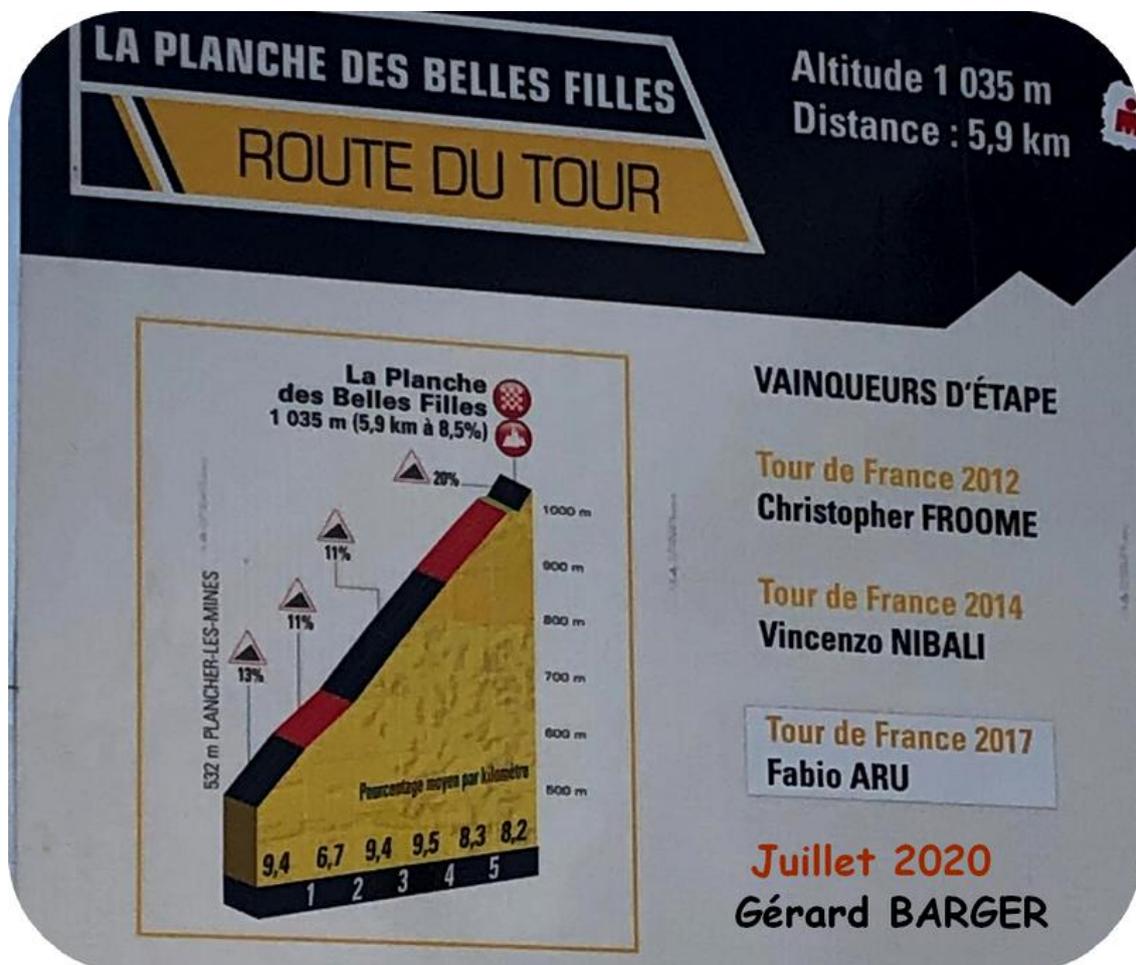




FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE CYCLOTOURISME

La LETTRE de l'ATSCAF Cyclotourisme n°884

28 Juillet 2020



ATSCAF Cyclotourisme
Club FFCT n° 07061

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

MON SEJOUR MYTHIQUE EN HAUTE-SAVOIE



Alors que la saison vélo avait bien commencée, 457 km au 17 mars, le coronavirus a cloué le vélo au garage. Sans home-trainer pour entretenir la forme, une heure de marche par jour

dans un rayon d'un kilomètre !

Je n'allais pas me plaindre, Charbonnières-les-Bains est entouré de verdure, mais après avoir parcouru plusieurs fois tous les chemins, les sorties à vélo commençaient à manquer !



Le clocher de l'église de Combloux entre le Mont-Blanc et l'Aiguille du Bionnassay

Dès la fin du confinement, avec mon épouse nous avons prévu de partir 3 semaines à Combloux, du 27 juin au 18 juillet, à condition que la limitation des déplacements à 100 km soit levée.

En prévision, dès le 16 mai, je reprenais le vélo dans les monts du Lyonnais. Du 16/05 au 25/06 : 15 sorties de 46 à 72 km avec 358 à 1015 m de dénivelé (Total : 830 km - 9200 m de dénivelé). En forme pour grimper les cols en Haute-Savoie !

OUF ! Le 2 juin bonne nouvelle, plus de limitation pour se déplacer. On partira à Combloux.

Du 30/06 au 14/07, **séjour Mythique à Combloux**

7 sorties de 26 à 53 km avec 386 à 929 m de dénivelé (Total : 300 km avec 5200 m de dénivelé).

Belles sorties au col des Aravis (via Flumet, La Giétaz), au col

des Saisies (via Notre-Dame de Bellecombe), à Notre Dame-de la Gorge (via Saint-Gervais, les Contamines-Montjoie), à Crest-Voland (via le Val d'Arly)... Quels décors pour pédaler !



L'église des Contamines-Montjoie



Dès le 20 juillet, pour garder le coup de pédale, sortie dans les Monts du Lyonnais (col de Malval...), le 23 un tour dans le Beaujolais (Charnay...). Essayons de rattraper le temps perdu !

A mon âge (75 ans), il faut en profiter au maximum, tant qu'on a la santé !

Daniel SOUZY

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

LA PLANCHE DES BELLES FILLES

MARDI 21/07/2020

Gérard sur les traces de Thibaut PINOT



Comme j'en avais l'idée déjà depuis quelques temps, je suis allé me promener vers **la Planche des Belles Filles**; Les belles ascensions du Tour de France, magnifiées par les exploits de nos coureurs nationaux, avaient piqué ma curiosité sur ce site particulier, entièrement dévolu à T. PINOT. Décision prise la veille, j'ai donc fait l'ascension ce mardi matin vers 10h00, température idéale. Quelques cyclistes en forme, allant d'un coup de pédales décidé vers le sommet. Cette montée présente deux difficultés, l'une dès le début de l'ascension et l'autre à l'arrivée. Après un démarrage sérieux à 8/9% mais tenable arrive l'une des deux bosses à 15%. Difficulté majeure, pour moi, je pose le pied à terre; le cardio explosait au delà de ce que j'ai l'habitude de pratiquer. Moral en berne, avec l'idée de repartir, car impossible de tenir dans des conditions pareilles. A cet instant je me rends compte, que je venais de faire une adepte, une cyclo pose le pied à terre derrière moi. Ça fait du bien de voir que quelqu'un vous ressemble...., enfin pas longtemps, car elle repart devant moi avec un petit signe de connivence bien agréable à cet instant. Je ne la reverrai plus. Elle aussi s'est fait surprendre par ce rude début. Une fois le rythme calmé et maîtrisé, l'ascension s'est faite sans difficulté majeure malgré des variations de pente et surtout grâce de petits espaces de respiration. Route souvent ombragée à cette heure matinale; des cyclo qui montent avec l'aisance du plat.

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

LA PLANCHE DES BELLES FILLES

MARDI 21/07/2020



L'approche de l'arrivée est réjouissante car facile sur quelques centaines de mètres, notamment avec un enchaînement de petits faux-plat à la fois descendant et montant, qui amène croît on à l'arrivée; et bien non car un virage à droite vous attend avec l'air de vous lancer un défis... en levant les yeux, un petit mur à 20% se dresse là, péremptoire; avec l'éloignement on se dit "ça doit passer" et puis à chaque mètre qui passe, la pente se cabre ainsi que le vélo...le mano à mano commence avec la pente... moi je choisis une montée en zig zag, me donnant l'illusion que c'était moins pentu, quand d'autres préfèrent adopter une position résolue en danseuse face à la pente...bref chacun fait ce qu'il peut.

Arrivée peinte au nom de T. Pinot.

Pour ma part je suis arrivé exténué, avec un cardio explosé. Je suis resté sur la partie bitumée; quelques uns vont jusqu'au bout de la super planche, partie empierrée. Très beau panorama, de ces montagnes de moyenne altitude. Beaucoup de randonneurs se mêlent aux cyclistes, l'endroit est serein car loin de la foule et surtout pas de motos!

Au retour, belle descente, technique du fait de la pente et de la circulation.

Comme je me trouvais à une encablure du **Col des Chevrères** 9km, j'en ai profité pour m'y rendre, à partir du village de Plancher les Mines. Très belle montée jusqu'au village de Belfahy, pente très agréable 5%, très régulière sur un bitume superbe.

A la sortie du village, une belle surprise accueille le cycliste, avec 2 bosses méchantes ...à au moins 18%, par comparaison avec la matinée. J'ai dû faire une pause avant d'arriver au col. Je ne me souvenais plus qu'Alain et Florian m'avaient parlé de cette petite difficulté.

Le panneau du col indique la performance de T. Pinot à 11'28, moi 50'! Très belle descente de retour en 12', en fait comme T. Pinot, sur le même parcours...!.

Désormais je vais pouvoir changer de col.

Gérard BARGER

LA VALLEE DE LA CANCE

SAMEDI 25/07/2020

Je pars à vélo avec **Françoise** du Col de Pavezin dans le Pilat.
La météo s'annonce chaude pour la journée.



Nous montons à la Croix de Chaubouret, puis superbe descente à Bourg Argental où nous faisons notre pause pique-nique à la terrasse d'un Café en plein Centre, à l'ombre des arbres, un délice, on se croirait en vacances ! Nous prenons ensuite la direction d'Annonay en Ardèche sur la Via Fluvia, nous passons devant le complexe d'usines comme l'autre jour. A la sortie d'Annonay, nous prenons **la Vallée de la Cance**, qui pourrait aussi s'appeler Les Gorges de la Cance, petite route magnifique dans une nature sauvage et sans voitures. Ensuite, nous rejoignons la Via Rhôna à Andance et ses maudites racines, puis sortons à St Pierre-de-Bœuf pour remonter sur Malleval.



Il commence à faire terriblement chaud. **Françoise**, elle, est toujours pimpante. Je ne sais pas comment elle fait, mais moi je souffre de la chaleur suffocante. L'arrivée sera la bienvenue ! Au final, un magnifique parcours dont les photos ci-dessous témoignent. Je ne connaissais pas à la Vallée de la Cance, c'est à faire vraiment ! C'est en légère descente dans le sens où nous l'avons faite. La prochaine fois, il faudra partir plus tôt, à la fraîche, et terminer la sortie à 14 heures au plus tard.
134 km 1807 D+

MAGALI

LA ROUTE DU DIABLE

LUNDI 06/07/2020 - SAMEDI 11/07/2020



Lorsque Pascal Bride, célèbre ultra-cycliste, grand organisateur de la TriRhena et alto au philharmonique de Mulhouse à ses heures perdues, a annoncé en 2019 qu'il allait proposer un nouvel événement en 2020, tout le petit monde de la longue distance française a retenu son souffle. La route du Diable serait née lors de la dernière et malheureuse participation de Pascal à la Three Peaks, une histoire de téléphone portable oublié en haut d'un col. Alors merci à ce téléphone. La route du Diable est un intitulé qui peut laisser perplexe au premier abord car il faudrait se demander si le diable existe (et si c'est Pascal Bride ?) ou s'il s'agit d'un itinéraire reliant différents ponts du Diable à travers la France.

En roulant la route du Diable, comme je l'ai fait en binôme avec Rémi et le Président en solo, on comprend vite que cet intitulé n'est qu'un prétexte à faire rouler les cyclistes engagés sur de magnifiques terrains de jeu français. Point de cols alpins et aucun morceau de Pyrénées, mais que des petites routes agréables, de belles lumières, des paysages agricoles variés et des reliefs parfois accidentés. Monts d'Ardèche, Cévennes, Aubrac, Sancy, Beaujolais... La liste est longue ! 14 glaces en 1400 kilomètres, soit un ratio de 1 glace au 100 kilomètres. C'était la base de mon alimentation pendant cette épreuve. La chaleur et le parcours parfois exigeant (très peu de sections plates sur le parcours) ont surpris plus d'un participant, y compris le premier arrivé (Kristof Allegaert, star internationale et belge de la longue distance). Heureusement que le groupe Whatsapp que nous avons constitué avant le départ et qui suivait notre avancée grâce au tracker GPS nous envoyait régulièrement des messages drôles et encourageants !

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

LA ROUTE DU DIABLE

LUNDI 06/07/2020 - SAMEDI 11/07/2020

Nous avons beaucoup mangé mais peu dormi.

Un soir c'était une heure au bord d'un terrain de foot, un autre c'était quelques heures sous abri touristique en haut d'un col. Un agriculteur nous a même prêté sa grange la deuxième nuit ! Nous avons ainsi appris le principe du bivouac à Dominique Briand, grand ultra-cycliste de Feyzin, qui ne l'avait jamais pratiqué auparavant. Ce retraité de 65 ans s'est joint au groupe le deuxième jour et a fini le parcours avec nous.



Le parcours était ponctué de ravitos comme seul Pascal Bride et son équipe de bénévoles du CC Kingersheim savent faire. Gâteaux, pâtes, soupe, douche et même lits de camps. Le grand luxe pour s'arrêter reprendre des forces et rigoler avec les bénévoles. Leur aide a été précieuse pour arriver au bout de l'épreuve.

À bout de l'épreuve, à Kingersheim, nous attendait d'ailleurs Pascale Bride avec une bouteille de crémant d'Alsace millésimé que j'ai eu la chance de partager avec mes grands parents alsaciens.

Après trois jours de repos chez eux, le stock de glaces avait disparu...

En tout cas l'organisateur, qui n'a pas dormi pendant 4 jours, s'est déclaré prêt à ressortir sa plus belle plume en 2021 pour tracer un nouveau parcours à travers la France.

J'espère qu'après un repos bien mérité il ne reviendra pas sur cet engagement !

Marguerite MULHAUS



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

SORTIE SAL-ATSCAF

SAMEDI 26/09/2020

FONDATION BERLIET AU MONTELLIER

Message de Christian POIZOT

Hello les Atscafiens

La visite des vielleries Berliet est bien confirmée le samedi 26 septembre au Montellier à 14H 30 : coût par personne 15 €

<https://www.fondationberliet.org/>

Votre intérêt à l'archéologie automobile Lyonnaise nous honore tout autant que nous les dinosaures de la pompe à injection.

Nous saurons heureux de vous accueillir dès le matin à notre journée SAL

A l'aube petite sortie vélo ou marche dans la Dombes

Resto pas trop tard pour être à l'heure au musée

14H 30 musée avec les mesures d'usage de la Covid 19, masque à prévoir.

Le ou les groupes seront adaptés aux circonstances, et donc pour se faire nous aurons besoin d'une estimation Astcafiennne pour fin août

Retenez la date, informez vos ouailles et tenez nous au courant.

En attendant profitez de l'été sans canicule pour l'instant et du répit du grand méchant virus.

En attendant aussi de nous revoir car je ne vois guère poindre de randos organisées.

Amicalement

Christian POIZOT



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>

L'AGENDA

Pas de sorties club jusqu'à nouvel ordre.

Cycliste !!

*Deux roues, une selle, un guidon,
Équipés de pédales et d'un pignon,
Cela suffit à composer un vélo,
Qu'il soit de tourisme cyclo
Ou bien de compétition,
Que l'on soit seul ou des millions,
C'est un plaisir partagé
Que de se promener,
Ou de se surpasser dans l'effort,
Suivant l'optique de ce sport !*

*Sentir le vent frémir sur sa peau,
Découvrir les délices du repos
Après une longue randonnée
Aux abords d'une forêt,
Être en osmose avec la nature
Est en fait, une vraie cure
De Jouvence pour tous les âges !
Et puis, n'est-ce pas un avantage
D'avoir pour amie une « Petite Reine » ?
Le vieux « biclou » n'est pas à la traîne
Et revendique fort et bien haut
Son titre mérité de « vélo » !!*

Isabelle THOMAS

L'Arche aux Prénoms ©

*Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site <https://atscaf69.sportsregions.fr/>*