



La Gazette du CYCLO

Numéro 3 Juillet - Août 2004

Site Internet : www.chez.com/cyclodounoux
Adresse e mail : cyclodounoux@chez.com

Cyclodounoux.actualités@chez.com

25 AVRIL 2004

LA RANDONNÉE DE LA VÔGE

Par une journée ensoleillée accompagnée d'une grosse bise fraîche, 154 cyclos sont partis sur les petites routes bucoliques de la Vôge, un record de participation.

30 randonneurs avaient choisi le petit parcours, 57 sont partis sur le parcours intermédiaire les emmenant aux limites de la Haute-Saône et 66 eurent la bonne idée de boucler le grand circuit de 115 km parsemé de difficultés avec la voie romaine à Esclès, ils furent donc légion pour venir honorer la Randonnée de la Vôge 2004.

Parmi les clubs les mieux représentés, citons Remiremont avec 19 participants, Charlemagne (Granges sur Vologne) 14,

Vélocio 10, La Baffe (indépendant) 9, et le plus éloigné venant de Rouffach avec 5 participants.

Félicitations aux jeunes cyclos dont trois de 14 ans d'âge moyen et un de huit ans sur le petit parcours et deux autres de 16 ans sur le parcours intermédiaire.

Le doyen de 77 ans (il peut encore lire Tintin !) a parcouru les 115 km

Vers 15 heures, après la remise des coupes, Monsieur le Maire est venu féliciter les participants et les organisateurs. Les coupes étaient offertes par la boulangerie du centre, le Crédit Agricole, la carrosserie Leyval, Pascal Arnould paysagiste, les déménagements Grossi et la mairie de Dounoux.

Merci à eux.

Contrôle de Bellefontaine



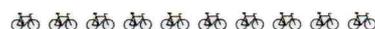
Contrôle de Haudompré



Le premier contrôle, commun aux trois parcours était assuré par Pampi, Bernard R et Bernard R dit Pouik.

Les deux autres par François, Guy et Mme Bodez sur le moyen parcours, Francis et Philippe sur le grand parcours.

Au nom des membres du club, nous les remercions pour leur participation ainsi que tous ceux qui ont animé cette manifestation.



Nous commencerons les festivités au pique nique.



Et nous vous souhaitons dès maintenant, à tous de bonnes vacances cyclo touristiques, ou pas.....



Après l'effort, le réconfort.



Nous étions une dizaine, ce jour-là à Aiglepierre, petite commune du Jura située à égale distance entre Arbois et Salins les bains.

C'était le 1^{er} mai, il ne faisait pas très chaud, mais la beauté du site et l'accueil des Jurassiens nous ont vite fait oublier les caprices de la météo.

Plusieurs circuits route,

VTT et marche à pied nous étaient proposés. Trois d'entre nous ont fait le circuit VTT, les autres ont préféré la route avec des circuits de 60 et 120 Km.

Un grand succès pour le Club d'Aiglepierre, car environ 600 personnes ont participé, avec une majorité en VTT.

Dores et déjà, nous retenons la date pour l'année prochaine ...

N S

LE GRAND COLOMBIER

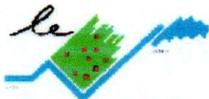


Bernard avait réussi à entraîner 20 d'entre nous dans une épopée digne du VENTOUX avec des dénivelés record.

Deux groupes se sont constitués spontanément, ceux qui considéraient qu'une seule montée serait déjà suffisante et ceux qui, à la recherche d'exploits, se seraient bien payés deux, voire trois montées.

Le premier groupe, après avoir gravi vaillamment des pentes à plus de 14% et admiré le Mont Blanc depuis le sommet avec à ses pieds le Rhône majestueux, prolongé par le lac du Bourget, a voulu poursuivre sa balade, mal lui en pris. En effet, trop peu alimentés, la moitié des sportifs a gravi le deuxième col avec bien du mal (ce col s'appelle Richmond et ils n'ont pensé qu'à la raclette !) et la majorité d'entre eux s'est réfugiée dans un restaurant pour réparer son erreur pendant que les autres du même groupe continuaient vaillamment avec des défaillances individuelles (François) Quant aux Grands Fêlés ou plutôt

Maîtres ou Grand Maîtres, ils ont gravi deux ou trois fois ce géant de l'Ain avec des pentes à 22% sur quelques kilomètres.



La visite d'une cave le lendemain avant de rejoindre nos pénates a remis tout ce monde sur pieds et nous garderons tous un souvenir cuisant de cette cave et du Grand Colombier.

BUGEY

Merci Bernard en espérant que tu as d'autres sœurs dans des régions aussi belles, pentues et attirantes.

JF C

DOUNOUX - LE STELVIO (BOLZANO)

Randonnée itinérante européenne organisée par Francis, dernière semaine de juillet.
Destination : le plus haut sommet d'Europe dans les Dolomites via l'Allemagne, la Suisse, le Liechtenstein et l'Italie.

⇒ Aux inscrits pour Dounoux - Bolzano

J'ai repéré en partie le circuit le week-end de l'Ascension.

En partie car les cols de plus de 2000 étaient encore enneigés et non ouverts à la circulation.

Mais on peut déjà dire que la difficulté va résider dans deux domaines :

1. Les écarts qui pourront se produire entre les participants du fait d'un parcours très « bosselé » et ce sur de l'ordre de 140 km par jour.

2. Le tracé lui-même assez délicat, avec un problème de langue pour la plupart d'entre nous (dans cette partie de la Suisse, on parle allemand) et une signalisation différente de la nôtre.

La première consigne à appliquer est celle de **rouler ensemble**, donc, avoir une préparation physique suffisante pour ne pas trop retarder le groupe, **OUI**, des touristes le moins possible ou alors dans le camion, ce qui n'est pas notre vocation première.

La seconde consigne est de bien étudier les parcours qui vous seront communiqués en détail avant le départ.

Un briefing sérieux par étape sera fait chaque soir avant l'apéro auquel tout le monde devra participer et être à l'écoute.

En conclusion dès maintenant, faites des bosses, 10 pompes matin et soir chaque jour jusqu'au départ. Adaptez un régime vélo, en excluant tous les produits de la fédération internationale de cyclisme, regardez déjà les parcours que vous avez eu, une mise à jour vous sera communiquée prochainement.

Mais que cela va être grandiose !!!

Vous allez également avoir un aperçu avec les circuits définitifs. Bonne préparation.

Fran6 devenu **grand-père** le 2 juin dernier.



Sorties à l'extérieur
organisées par les
clubs FFCT

11 juillet, randonnée des lacs vosgiens à Gérardmer, parcours montagneux recommandé pour la grande sortie itinérante de la fin juillet.

Info :

Pour les sorties extérieures, rendez-vous à Dounoux à 7h **ou** sur place à 8h.

Si on vous demande pourquoi vous faites du vélo, il faut répondre,

Le vélo c'est :

Amitié, camaraderie, confrontation, satisfaction, orgueil, compassion en montée, sublimation de la fatigue, le Stelvio, le Ventoux, le col de Raon, la Counotte, la voie verte, soleil, pluie, neige, chaud, froid, routes, trous, trafic, silence, forêts, oiseaux, chien qui grogne, montées, descentes, solitude, pensées, programmes, désirs, organisation, improvisation, crevaisons, chutes, incidents, le casque, le pique nique, les terrasses, les exagérations (40 km/h, 20%, ¼ d'heure d'avance...)

Simplement formidable.

JL S

LE VENTOUX

Eh oui, il existe une quatrième montée méconnue du Ventoux !

Alors on va s'y attaquer cette année et notre challenge est de gravir les 4 montées dans la journée.

Voici un bref rappel de notre virée au Ventoux 2003

Les cinglés du Ventoux (3 faces dans la journée) :

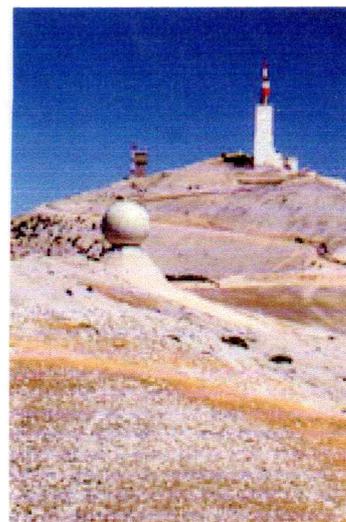
Francis Richard, Philippe Ottmann, Bernard Ruaux, Thierry Antoine, J-Luc Grisval et Fabrice Raimond

2 faces dans la journée :

M-Claude Autugelle, François Colin et Thierry Robert

1 face dans la journée :

Sylvie Bragard, Isabelle Raimond, Nadine Schmidlin, J-François Clasquin, Michel Kurtzemann, J-Loup Schleret et Jacques Valentin



⇒ Aux inscrits pour Le Ventoux

Ceux qui seront allés au Stelvio n'auront aucun soucis pour se payer le « géant de Provence ».

Ceux qui ont fait connaissance récemment avec le Grand Colombier, auront encore moins de soucis.

Pour les autres une préparation minimum est conseillée.

Pensez à interroger par téléphone les membres du club qui roulent en dehors des sorties du week-end. Certains sortent le lundi, d'autres le mercredi ou (et) le vendredi après-midi, voire d'autres jours à conditions de s'appeler.

Les rendez-vous vont vite arriver.

Alors pourquoi souffrir sur un vélo ?

Fran6, elle s'appelle Romane... ma petite fille.



Où irons-nous en Juillet et Août 2004 ?

Groupe cyclo du samedi après midi.

Jacques et Jean-Loup vous donnent rendez-vous à 14h30 devant l'école de Dounoux.

Les circuits, qui s'allongent au fil des semaines, ne sont pas programmés à l'avance, voir même, ils peuvent être adaptés en fonction des participants, de la météo ...

Vous qui avez toujours « la tête dans le guidon », relevez-la de temps en temps en participant à cette sortie qui nous rappelle chaque fois que dans *cyclotourisme*, il y a aussi *tourisme*.

A bientôt.

Groupe cyclo du dimanche matin.

Le 4 juillet départ 8h, Hadol – Arches – Jarménil – Cheniménil – Tendon – col de Bonnefontaine par route forestière – le Tholy – le Rain Brice – le Haut du Tot – Crémanvillers – Saint Amé – St Etienne les Rt – Eloyes – Jarménil – Archettes – le Digneul – Grandfaing – Dounoux 92 km

Départ à 9h, les 4 Vents – Etang du Bult – fort des friches – la Curtillotte – Bouzey – Sanchev – Darnieulles – Gorhey – Girancourt – le Void de Girancourt – Naymont – Chapuy Chantré – Buzegney – la Houssière – Hadol – Dounoux 48 km

Le 11 juillet départ 8h, Hadol Haute – Xertigny – la Chapelle aux Bois – Hardémont – la Landre – la gare de Bains – les Censeaux – Aillevillers – St Loup – Bouligney – Cuve – Dampvalley – Bettoncourt – Fontenois la Ville – le Magny – Fontenoy le Château – Bains les Bains – les Voivres – Gremifontaine – Rasey – les Forges d'Uzemain – Uriménil – Dounoux 95km

Départ à 9h, Uriménil – Uzemain – les Forges d'Uzemain – Rasey – Gremifontaine – les Voivres – la Forêt – Hardémont – la Chapelle aux Bois – le Void de la Bure – Côte des marchands – Route de l'ancien zoo – Moyepal – Uriménil – Dounoux 47 km

Le 14 juillet départ 8h, la Racine – Raon aux Bois – col de Raon – Anty – Fallières – direction Remiremont, ancienne route de la Demoiselle – col du pas de l'âne – le Peutet – le Val d'Ajol – Hamanxard – le Girmont – la Vigotte – la Croisette – route de l'étang du Renard – la Demoiselle – la Nolle – Fallières – les Drailles – Hadol – Dounoux 85 km

Départ à 9h, Hadol – la Racine – carrefour des Drailles – Plombières – la Fourrière Lyris – col du Peutet – Olichamp – la Demoiselle – Fallières – col de Raon par Anty – Hadol – Dounoux 56 km

Le 18 juillet départ 7h, une bonne étape avant le Stelvio ! - Arches – Archettes - Eloyes – St Etienne les Rt – Remiremont – Vagney – Planois – la Croix des Moinats – la Bresse - col de Grosse Pierre – Gérardmer – col de Sapois – Remiremont - col de Raon – Raon – Hadol – Dounoux 120 km

Départ à 9h, Hadol – Arches, Archettes – direction Epinal, Uzéfaing (les Papeliers), au carrefour D11, tout droit sur 100 m, puis à gauche sur 250m, et à droite RF direction Deyvillers – Au carrefour N420, tout droit, direction Longchamp – Vaudéville – Sercoeur – Dignonville – Dogneville – le Saut le Cerf – Epinal – St Laurent – Dinozé – Les Vieux Moulins – chemin des Roches – Dounoux 52 km

Le 25 juillet départ 8h, les 4 Vents – Renauvoid - Bouzey par la Bourieure – les Forges – Darnieulles – Fomerey – Gigney – Mazeley – Bouxières aux Bois – St Vallier – Bettegney St Brice – Gugney aux Aulx – Ahéville – Vaubexy – Derbamont – Circourt – Hennecourt – Girancourt – Bouzey – Renauvoid – la Curtillotte – Dounoux 90 km

Départ à 9h, D434 vers Xertigny – Buzegney – D12, la Cense, Xertigny – la Chapelle aux Bois – le Grand Bois – les Voivres – Bains les Bains – Hautmougey – Harsault - Thunimont village – la Forge de Thunimont – Rasey – Uzemain – Uriménil – Dounoux 50 km

Le 1^{er} août départ à 8h, Dounoux – Arches – Archettes – Mossoux – la Baffe – Charmois devant Bruyères – le Roulier – Deycimont – Laval – Champ le Duc – Beauménil – Herpelmont – Jussarupt - Champdray – le Haut du Pré – descente vers le Rain Brice – Rehaupal – laveline du Houx – la Neuveville devant Lépages – le Boulay – Docelles – Archettes – Dounoux 80 km

Départ à 9h, Hadol – la Racine – carrefour des Drailles – Bellefontaine – le Blanc Murger – vallée de la Semouse – la Chaudeau – le Clerjus – Lassus – le Molieu – Xertigny – la Houssière – Hadol – Dounoux 62 km

Le 8 août départ à 8h, Hadol – Xertigny – le Molieu – le Clerjus – les Censeaux – le Lyaumont – les Maingrins – Ruisseau des Ecrevisses (cher à Denis Colin et à d'autres...) – Bouligney – Saint Loup – Corbenay – Fougerolles le Château – Prémourey – la Croisette – l'Hotel Enfoncé – Plombières – les Drailles – Hadol – Dounoux 80 km

Départ à 9h, Uriménil – Naymont – le Void de Girancourt – Girancourt – Gorhey – Hennecourt – Bocquegney, voie cyclable jusqu'à Darnieulles – les Forges – Bouzey – la Curtillotte – les 4 Vents – Dounoux 52 km

Le 15 août départ à 8h, Uriménil – Uzemain – Méloménil – Reblangotte – Charmois l'orgueilleux – le Ménil – Ville sur Illon – les Ableuvenettes – Gelvécourt - Heucheloup – Bainville aux Saules – Frénois – Esley – Senonges – Dombasle devant Darney – Jésonville – Lerrain – Escles, le Void d'Escles – Fleuriot - Charmois l'Orgueilleux – les Forges d'Uzemain - Uriménil – Dounoux 95 km

Départ à 9h, Senade – Rougerupt – Raon Basse – Raon, le Savron – le Pranzieux – Bellefontaine – Xertigny – Amerey – Rasey – D51 route d'Epinal, le Roulon – Safframénil – Uriménil – Dounoux 53 km

Le 22 août départ à 8h, pour quelques bonnes montées avant le Ventoux

Hadol - Arches – Archettes – Jarménil – Docelles – Faucompierre – Houx – Laveline du Houx – Rehaupal – Bonne Fontaine – Le Tholy – le Haut du Tot par Bouvacôte (ça côte) – Crémanvillers - St Amé – Cleurie – col du Singe – tête des cuveaux – Eloyes – Jarménil – Archettes – Arches – Laménil – Grandfaing – Dounoux 90 km

Départ à 9h, Arches – Archettes – Jarménil – Docelles – Tendon – col de Bonne Fontaine – le Tholy – Julienrupt – St Amé – St Etienne les Remiremont – col de Raon – Hadol – Dounoux 66 km

Le 29 août départ à 8h, Uriménil – les Forges d'Uzemain – Rasey – Gremifontaine – les Voivres – Bains les Bains – les Fontenelles – Trémonzey – les Sauniers – la Vierge – Cuve – Bouligney – St loup sur Semouse – Corbenay – Aillevillers – la Chaudeau – les Censeaux - le Clerjus – Lassus – le Molieu - Xertigny – Hadol – Dounoux 90km

Départ à 9h, Uriménil – les Forges d'Uzemain – Charmois l'Orgueilleux – la Fosse, Fleuriot – le Void d'Escles – Maupotel – la Neuve Verrerie Miséricorde – la Haye – la Forge de Thunimont – Rasey – Uzemain – Uriménil – Dounoux 52 km

Fernand

HOP LA, A vous de jouer !

...une bouteille offerte au premier qui me retourne la grille remplie et exacte !

Horizontalement:

1. Apprécié dans les montées.
2. Il roule avec le vent de face – Patrie d'un quintuple vainqueur du Tour.
3. Proches du guidon.
4. Il...son coupe-vent car il avait trop chaud – Groupe de musique pas très poli – l'ancêtre du vélo était grand.
5. On aime ou on n'aime pas mais ça se mange – c'est un do usé.
6. Peut se faire avec une vache mais pas avec un vélo. Il surveille la télé.
7. La chaîne de Philippe l'est souvent.
8. De bonne volonté, certains cyclos le sont parfois – Véhicule Léger.
9. On l'est dans son cuissard en général – Papier paraffiné servant à la photocopie.
10. Se dit d'un cep de vigne greffé – Courageux.
11. Une région que les cyclos souhaitent parcourir à vélo – C'est comme le prénom d'un gars du club, mais c'est en fait du sulfate double de potassium et d'aluminium hydraté, si, si.
12. Les roulettes rendent le vélo ainsi.
13. Prénom divin- forcément d'œil.
14. Note – Quintuple vainqueur du Tour.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										

Verticalement :

- A. Doivent se trouver dans une sacoche de vélo.
- B. Il vaut mieux...les cul-de-poule sinon c'est la gamelle – Doublée et utilisée, elle permet d'éviter la gamelle justement.
- C. Autre nom donné à une gamelle – Se dit en haut d'un col.
- D. Élément (grec) signifiant de « bas en haut » ou « en arrière » - le ciel peut l'être après la pluie – Se dit en bas d'un col.
- E. Le Stelvio en sera un pour nous – De bon, il est de qualité.
- F. Caractérise un cycliste du Groupetto – Caractérise un cycliste qui est derrière le Groupetto.
- G. Francis l'est toujours en haut du Ventoux – Un sigle aux couleurs de la Grenouille.
- H. Ils ont été...par Fabrice et ses soi-disant Faux-de-Verzy – Démonstratif – Jean-Loup a ...DOUNOUX-St-MALO par une galipette de trottoir.
- I. Le banquet et la bonne humeur en sont au CYCLO-DOUNOUX – Les gens du CYCLO en sont quand on les appelle – Cousin d'un con.
- J. Le meilleur moment du vélo.

Joyeux anniversaire !



Au mois de Juillet, bon anniversaire

Doris Germain et Abel Gaillardet le 3, Daniel Desbrosses le 5, Nadine S le 9, Isabelle Perrin le 10, Maryse Ouger le 12, Jacques Valentin le 18 et Marie-Claude Autugelle le 24.

Au mois de Août, bon anniversaire

Alain Troutaud le 10 et Maxime Schleret le 26.

Proverbe de Fernand

En juillet les cerises tu grappilleras
En août le Mont Ventoux tu graviras

La prochaine parution de la Gazette du Cyclo est prévue fin Août.

D'ici là, si vous avez des articles ou des petites annonces à faire passer, n'hésitez pas à nous les transmettre.

Par courrier normal à Nadine ,
Fernand ou Jean Loup ou par courrier électronique à Nadine à :
nadineschmidlin@cario.fr.

Le C.D.R.

Petite annonce

Fernand vend des barres de toit pour Renault 19.
Prix : 15 €
Tél : 03 29 30 86 54 ou 06 08 12 76 35