



FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE CYCLOTOURISME

La LETTRE de l'ATSCAF Cyclotourisme

N°1122

14 AVRIL 2026



ATSCAF Cyclotourisme
Club FFCT n° 07061

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

LA SORTIE DU SAMEDI

11 AVRIL 2026

CHAPONOST



Christiane AUGAY - Evelyne LEFRANCOIS - Françoise CHENAIS
Alain DERRAC - Bernard CHAREYRON - Daniel ROTHWILLER
Philippe DESIRE - Pierre DUMAS

Ce samedi 11 avril est à marquer d'une pierre blanche car il a vu le retour de 2 copains après une longue absence : **Christiane AUGAY** et **Alain DERRAC**.

Christiane n'était pas montée sur le vélo depuis le week-end mythique du col de la Faucille. C'est dire.

Mais l'approche du séjour à Najac lui a fait prendre conscience qu'il fallait dépoussiérer sa monture. Elle s'est d'ailleurs rendu compte que le problème technique dont elle devait s'occuper toute affaire cessante l'an passé, subsistait toujours. Son passage de plateau plus que capricieux allait d'ailleurs lui jouer quelques tours lors de la balade et on en entendra (au sens propre du terme) parler, voire crier.....

Quant à **Alain** l'achat d'un VAE lui offre de nouveaux horizons et c'est avec plaisir que nous l'avons revu.

Les autres présents : **Françoise CHENAIS**, **Pierre DUMAS**, **Philippe DESIRE**, **Daniel ROTHWILLER**, **Bernard CHAREYRON** et votre servante **Evelyne LEFRANCOIS**.

8 cyclos, il y avait longtemps que nous n'avions pas été aussi nombreux.

8 cyclos mais seulement 3 musculaires : **Christiane**, **Philippe** et moi **Evelyne**.

Encore que la puissance de **Philippe** compense les watts des batteries.

Autant dire qu'il y aura un peu d'attente au sommet des côtes.

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

LA SORTIE DU SAMEDI

11 AVRIL 2026

CHAPONOST

Le début du parcours n'est pas génial. Le circuit ne privilégie pas vraiment les petites routes bucoliques et exemptes de circulation

Dans le coup de cul de **Messimy** un grand cri déchire le silence et fait fuir les petits oiseaux.

Un cri de rage, de désespoir, qui se traduit par des jurons retentissants lancés par **Christiane**.

Son dérailleur fait des siennes et elle ne peut plus passer son petit plateau.

Ce qui, avouons-le, est gênant dans les montées. **Pierre**, qui est un peu mauvaise langue, rectifie en disant qu'elle a confondu sa droite et sa gauche et qu'au lieu de passer le petit plateau, elle est revenue sur son petit pignon. Ce qui, avouons-le, est tout aussi gênant dans les montées.

Bref cahin-caha nous arrivons à **Mornant**. Merci à **Françoise** qui grâce à sa fine connaissance du terrain, nous a évité une portion de route très circulante.



Avez-vous remarqué qu'il y a de fortes similitudes entre un cyclotouriste et un escargot ?

Le cyclo porte lui aussi beaucoup de choses sur son dos (ou ses sacoches).

Tout comme lui il bave, enfin il en bave dans les côtes et la vitesse de certaines n'a rien à envier à celle de notre gastéropode préféré.

Mais il y a une chose qui les différencie irréfragablement : le cyclo n'aime pas l'eau.

Si je vous dis cela c'est que météo farce avait annoncé des orages pour l'après-midi et que le ciel commençait à s'assombrir.

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

LA SORTIE DU SAMEDI

11 AVRIL 2026

CHAPONOST

Une angoisse diffuse commençait à poindre chez certains. Que faire ?

Continuer ou faire demi-tour ?

That is the question. Après conciliabule, décision est prise de faire la pause casse-croûte au bistrot de la place puis de rentrer.

Petit moment sympa autour d'un verre et des gognandises apéro offertes par **Françoise**.



Le retour est plus plaisant que l'aller. Des petites routes, la campagne bien verte, des arbres en fleurs, des chevaux, des vaches et le chant des oiseaux.

Le dérailleur de **Christiane** a décidé de la laisser en paix.

Mais **Alain** a un souci : il a semble-t-il perdu un écrou sur la route avant ce qui la fait vibrer.

Heureusement nous ne sommes plus très loin de l'arrivée et il n'y a plus de grandes descentes.

Le ciel est bien sombre et à quelques encablures de **Chaponost** le ciel se déverse sur nous.

Enfin nous essayons une légère, très légère radée.

Quelques gouttes de pluie qui cesseront aussitôt, nous laissant arriver sans être mouillés.

On se rassure en disant que, vu le ciel, à **Riverie** il doit tomber des cordes et qu'on l'a échappé belle.

Christiane nous a réservé une surprise : elle a apporté du shrubb fait maison.

Nous lui faisons honneur. Nous l'avons bien mérité.

Au final 40 km et 555m de D+ sur mon compteur. Najac tiens-toi bien, nous sommes prêts !!!

EVELYNE

SEJOUR DE PRINTEMPS 2026

DU SAMEDI 18 AVRIL AU SAMEDI 25 AVRIL

NAJAC



Situé entre Villefranche de Rouergue et Cordes sur Ciel, Najac est l'un des « Plus Beaux Villages de France ».

Dominée par sa forteresse royale, cette charmante cité médiévale surplombe les gorges de l'Aveyron.

Najac, ce n'est pas seulement un décor de carte postale, c'est aussi un village vivant et dynamique !

Chaque dimanche matin, profitez de son marché qui anime la place du Faubourg toute l'année, où producteurs locaux et artisans proposent des produits du terroir.

Outre la forteresse, sont à voir plusieurs maisons de caractère, l'office de tourisme, le pont St Blaise, l'église St Jean, la fontaine.

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

SEJOUR DE PRINTEMPS 2026

DU SAMEDI 18 AVRIL AU SAMEDI 25 AVRIL

NAJAC

COTÉ PRATIQUE

Nous sommes, cette année, 19 participants dont 5 randonneurs.

Le centre - les Bastides en Aveyron - est dans un parc ombragé de 15 ha, à 2 km de Najac et à 450 m d'altitude.

Nous serons en pension complète.

Le repas de midi sera sous forme de pique-nique (à préparer soi-même à l'issue du petit-déjeuner et sous forme de buffet).

Vous pouvez amener vos contenants. Le centre en fournira également.

Les lits sont faits à l'arrivée, le linge de toilette est fourni.

Il n'y aura pas de ménage dans les gîtes durant le séjour.

La pension complète démarre du dîner du 1^{er} jour au petit déjeuner du dernier jour (pique-nique du dernier jour possible avec supplément de prix soit 12,50 €).

Vin compris et à discrétion.

Café en supplément coût 1,80 €.

Les vélos seront entreposés dans une salle, normalement celle-là même où nous aurons nos réunions du soir.

Les hébergements sont des chambres avec soit un lit double (pour les couples) soit 2 lits séparés.

Le village vacances est à 2 km du centre de Najac.

Piscine intérieure chauffée et piscine extérieure non chauffée.

Sauna, hammam et salle de remise en forme.

La Wifi est en accès gratuit mais seulement à l'accueil.

Le domaine dispose d'une laverie automatique.

La remise des clés de chaque logement se fera samedi 18 avril à partir de 17h.

Nous aurons une réunion d'accueil avant le repas du soir.

Un apéritif de bienvenue est prévu le mardi soir, lorsque tout le monde sera arrivé (3 collègues n'arrivent que le mardi).

SEJOUR DE PRINTEMPS 2026

DU SAMEDI 18 AVRIL AU SAMEDI 25 AVRIL

NAJAC



Chaque soir, nous aurons une réunion nous permettant de faire le point de la journée et évoquer celle du lendemain. Une salle nous sera, j'espère, octroyée à cet effet. Le petit déjeuner est prévu de 7h45 à 9h30, le repas du soir entre 19h00 et 21h00. Le parking est gratuit.

Il n'y a pas de bornes de recharge pour véhicules électriques au centre.

Il faut aller soit à Najac distant de 2 km, soit à la Fouillade à 5 km pour en trouver. La plupart des services et commerces (santé, alimentation, station-service, distributeur de billets) sont à Najac distant de 2 km du centre VVF ou à la Fouillade distant de 5 km.

Sur les parcours de la semaine il n'y aura que 2 cols « officiels » :

- Le Col 182 m effectué le jour où nous irons à Cordes sur Ciel
- Le long Col 260 m effectué sur les 3 parcours Najac6 - en espérant pouvoir le faire car le final est sur un chemin privé

Nous ne serons pas les seuls hébergés au centre attendu que ce sont les vacances scolaires pour 2 zones.

Le centre peut accueillir jusqu'à 550 personnes (c'est un des plus importants VVF).

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

SEJOUR DE PRINTEMPS 2026

DU SAMEDI 18 AVRIL AU SAMEDI 25 AVRIL

NAJAC

Répartition des chambres (le n° des chambres n'est pas celui du centre de Najac)

SÉJOUR A NAJAC-DU SAMEDI 18 AVRIL AU SAMEDI 25 AVRIL 2026	
7 nuits du 18/04 AU 25/04/2026	
Monique PECH	COUPLE CHAMBRE 1
Jean Jacques PECH	
Evelyne LEFRANCOIS	COUPLE CHAMBRE 2
Bernard CHAREYRON	
Cathy CASTEAU	COUPLE CHAMBRE 3
Daniel CASTEAU	
Janine PEDICO	COUPLE CHAMBRE 4
Gérard CLERMONT	
Christiane SEVE	COUPLE CHAMBRE 5
Roland SEVE	
Marc STEFFEN	2 HOMMES CHAMBRE 6
Jean François LAMURE	
Michel GUILLE	2 HOMMES CHAMBRE 7
Philippe DÉsirÉ	
Florian CABAJ	1 HOMME CHAMBRE 8 (avec Alain)
Françoise DOITRAND	2 FEMMES CHAMBRE 9
Christiane AUGAY	
17	
4 nuits du 21 au 25/04/2026	
Alain GIACOMAZZO	1 HOMME CHAMBRE 8 (avec Florian)
Jean Pierre FROBERT	1 HOMME CHAMBRE 10
2	
Total participants	19

**Pour de plus amples informations vous pouvez me contacter
au 06 86 96 96 52.**

**Cordialement
JJ PECH**

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

SEJOUR DE PRINTEMPS 2026

DU SAMEDI 18 AVRIL AU SAMEDI 25 AVRIL

NAJAC

LES PARCOURS

Les bastides du Rouergue



Najac1-1 : 80 km

dénivelé : 1395 m

n° open runner : 23528467

Najac1-2 : 67 km

dénivelé : 1310 m

n° open runner : 23528489

Najac1-3 : 46 km

dénivelé : 900 m

n° open runner : 23528500

Les cités médiévales

Najac2-1 : 74 km

dénivelé : 1430 m

n° open runner : 23528512

Najac2-2 : 61 km

dénivelé : 1230 m

n° open runner : 23528519

Najac2-3 : 51 km

dénivelé : 1100 m

n° open runner : 23528531

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

SEJOUR DE PRINTEMPS 2026

DU SAMEDI 18 AVRIL AU SAMEDI 25 AVRIL

NAJAC

La vallée du Viaur



Najac3-1 : 98 km

dénivelé : 1770 m

n° open runner : 23528546

Najac3-1bis : 88 km

dénivelé : 1705 m

n° open runner : 23528559

Najac3-2 : 79 km

dénivelé : 1550 m

n° open runner : 23528568

Najac3-2bis : 67 km

dénivelé : 1290 m

n° open runner : 23528578

Najac3-3 : 45 km

dénivelé : 870 m

n° open runner : 23528583

Cordes sur Ciel

Najac4-1 : 64 km

dénivelé : 1390 m

n° open runner : 23528593

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

SEJOUR DE PRINTEMPS 2026

DU SAMEDI 18 AVRIL AU SAMEDI 25 AVRIL

NAJAC

Le causse de Limogne - St Cirq Lapopie



Najac5-1 : 111 km

dénivelé : 1640 m

n° open runner : 23528600

Najac5-2 : 67 km

dénivelé : 790 m

n° open runner : 23528617

Le Ségala

Najac6-1 : 74 km

dénivelé : 1200 m

n° open runner : 23528660

Najac6-2 : 59 km

dénivelé : 910 m

n° open runner : 23528673

Najac6-3 : 45 km

dénivelé : 700 m

n° open runner : 23528710

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

L'AGENDA



AVRIL

Sorties club : Rendez-vous à 09h45 Départ 10h00

- ~~Jeudi 02 : Réunion du CODIR à BRON~~
- ~~Samedi 04 : Sortie club à GLEIZE~~
- ~~Samedi 11 : Sortie club à CHAPONOST~~
- **Samedi 18 - Samedi 25 : Séjour de Printemps à NAJAC**

MAI

Sorties club : Rendez-vous à 09h45 Départ 10h00

- **Samedi 02 : Sortie club à CREMIEU**
- **Samedi 09 : Sortie club à POLLIONNAY**
- **Samedi 16 : Sortie club à AMPUIS**
- **Samedi 23 : Sortie club à VILLEFRANCHE SUR SAONE**
- **Samedi 30 : Randonnée Dombes Côtière à MONTLUEL**

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