



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
DE CYCLOTOURISME

## La LETTRE de l'ATSCAF Cyclotourisme

n°1009

04 Juillet 2023



**ATSCAF Cyclotourisme**  
**Club FFCT n° 07061**

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

# WEEK END MYTHIQUE

## DU 29 JUIN AU 02 JUILLET 2023

### MONTCHAVIN LA PLAGNE



Adeline BIGO - Cathy GIMENEZ - Cathy PEREZ - Christiane AUGAY - Christiane SEVE

Dominique PEREIRA - Evelyne LEFRANCOIS - Françoise CHENAIS - Magali MAILLOL

Monique PECH - Nounoute HAMADI - Odile SAVEY - Régine PORTHE

Alain GIACOMAZZO - Alain SAVEY - Benoit BIGO - Bernard CHAREYRON - Gérard BARGER

Gérard MEGE - Gilles PHILIPPON - Jean François LAMURE - Jean Jacques PECH

Jean Pierre CHECACCHI - Jean Pierre FROBERT - Marc STEFFEN - Michel GIRARD - Michel GUILLE

Nicolas DUPRE - Olivier ZABOROWSKI - Patrick GIMENEZ

Philippe DESIRE - Pierre DUMAS - Roland SEVE - Stéphane DORIEUX - Thierry VALOT

Le week-end mythique 2023 fut doublement mythique, c'est juste dommage qu'il ne fut pas plus ensoleillé !!!

Cette année le **Col du Petit-St-Bernard** est au programme du samedi et comme le séjour commence à partir du jeudi et que le programme est libre, les chasseurs de cols ainsi que tous ceux qui sont intéressés se retrouvent sur le parking de Courchevel-le-Praz pour gravir un autre col mythique celui de la Loze, puisqu'à être dans la région, autant en profiter.

Onze cyclos (**Nicolas, Gérard, Kathie, Michel, Philippe, Alain, Dominique, Odile, Stéphane, JJ et Monique**) prennent le départ et tout de suite le ton est donné, mais jusqu'à Courchevel 1800 les pentes restent régulières.

Ensuite après l'Altiport, et la ferme de Pralong 6 km de route sont réservés au cyclos et c'est tant mieux, car le plus sérieux est à venir ! C'est superbe, tranquille et nous pouvons zigzaguer dans les passages à 15- 16%, se détendre momentanément dans une descente à 0% pour de nouveau se hisser par 15% jusqu'au sommet de ce col au profil très irrégulier. Nous y viendrons à bout, après beaucoup d'effort, quand même.

*Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.*

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com)

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

# WEEK END MYTHIQUE

## DU 29 JUIN AU 02 JUILLET 2023

### MONTCHAVIN LA PLAGNE



Malheureusement pas question de s'éterniser sur ce site grandiose, car de gros nuages d'orages bouchent la vue et nous redescendons rapidement au niveau du parking où nous faisons la pause pique-nique dans un bar ; il était temps, il pleut maintenant et c'est sous un véritable déluge que nous rejoindrons Montchavin et le VVF notre hébergement pour ces quatre jours.

Nous retrouvons les autres copains du club qui sont déjà installés ou qui arrivent ; vu la météo, il n'a pas été vraiment possible de pédaler l'après-midi ; la soirée s'achève par un petit apéro improvisé, juste avant le dîner.

Pour le **Vendredi** il est prévu de faire le col du Cormet de Roselend pour ceux qui ne connaissent pas ou alors une balade tranquille sur la voie verte de Aime à Bourg-st-Maurice, mais la météo prévoit de la pluie, ce qui s'avère exact le lendemain matin.

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

# WEEK END MYTHIQUE

## DU 29 JUIN AU 02 JUILLET 2023

### MONTCHAVIN LA PLAGNE



Cela ne va pas décourager **Adeline, Benoît, Christiane et Roland** les randonneurs qui entraînent avec eux trois cyclos **Françoise, Nicolas et Michel** pour une petite randonnée au-dessus du village.

**Kathie et Jeff** des fourmis dans les jambes partent pédaler sur le circuit de la voie verte

**Migi** va quand même monter le col avec son VAE, quant aux autres nous allons visiter le pittoresque village de Montchavin à deux pas de l'hébergement

Nous resterons plus d'une heure à l'abri dans le bar restaurant à déguster chocolat chaud génépi, bière du Mont Blanc et à discuter de tout et de rien avant de casse-crôter ensemble.

L'après-midi va s'écouler lentement entre partie de tarot acharnée, lecture, bref chacun s'occupe jusqu'à l'heure de l'apéritif de bienvenue, offert par le VVF.

Tous les participants sont arrivés maintenant et après le repas du soir, nous nous retrouvons pour discuter de l'organisation de la sortie du samedi à savoir la montée du **Col du Petit-St-Bernard** l'objectif principal de ce week-end.

Il a été décidé de faire deux groupes car nous ne roulons pas tous à la même allure, avec deux horaires de départ différents et de descendre dans la vallée en voiture jusqu'à Landry, petit village à proximité de la voie verte qui mène dans la direction du col, pour s'éviter la remontée de huit km au retour.

# WEEK END MYTHIQUE

## DU 29 JUIN AU 02 JUILLET 2023

### MONTCHAVIN LA PLAGNE



**Samedi** matin nous sommes une quinzaine à nous retrouver sur le parking en face du camping de Landry. Le départ est donné à 9 heures, passée de quelques minutes, après la photo : il fait un beau soleil, et relativement doux par rapport à la veille et nous allons pédaler ensemble en suivant la piste cyclable très agréable qui longe la rivière et qui va nous conduire en douceur jusqu'à Seez après Bourg-St-Maurice.



Ensuite à la fin de la piste cyclable, après une pause pour les dernières consignes, c'est parti pour 27 km de montée que chacun fera à son rythme.

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

# WEEK END MYTHIQUE

## DU 29 JUIN AU 02 JUILLET 2023

### MONTCHAVIN LA PLAGNE



Les lacets aux pourcentages raisonnables nous permettent de nous élever doucement, mais il faut trouver le bon rythme justement car il va falloir grimper longtemps, et même si la pente est légère, ça finit par devenir usant à la fin... Le paysage est magnifique à mesure que nous montons, et nous avons tout loisir d'admirer les sommets où quelques nuages accrochent déjà, les petits hameaux, une chapelle perchée au milieu de nulle part ; les km défilent lentement...

Les costauds du deuxième groupe, partis une heure plus tard finissent par nous rattraper et nous dépassent, bon c'est ainsi ; je fais une bonne partie de la montée en compagnie de **Pierre**, et **Kathie** nous rejoint à la borne km 15 au profit d'une petite pause ; nous continuons ensemble jusqu'à la Rosière, où ils font un arrêt et je continue ; il commence à faire plus frais ensuite, il reste 6 km et au loin se profile l'Hospice et la Statue de St Bernard, mais que c'est long malgré tout pour y arriver, c'est beau, il manque un peu de soleil maintenant mais finalement nous arrivons enfin au sommet.



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

# WEEK END MYTHIQUE

## DU 29 JUIN AU 02 JUILLET 2023

### MONTCHAVIN LA PLAGNE



Tout le monde a trouvé refuge dans le bar car il souffle un vent de plus en plus fort et les nuages ont envahi le ciel, bref il fait bien frais à 2188m et il n'y aura aucune vue sur le Mont-Blanc. Une fois que nous sommes tous présents, nous nous pressons pour faire la photo de groupe, et il ne faut pas trop tarder à redescendre car la pluie menace. Nous filons tous sur la Rosière où il a été décidé de pique-niquer, mais tout compte fait vu les prévisions météo, nous préférons descendre dans la vallée, et revenir presque au niveau des véhicules, il se fait tard et nous mangerons nos sandwiches sur une table le long de la rivière avant de remonter sur Montchavin sous une averse !!



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

# WEEK END MYTHIQUE

## DU 29 JUIN AU 02 JUILLET 2023

### MONTCHAVIN LA PLAGNE



Avant le repas du soir, **Odile** nous offre l'apéritif pour fêter son départ à la retraite, c'est très convivial et après le dîner dans une ambiance détendue, nous nous réunissons en salle d'animation pour l'organisation de la matinée du dimanche. **Christiane**, c'est la coutume nous présente une randonnée pédestre à partir du village des Coches au-dessus de Montchavin

Une fois les modalités fixées pour le lendemain matin, c'est à **Evelyne** de présenter les trois Cols décidés par le Codir à savoir : le col de la Faucille, le col de Sestrière et le Ventoux pour le week-end mythique de l'année prochaine.

Il n'y a pas d'autre proposition dans l'assemblée. Le vote est serré, et finalement à une voix près le Ventoux l'emporte, donc nous grimperons le Géant de Provence fin juin 2024.



Le dimanche matin, les randonneurs partent pour une jolie balade, les autres restent au village, ou rentrent sur Lyon. Au retour des marcheurs nous nous retrouvons pour manger ensemble et pour finir nous rejoignons notre bistrot préféré, où le propriétaire a installé des tables et des chaises dehors sur la pelouse car il fait très beau maintenant, pour boire un verre afin de clotûrer ce week-end mythique un peu humide mais oh combien sympathique.

Merci pour votre participation et votre bonne humeur pendant ce séjour !

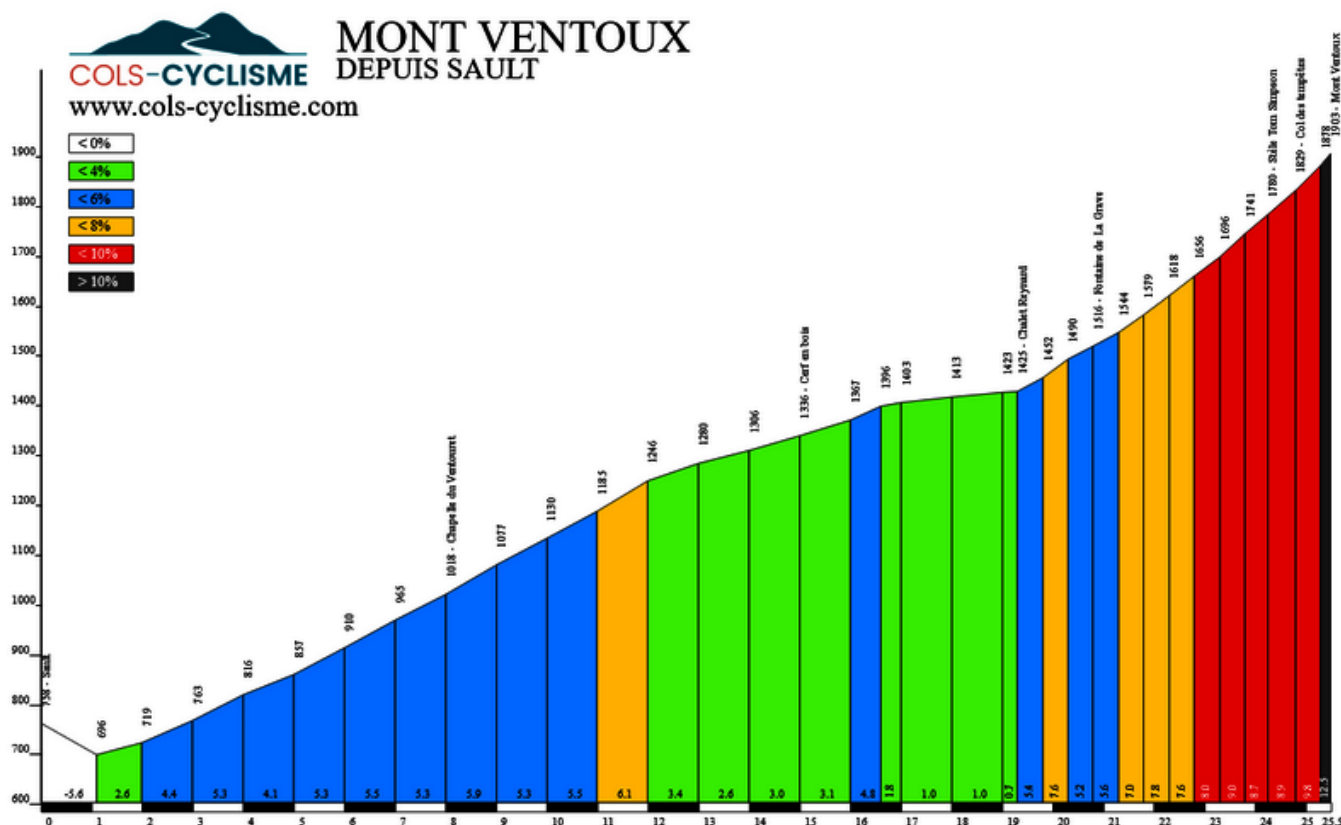
**MONIQUE**

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



# WEEK END MYTHIQUE

## JUIN 2024



Le Mont Ventoux culmine à 1909 mètres d'altitude dans le département du Vaucluse. Il compte 3 ascensions différentes depuis les communes de Bédoin, Sault et Malaucène.

L'ascension depuis Sault est la plus facile et la moins connue.

L'ascension depuis Sault est longue de 25,5 kilomètres et présente une pente à 4,49% de moyenne.

A la sortie de Sault, on grimpe d'abord dans les champs de lavande avant d'entrer dans la forêt.

Du 12ème au 19ème kilomètre, la route est peu pentue (entre 2 et 4%), ce qui permet de récupérer avant la partie finale de l'ascension.

En sortant de la forêt au chalet Reynard, où l'on rejoint la route venant de Bédoin, on découvre un paysage rocailleux jusqu'au sommet.

L'ascension du Géant de Provence se poursuit dans les roches, avec une vue constante sur le sommet qui semble ne jamais se rapprocher.

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

# LA VILLARDOISE

## DIMANCHE 09 JUILLET

### VILLARS LES DOMBES



Dimanche  
9 juillet 2023



## Randonnée cyclotouriste

# La Villardoise

Randonnée ouverte à tous

Route : 28 - 51 - 86 - 108 - 128 km / VTT : 47 - 55 - 63 - 71 km

Inscriptions 10€ - gratuit -12 ans

Inscriptions limitées à 500 personnes

Inscriptions possible par internet <https://www.le-sportif.com/>

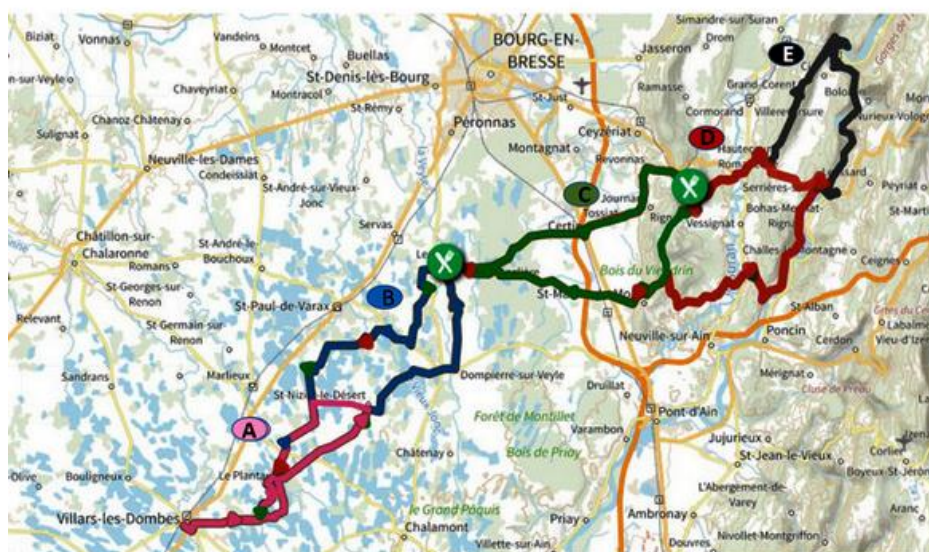
ravitos sur le parcours et repas à l'arrivée

Départ de 7h à 10h, salle polyvalente Villars les Dombes



## La Villardoise 2023

Circuits route



Openrunner :

A : 16606838  
28,5 km  
déniv 69m

B : 16106618  
51,5 km  
Déniv 271 m

C : 16106699  
85,9 km  
déniv 502 m

D : 16587800  
108,8 km  
déniv 918 m

E : 16588071  
128,3 km  
déniv 1184 m

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

# L'AGENDA



- **Dimanche 09 Juillet**

Rallye La Villardoise à VILLARS LES DOMBES

- **Dimanche 16 Juillet**

Découverte de LYON

**Du 22 Juillet au 19 Aout les sorties se décideront sur le forum**

- **Samedi 26 Aout**

Sortie club à CHAPONOST

- **Dimanche 27 Aout**

Rallye des Beaujolais Villages à LE PERREON

- **Samedi 02 Septembre**

Sortie club à FEYZIN

- **Samedi 09 Septembre**

Sortie jour à ST MARTIN D'ESTREAUX

- **Samedi 16 Septembre**

Rallye de Jonage

- **Samedi 23 Septembre**

Sortie club à ST QUENTIN FALLAVIER avec le club NIVOLAS-VERMELLE

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