Morphée. "I fait frod, ej su chi ingélé. J'vais em'mettre à jouque". (NDLR, "Il fait froid, je suis gelé. Je m'en vais dormir" en ch'ti).

Deux "costauds", que seul un orage de grêle pourrait décourager, et notre ami Michel Perrin chevauchent leur vélo de route.

En ce qui me concerne, je préfère l'option VTT. Nous sommes quatre courageux, Bernard, François, René et moi-même à nous lancer sous la direction du non moins valeureux Michel, dit MPX.

A peine avons-nous pénétré les faubourgs de Canet-village, François s'arrête, chaîne cassée. Après que le dériv'chaîne que je promène depuis des lustres, nous ait montré son inutilité, René retourne à son domicile pour en rapporter un opérationnel.

Après quelques minutes, René est de retour et effectue un dépannage rapide. Nous voilà repartis.

Dans l'ascension de la première côte menant au cœur du vieux village, la chaîne de François recasse. Michel a alors une idée lumineuse. "Nous ne sommes pas loin de chez Georges, il est forcément chez lui, il est retourné se coucher".

Deux minutes plus tard, nous sonnons à son domicile.

Vu le temps que Georges met à nous répondre, il devait entamer une phase de sommeil profond. Mais, malgré tout, nous sommes reçus agréablement et après avoir expertisé la machine le verdict tombe : "la chaîne est morte et la cassette aussi. Je peux vous faire une répartition de fortune, mais cela ne tiendra pas."

La réparation est tout de même réalisée et nous nous élançons en direction de la Salanque, avec une heure de retard. En passant près du stade Saint Michel, un arbre abattu par la Tramontane tente de nous arrêter. Est-ce un signe ?

Somme toute, nous pénétrons dans la Salanque par les jardins familiaux.

Après quelques kilomètres, je réalise que je suis perdu et que je ne dois pas m'isoler de mon groupe. En effet, à chaque approche d'un village, je m'amuse à deviner duquel il s'agit, et à chaque fois, mauvaise pioche !

En fait c'est quoi la Salanque. Une espèce de désert végétal. Des champs, des arbres fruitiers, des bosquets à perte de vue. Tous les chemins se ressemblent. Toutes les routes sont semblables. Les ponts sont similaires. Même les agouilles sont identiques. (NDLR, Agouille : du Catalan <agulla> sont des rigoles drainant les eaux vers la mer et les fleuves côtiers). Bref, merci Michel, sans toi je serai le premier naufragé des plaines du Roussillon.

Mon instinct de survie se met alors en alerte et me dit : Christian, si tu vois le Canigou devant toi, tu vas vers l'Ouest. Si tu es ébloui par le soleil, tu vas vers l'Est et si, comme à présent, tu pédales comme un malade et que tu n'avances pas, tu vas vers le Nord-Ouest et tu embrasses la Tramontane". Du coup je me sens rassuré.

Après Michel, que ses nombreuses obligations appellent, René prend la tête de notre groupe et nous fait découvrir des chemins inexplorés dans Torrelles. Ensuite notre route longe le Bourdigou, puis Sainte-Marie et son port, pour enfin rejoindre la piste cyclable vers Canet par de minuscules chemins sablonneux. C'est lors de ce retour, dans une petite grimpe, que la chaîne de François rend l'âme entraînant la chute de Bernard, qui le suit de près et dont les pieds restent bloqués dans les cale-pieds. Heureusement, Bernard s'en sort avec une éraflure et François est à 200 mètres de son domicile.

Comme quoi, la Madonna del Ghisallo ou Notre-Dame de Dorleta veillait sur nous. (NDLR, "Saintes patronnes des cyclistes, Madonna del Ghisallo pour les Italiens et Notre-Dame de Dorleta pour les Espagnols").

Pour bien clore cette sortie mémorable, Bernard nous convie à fêter Sainte Bibine autour d'un verre chez Daniel. (NDLR : Sainte Bibine, la sainte patronne des cyclistes Français).

Christian Billery

Direction Port Bou

En fait, au départ, ce n'était pas une direction mais un but, mais vu qu'à l'arrivée, un seul cyclo est parvenu à Port Bou, c'était bien avant tout une direction que l'on avait prise plutôt qu'un but ! Les groupes 1 et 2 sont donc bien partis ce mardi là en direction de la ville frontière espagnole, mais pour des raisons diverses de forme, de délai, de motivation, la quinzaine de prétendants s'est effilochée au fur et à mesure de la progression. Le fait que cette randonnée s'effectuait en aller-retour facilitait et encourageait même cette possibilité. Les abandons – motivés, suite aux relents de covid - commencèrent à Port Vendres, puis s'échelonnèrent au gré des différentes montées. A la frontière, ils n'étaient plus que 5, et comme il a été dit, un seul, Didier, est arrivé à bon port, Port Bou en l'occurrence. Peut-être cette randonnée était-elle programmée trop tôt dans la saison, mais c'est dommage que si peu de cyclos soient parvenus au moins à la frontière car elle est magnifique avec ses paysages alliant mer et montagne et agréable avec ses montées successives à la portée de tous. Il faut reconnaître aussi que le club vieillit, car 20 ans plus tôt, ses membres la réalisaient sans problème dans la matinée... Bravo à ceux qui l'ont réussie : Didier, René, Maurice, Bernard et Jean-Jacques, car elle fait quand même 100 km pour 1000m de dénivelée.

Vous connaissez Taillet ?

Il s'agit d'un magnifique petit village du Vallespir en pierres apparentes.

Ce petit village peut s'enorgueillir d'abriter la chapelle Notre-Dame de la Roure, classée aux monuments historiques et l'église romane Saint-Valentin abritant des fonds baptismaux en marbre de Céret. L'ensemble de ces édifices datent du XIIème siècle.

L'inconvénient, surtout lorsque l'on se déplace à vélo, c'est qu'il est haut perché. Très haut perché.

Ce matin d'avril, il est 8h et nous sommes 9 du groupe 2 à nous élaner vers cette destination à la suite de nos "costauds".

Sur la piste cyclable menant à Saint Nazaire, après que le groupe 1 ait disparu à l'horizon,

nous croisons Georges V. Notre groupe s'enrichit, nous sommes désormais 10.

Notre parcours est, pour l'instant, familial, Saleilles, Théza, Corneilla, Montescot, Brouilla, Banyuls-dels-Aspres. Puis les choses se compliquent, nous pénétrons dans le territoire des automobilistes. Tous en file, on serre à droite, plus question de discuter. Traversée du Boulou, Saint-Jean-Pla-de-Cors, et, après Céret, nous prenons la direction Taillet. Mais avant d'entamer l'ascension, nous nous adonnons à la pause banane. C'est alors que Georges, qui avait décrété ne faire qu'un aller/retour Canet-Céret, réalise que Jean-Louis et Jo ont fait demi-tour lors de la traversée de Céret. Il continuera donc avec nous et nous serons 8 à gravir les 9 kilomètres qui nous séparent du sommet.

À 10h15, nous nous élançons sur une agréable petite route étroite serpentant à travers les chênes verts et les chênes lièges. J'ai rapidement calculé qu'il me faudrait environ une heure pour mener mes 91kgs au sommet, une heure de souffrance.

Le premier kilomètre me semble facile, le deuxième également. Le peloton monte groupé. A l'entame du troisième, le silence se fait. Nous nous mettons à regretter "radio Normandie" et "radio Boulogne". Au quatrième kilomètre, le groupe s'étire lentement, mais irrémédiablement. Au cinquième, il ne reste plus que Bernard pour m'accompagner. Les autres ont disparu de mon champ de vision.

Bernard, je sais maintenant pourquoi tu t'appelles ainsi, Saint Bernard le patron des montagnards. Tu vas te sacrifier pour me permettre de ne pas abandonner.

Malgré ta présence bienfaitrice, mon cerveau cogite. Il m'interpelle : "Pourquoi, vieux prétentieux, as-tu retiré ton triple plateau ? Tu vas le remettre fissa !" Ou encore "Pourquoi n'as-tu pas écouté ce médecin du sport qui t'avais dit que tu avais la morphologie d'un rugbyman, mais certainement pas d'un cycliste ? ". Au sixième, je suis tout à gauche, plus de possibilité d'alléger mes souffrances.

A la vue des premières maisons du village de Taillet, il me vient un postulat selon lequel : "En

R.T.T Route et Tout-Terrain

côte, le moral du cycliste est inversement proportionnel au dénivelé avalé, puis rebondit à la vue du sommet".

A l'entrée du village le groupe se reconstitue avant l'entame de la descente vers Fourques.

Les freins crissent. le compteur s'affole. les virages s'enchaînent. Tiens, je connais ce village. Et oui, c'est Oms, je l'ai traversé à pied lors du passage du Tour. La maréchaussée nous avait ordonné de mettre pieds à terre. La descente se poursuit interminablement. Le paysage est magnifique. La plaine du Roussillon s'étale en contrebas. Nous passons le col de Llauro, puis traversons le village du même nom. Nous continuons à dévaler, toujours, toujours. C'est lors de la descente que l'on prend conscience de ce que l'on a gravi. Arrivés à Fourques, nous faisons un petit arrêt pour permettre aux plus prudents de rejoindre les plus téméraires. Enfin, le retour par Trouillas, Ponteilla, Pollestres, Villeneuve de la Raho et la boucle est fermée à l'entrée de Théza, où Bernard propose de repartir pour un tour. Mais la raison l'emporte et nous rentrons sans encombre à Canet.

Une nouvelle fois j'ai apprécié l'ambiance de notre club. Contrairement à ce que l'on pourrait croire, aucun esprit de compétition ne règne au sein du peloton. Chacun roule pour le groupe. Le seul challenge est envers soi-même. Et, lorsque vous êtes, comme moi, souvent à la limite, vous savourez.

Christian Billery

Canet fera sa pause-café le 8 mai

Les pause-café se sont faites rares ces deux dernières années, covid oblige ! Mais comme les conditions sanitaires le permettent maintenant, Canet organisera la sienne dimanche 8 mai. Elle était prévue initialement un mois plus tôt, mais a dû être annulée, pas pour cause covid cette fois-ci, mais pour cause de météo ! Quand ça veut pas... Toujours est-il que notre club organisera donc sa pause-café sur le parking de notre partenaire l'Hyper Casino le 8 mai. Les membres du CA prendront en charge son organisation. Les autres cyclos du club pourront donc rouler. Rendez-vous directement sur le parking - sans



N° 206 Mai 2022


passer donc par le club – à 7h45 pour y bénéficier d'un croissant avant le départ.

Et la rando cyclotines, le 22 mai

Après deux années d'absence, elle revient ! Notre club a en effet décidé de reprendre les bonnes habitudes et de reprogrammer cette rando destinées à toutes les cyclotines du département, licenciées ou non. Surtout non licenciées devrait-on dire car le but de cette rando est d'amener les féminines qui font du vélo épisodiquement à prendre conscience que l'on peut faire du vélo plaisir de façon plus régulière et encadrée. Il reste encore quelques postes à pourvoir pour finaliser l'organisation de cette activité. Consultez le tableau et inscrivez-vous ! Rappelons qu'il y aura deux départs au théâtre de la mer : dimanche 22 mai à 9h30 pour le 30 km et 10h40 pour le 15 km. Faites-le savoir à vos amies !


Saint Giron : la réunion préparatoire

17 AU 19 MAI 2022




Séjour à Saint-Giron

Réunion préparatoire le lundi 9 mai à 18h00 au club



Saint-Giron	1
A voir dans le coin	1
Comment accéder au Camping et trajet	1
Adresse et téléphone du Camping	1
Les participants et leur numéro de mobile	2-3
Le plan du camping	4
Les hébergements	5
La restauration et les activités	6
L'ACC fera une cyclomontagnarde « maison »	6
Les circuits	7-13



Comme il a été annoncé, ce mini séjour concerne les grimpeurs qui cette année ne feront pas de cyclomontagnarde officielle, mais une cyclomontagnarde « maison », plus facile, du 17 au 19 mai. Et pour la rendre encore plus accessible, deux niveaux de parcours ont été prévus. Les 23 intéressés se répartissent en 15 cyclos et 8 accompagnatrices. Le prix de l'hébergement a été réglé par l'ensemble des participants. Une réunion aura lieu **le lundi 9 mai à 18h00** au club pour fixer les modalités pratiques : horaires, repas, circuits, visites etc. et répondre aux questions éventuelles.

Quillan 26 mai

Amis grimpeurs, notez bien cette date ! Quillan organise comme chaque année ses randonnées avec dénivelée le jour de...l'Ascension. Bien sûr ! Ça ne s'invente pas ! Chaque année, les parcours sont cependant différents, mais ont un point commun : ça grimpe ! Normal, Quillan est située dans une cuvette. Il faut bien en sortir... en grimpant ! L'accueil est particulièrement bien organisé, la pause-café se signale plusieurs centaines de mètres à l'avance par un léger fumet, car elle est à base de ventrèche et d'œuf sur le plat !. Le repas généralement un cassoulet, se trouve à proximité de l'arrivée. Rando à ne pas manquer donc. Les modalités pratiques seront communiquées par mail. Mais dès maintenant, reprenez bien cette date, ce sera le 26 mai !

La Preste par le col de Sous

Ce sera le mardi 10 mai au départ d'Amélie les Bains.

74km D+ 1272m. <https://www.openrunner.com/r/13581957>

Renseignements complémentaires et inscriptions sur le tableau au club ou auprès de Georges ou Bruno.

Déclaration d'impôts : à savoir

La cotisation fédérale (licence) versée par les licenciés (hors assurance, hors revue et autres prestations) permet de bénéficier d'une réduction d'impôt.

Chaque licencié peut télécharger le reçu dans son espace, onglet « mes licences » puis « reçu fiscal »

Du côté des magazines

« Cyclotourisme » :

- Bien choisir son GPS
- Randos en Provence occitane, en Quercy, en Bretagne...
- La traumatologie du cyclo : malheureusement très variée !
- La FFCT fête ses 100 ans l'an prochain.
- Des nouvelles de toutes les régions.

« Le Cycle »

- Les vélos de Paris-Nice
- Parcours gravel dans l'Hérault. *Ça donne envie d'acheter un gravel !*
- Astuces de rangement sur son vélo : placer ses barres, son imper, sa pompe...
- Parcours : l'arrière-pays niçois. Superbe...car montagneux !
- Col dur : Pian del Re (2020m) au pied du Viso (Italie). Décor minéral.
- Lunettes de sport : à tous les prix. Indispensable de bien voir !
- Diététique : importance des antioxydants

Séjour à Rosas : paiement du solde

Le séjour à Rosas (Espagne) aura lieu du mardi 13 au vendredi 16 septembre à l'hôtel Prestige Victoria ***.

Il est demandé aux 59 inscrits de bien vouloir régler le solde du séjour, soit 100,00€/personne et, pour ceux qui sont concernés, le supplément chambre individuelle (60,00€). La date limite de règlement par chèque à l'ordre de AC Canet ou par virement sur le compte du club est fixée au 29 mai.

ATOL Canet partenaire du club

ATOL Canet vient d'effectuer un don de 150,00€ au profit du club, ce qui en fait notre partenaire le plus important après Hyper Casino.

Pour information, 15% de remise sur tout le magasin sont accordés à tous les membres du club, y compris les membres bienfaiteurs.

Le magasin ATOL se situe 2, rue Zéphir à Canet.

Un don bienvenu pour les 50 ans du club

Il y a quelques semaines, Jacqueline Trilles, fille de Jacques Robin, un des fondateurs du club récemment décédé, prenait contact avec l'amicale pour lui proposer un don de coupes et articles de presse datant de la création du club.

Un petit cahier de 100 pages nous a été ainsi remis : il contient des articles parus dans l'Indépendant entre 1980 et 1982, soigneusement collés.

Je ne résiste pas au plaisir de reproduire l'article relatif au Rallye des Plages paru le 15/8/1981

« Amicale cycliste 298 participants »

Notre ami Claude Dupuy, alias M Animation, est en passe de devenir le Nostradamus canétois, puisqu'il annonçait de sa belle voix de bronze à Radio Canet « Il y aura environ 300 participants à la randonnée cyclotouriste organisée par l'Amicale cycliste canétoise ». Bravo Claude, tu n'es battu que de 4 boyaux en tout puisque 298 cyclos composés de femmes, enfants et hommes de 13 à 73 ans, se sont élancés à l'assaut des 105 km montagneux, difficiles mais ô combien touristiques, le tout se déroulant sous un climat de rêve pour un cyclo.

L'enchantement des participants arrivés largement dans les délais imposés par la Fédération française de cyclo-tourisme, apportait une saine récompense aux organisateurs qui pour obtenir un tel succès finissaient la journée fatigués mais contents d'entendre les compliments.

En effet, pour sa deuxième édition, l'A.C. Canet recevait les sincères et unanimes félicitations de tous les présidents de clubs présent en reconnaissant que cette randonnée obtenait le plus grand succès cyclotouriste jamais connu dans la région. De l'inscription sans attente, aux contrôles routiers effectués avec bonhomie, aux trois postes de ravitaillement en sacs remplis de nourriture variée, énergétique et copieuse, des boissons à chacun des quatre contrôles, et dans toutes les voitures leader de sécurité routière, sans oublier la voiture balai, fermant la route. Tout le monde se retrouvait au Gilledou, siège de l'Amicale pour l'apothéose. Alors là, les yeux des participants s'écarquillaient sur la multitude des coupes et médailles offerts à 16 récipiendaires. De plus, à tous ces cyclos méritants désirant repartir de Canet avec un souvenir de la randonnée, il était remis un trophée sur socle. Du nord au sud, de l'est à l'ouest, de Hollande, de Belgique, de Suisse, de l'Espagne, du Cameroun et autres, l'unanimité était faite, ce souvenir personnel était le plus beau jamais vu en randonnée cyclo. Le morceau de choix était composé par le nouveau et exceptionnel « Challenge Leader », super coupe de plus de 60 cm de haut, gagnée haut le jarret par le V.S Stéphanois, entourant sa féminine Rosette Beauchamp revenant d'entraînement sur les pentes des cols d'Envalira et autres Puymorens. M Leader en profitait pour une « bise ».

Cette magnifique journée se terminait par une distribution de plus de 150 tee-shirt, bobs, fanions, offerts par l'Office municipal des Sports, le Comptoir Central et notre ami « L'Indépendant » que nous remercions doublement, puisqu'il offre régulièrement ses colonnes à l'information cyclotouristique de notre amicale. Merci à tous de vos dons

En attendant l'année prochaine qui verra très certainement un élargissement estival de cette randonnée, non seulement des vacanciers des autres mois, mais des Catalans absents pour congés. »

LES ÉVÈNEMENTS DU MOIS

Date	Heure	Randonnée/Destination
Dim 1	08h00	Le Boulou, Vivès, Llauro
Lun 2	19h00	Réunion mensuelle
Sam 7	08h00	Sortie club
Dim 8	08h00	PC Canet , Thuir, Castelnou, Corbères, Millas
Lun 9	18h00	Réunion préparatoire au séjour à Saint-Girons (09)
Mar 10	09h00	Circuit montagne La Preste par le col de Sous au départ d'Amélie-les-Bains
Sam 14 Dim 15		Printemps du Pays Cathare à Lagrasse (11)
Dim 15		Concentration CoDep 66 à Caudiès-de-Fenouillèdes
	08h00	La Done, la Bataille
Mar 17 / Jeu 19		Cyclomontagnarde « maison » à Saint-Girons (09)
Sam 21	08h00	Sortie club
Dim 22		Randonnée des cyclotines
	08h00	Port-Vendres, la Madeloc
Jeu 26		Rando cyclo des Stations Vertes Haute Vallée de l'Aude à Quillan (11)
Dim 29	08h00	Tautavel, Vingrau, Opoul
Jeu 2		Circuit montagne le col de Jau au départ de Marquixanes

5^e RANDONNÉE DES CYCLOTINES
CANET EN ROUSSILLON
DIMANCHE 22 MAI 2022

<https://accanetoise.ffct.org>

100% gratuit
Amenez vos Copines!

2 circuits - Départs :
Balade 15 km : 10h40
Randonnée 30 km : 09h30

Départ du
Théâtre de la mer



LES CYCLOTINES FÊTENT LE VÉLO

Suivez-nous sur Facebook : [cyclotinescanetoises](#)

FF VÉLO | HYPER Casino | ATOL Canet | fête vélo

ORGANISATION:
AMICALE CYCLISTE CANÉTOISE 06 74 48 25 79

Bonne route à tous!