

R.T.T Route et Tout-terrain



Toute l'information des réunions de votre club



À vélo tout est plus beau !

C'est la rentrée !

SOMMAIRE

C'est la rentrée !	1
Vélo, resto, piscine	2
Forum des associations	2
Baho le 10 : une concentration type pause café	2
5 à 8 cols de 2000m dans la journée : lundi 11	2
Tous à vélo avec l'agglo : samedi 16	2-3
D'Oniria à l'arborétum : dimanche 17	3
Séjour à Santa Susanna	3
Avec les sportifs des banques : samedi 30	3
En octobre : les Corbières au départ de Lagrasse	3
Côtes du Roussillon primeur	3
Séjours 2024	3
Du côté des magazines	4
Changements d'heure de départ	4
Les évènements du mois	4



**RÉUNION MENSUELLE
VENDREDI 6 OCTOBRE A 18H00**



Pour que la rentrée se passe du mieux possible :

- assurez-vous que votre vélo est en état
- choisissez la tenue en adéquation avec la température, sinon vous pourriez souffler le chaud ou le froid
- arrivez au club entre 7h45 et 8h00, avant ce sera trop tôt, après, tout le monde sera parti
- soyez prudents car c'est la rentrée pour tous et il peut y avoir en début de journée quelques excités du volant
- gardez votre bonne humeur, on est là pour se faire plaisir entre copains

Bruno

Vélo, resto, piscine ?

Ce sera jeudi 7 septembre à Bascara où le RDV est fixé à 8h30.

D'abord le vélo où 2 circuits de 65km chacun sont proposés, avec des dénivelées de 895m pour le premier et de 280m pour le second.

Tous les cyclos partiront à 8h45, mais, alors que le groupe montagne commencera son périple, le groupe vallonné partira en voiture à Sant Mori, lieu du départ réel.

Circuit « montagne » :

<https://www.openrunner.com/r/17522005>

Circuit « vallonné » :

<https://www.openrunner.com/r/16881958>

A l'issue de la sortie, vous serez face à un choix cornélien : vaut-il maintenant d'abord plonger dans la piscine ou déguster une bonne bière ?

Enfin, sous les coups de 13h/13h30, il sera temps d'attaquer la 1ère des 4 entrées du repas.

Inscrivez-vous sans tarder, Bascara, c'est dans moins d'une semaine !

Forum des associations

Il aura lieu le samedi 9 septembre de 10 à 17 h sur le théâtre de la mer. Comme chaque année, les membres du CA tiendront le stand de l'Amicale Cycliste. Mais si quelques cyclotines voulaient les aider, ce serait parfait, pour montrer que le club recrute également des féminines ! Quant aux cyclotins, ils peuvent aussi bien sûr venir donner un coup de main !

Baho le 10 : une concentration type pause café

La randonnée Jean Pierre Durand, qui devait avoir lieu à Baho dimanche 10 a été annulée et remplacée par une « concentration type pause café » (sic). Aux dires du club « la pause café sera substantielle afin de permettre aux cyclo-touristes de se ravitailler sur place mais aussi de leur permettre d'emporter du ravitaillement pendant leur parcours matinal »

Si les pauses cafés organisées par les clubs du département sont habituellement gratuites, pour celle-ci, qui a été depuis notre intervention rebaptisée « concentration type pause café » une participation de 2,50€/personne sera demandée.

Cette décision ayant été prise unilatéralement sans concertation préalable des présidents de club au sein du CoDep, les membres du conseil

d'administration de l'amicale ont décidé à l'unanimité de boycotter cette « concentration » ; mais bien sûr, il appartient à chacun d'entre vous de décider de sa participation ou non.

Des circuits ne passant pas par Baho seront donc proposés dans la gazette de la semaine prochaine pour ceux qui, comme le conseil d'administration, souhaitent montrer leur désaccord.

5 à 8 cols de 2000m dans la journée : lundi 11

Encore les chasseurs de cols diront certains ! Oui, mais ce paragraphe sera bref, ne vous inquiétez pas. Et vous pouvez bien sûr le sauter si vous n'aimez que le plat !

Certains parmi nous, montagnards pourtant expérimentés, n'ont jamais franchi de col à 2000m, but mythique quand on prend goût à la dénivelée. De plus, pour faire partie du fameux club des 100 cols, il faut en avoir 5 à son actif. Alors, voici ce qui est proposé le lundi 11, oui, c'est un lundi, pour différentes raisons :

Une rando de 5 à 8 cols à VTT au Pla Guilhem, dans le massif du Canigou

RDV 9h au parking près de la cabane des

Forquets à 8km au-dessus de la Preste : soit 90km et 1h45 en voiture, puis :

<https://www.openrunner.com/r/16971054>

8 cols - 35km - 1205m au maximum avec possibilités d'éviter des allers-retours et ne faire que 5 cols - 30km - 1000m

<https://www.openrunner.com/r/17497258>

En septembre, à plus de 2000m, la température est agréable. Ce sera une super journée VTT d'autant plus que l'itinéraire est presque intégralement cyclable. Inscrivez-vous pour organiser le covoiturage

Tous à vélo avec l'agglomération : samedi 16

☞ organisé par la Communauté Urbaine de Perpignan Méditerranée Métropole, pendant la Semaine Européenne de la Mobilité

☞ départ des communes membres (au choix) donc Canet pour nous jusqu'au point de rassemblement fixé sur les Berges de l'étang de Saint-Estève vers 12h

☞ pique-nique tiré du sac et animations

☞ inscription en ligne dès le 1er juillet et jusqu'au 10 septembre sur le site

<https://perpignanmediterraneemetropole.fr/tous-a-velo-2023/>

ou au club jusqu'au 1 septembre

☞ RDV devant la mairie à 9h15

☞ Départ à 9h30

D'Oniria à l'arborétum : dimanche 17

Dans le cadre de la journée du patrimoine, le service culture et communication de la ville organise, sous sa responsabilité, une balade à vélo de jeunes depuis l'Aquarium jusqu'à l'arborétum ; il est demandé au club s'il peut fournir 2 ou 3 cyclos pour guider et encadrer. Contacter Bernard.

Séjour à Santa Susanna

→ dossiers « circuits » et « présentation du séjour » envoyés par mail le 31/8

→ réunion préparatoire le lundi 18 à 18h

→ pour celles et ceux qui souhaitent rouler la mardi 19 : RDV devant l'hôtel à 9h00

Avec les sportifs des banques : samedi 30

Rassemblement à Canet de l'amicale sportive des banques françaises où 1200 participants sont attendus le vendredi 29 septembre soir pour 3 jours, dont une centaine pour le cyclotourisme. En ce qui concerne le cyclotourisme :

Samedi 30 :

Un circuit de 120 km en direction de Port Bou + un circuit de 50km jusque Collioure

Départ et arrivée de l'Office du Tourisme pour le groupe long avec déjeuner au restaurant à Banyuls.

Départ et arrivée du stade de foot pour le circuit court car repas avec les footex à cet endroit..

Dimanche 1er :

Circuit facile de 50 km (la Manu Mayen)

Départ vers 14h, car ces cyclos auront participé le matin à la course de la Rose Canétoise ou la veille au circuit 120 ou 50

Notre rôle : Guider les 3 premiers km pour sortir de Canet. Il est par ailleurs possible de faire

tout ou partie des parcours. Les intéressés sont priés de contacter Bernard.

En octobre : les Corbières au départ de Lagrasse

Fin mars, alors que nous traversons Lagrasse pendant notre traditionnelle sortie printanière dans les Corbières, plusieurs d'entre nous ont proposé que cette ville soit retenue comme point de départ d'une prochaine randonnée de la journée et, qu'à l'issue de celle-ci, nous déjeunions au restaurant. Dont acte.

Ce sera donc le jeudi 12 octobre où 2 circuits sont proposés :

70 km, 690m de dénivelée et 3 cols

<https://www.openrunner.com/r/17531088>

ou 50 km, 460m de dénivelée

<https://www.openrunner.com/r/16547119>

Il faut compter 1h20 pour effectuer par la route les 88km qui séparent Canet de Lagrasse.

Le RDV est fixé à 8h45 pour un départ vélo à 9h. Le lieu de RDV et le restaurant choisi et son prix seront précisés ultérieurement.

S'inscrire sur la fiche au club.

Côtes du Roussillon primeur

Comme chaque année, ce sera le 3ème jeudi du mois d'octobre et, comme chaque année, elles seront accompagnées de charcuterie et de fromages. Rendez-vous jeudi 19 octobre à 18h au club. Coût : 5€/personne.

S'inscrire sur la fiche au club.

Séjours 2024

☞ Dax

→ du dimanche 16 au samedi 22 juin

→ la destination plait : 50 inscrits

→ 1er acompte de 190€/personne réglé

☞ Sant Feliu de Guixols (Espagne)

→ du mardi 24 au vendredi 27 septembre

→ à l'hôtel Van Der Valk Barcarola ****

→ 260€/personne hors suppléments éventuels

→ publicité et inscriptions fin septembre

Du côté des magazines

« Cyclotourisme » :

- Un timbre-poste sera édité en l'honneur des 100 ans de la FFCT.
- Trois jours dans le Nord de l'Aveyron, des Causses à l'Aubrac
- Un brevet 600km en vue du Paris-Brest-Paris vu par un participant.
- Perpignan-Malaga aller-retour : 2400km pour 30 000m de dénivelée en 15 jours !
- Randonnée permanente franco-allemande

« Le Cycle » :

- Les moments forts du Tour de France.
- Eurobike Francfort : toujours des nouveautés chez les 1900 exposants
- Changer les cales : comment bien les positionner.
- Parcours : le pays de Montbéliard. Boisé et vallonné.
- Le Tourmalet : la légende du Tour.
- La traversée de l'Europe de Tarifa (extrémité de l'Espagne) au Cap Nord à 337km par jour !
- Les bienfaits de l'acupuncture
- Le sommeil : fait partie intégrante de l'entraînement

Changements d'heure de départ

A partir du 3 septembre, les horaires de départ sont à 8h00 pour tous les jours de roulage et tous les groupes y compris le relax; on va donc tous se retrouver au club et, comme c'est simple, personne ne devrait se tromper. Le mardi 3 octobre, on changera encore et les départs seront à 8h30 dans les mêmes conditions.

LES ÉVÉNEMENTS DU MOIS

Date	Heure	Randonnée/Destination
3/9	8h00	Passa, Tressere le Mémorial de la bataille du Boulou
7/9	8h45	Sortie journée à Bascara (Espagne) avec restaurant et piscine
9/9	10h00	Forum des associations au Théâtre de la Mer
10/9	8h00	Circuits Manu Mayen ou « concentration type pause café » à Baho : 2,50€
11/9	9h00	5 à 8 cols de plus de 2000m à VTT
16/9	9h30	Tous à vélo avec l'agglo
17/9	8h00	Banyuls-sur-Mer par la voie verte
		D'Oniria à l'arboretum
18/9	18h00	Réunion préparatoire au séjour à Santa Susanna
19/9 - 22/9		Séjour ACC à Santa Susanna (Espagne)
24/9	8h00	Randonnée la Casado organisée par Saint-Estève
30/9 et 1/10		Amicale sportive des banque françaises
1/10	8h30	Pause café Le Barcarès

Bonne route à tous!