

La Gazette du CYCLO



Numéro 30 - HIVER 2010

Cyclodounoux.actualités@chez nous

EDITO DU PRESIDENT... EDITO DU PRESIDENT... EDITO DU PRESIDENT... EDITO DU PRESIDENT...



Après une année riche en sorties extérieures, avec départs différés ou organisés par d'autres clubs, chacun(e) a pu trouver de quoi satisfaire ses projets ; merci encore aux organisateurs, à la secrétaire, au trésorier, aux responsables des circuits.

Nos rendez-vous habituels (moules frites, pique-nique, vide grenier) connaissent toujours autant de succès, merci aux responsables de ces activités ; c'est pour moi l'occasion de faire appel à tous (tes), même si les habitués sont toujours présents, il y a place pour vous.

Si notre club est riche de vie dans une ambiance plutôt sympa c'est grâce à la diversité de chacun, c'est parce que nous acceptons de partager, en nous épaulant, en pédalant avec, en respectant chacun, en stimulant et en passant de bons moments ensemble.

Pour l'année qui commence mes souhaits sont d'abord de bonne santé, de réussite dans vos projets personnels et d'optimisme face aux événements parfois bien difficiles.

Pour le club je souhaite que chacun exprime ses désirs ou regrets auprès du comité (un petit message, c'est rapide et efficace), je rêve de voir de nouveaux jeunes membres nous rejoindre (route ou vtt)...

Bonnes fêtes et vive 2010.
François

AG 2009

BILAN - RAPPORTS - HUMOUR - PROJETS - MANIFESTATIONS - HUMOUR - ELECTIONS

Manifestations du club en 2010

06 mars : moules frites - 14 mars : reprise des sorties route du dimanche matin - 20 mars : reprise des sorties route du samedi après-midi - 28 mars : Dounousienne VTT - 25 avril : randonnée de la Vêge - 27 juin : pique-nique du club - 03 octobre : vide grenier - 14 novembre : Assemblée Générale

PROJETS 2010

| | |
|---------|--------------------|
| Avril | L'Italie |
| Mai | Le Lubéron |
| Juin | L'Ardéchoise |
| Juillet | Les Alpes |
| Juillet | Les Vosges du nord |
| Août | SF à Verdun |
| Août | Le Ventoux |
| Octobre | Les Automnales |
| Octobre | Le Maroc en VTT |

Effectifs stables avec 84 adhérents



Cyclo - camping en Corse

Lundi 07 décembre 2009, 15 h 00 : il fait 6°C, une pluie fine tape sur les carreaux. Avec le brouillard on a l'impression que la nuit va bientôt tomber, une journée d'hiver comme il en existe tant dans les Vosges ...

Difficile donc de se concentrer pour rédiger cet article sur notre randonnée en Corse fin août. Le décalage est vraiment trop grand. Je pose mon stylo et direction l'ordi. pour visionner une rafale de photos afin de me remettre dans le bain (au sens propre comme au sens figuré). 15 mn plus tard, l'immersion est réussie, je peux reprendre ma feuille de papier ...



Lundi 17 août 2009, 10 cyclos du club débarquent avec vélos, tentes et familles sur le port de Bastia par une température de 35 °C et sous un ciel d'un bleu magnifique : premiers grands moments de bonheur, on y est après 10 h de route et 4 heures de bateau. Grande satisfaction aussi de croiser les touristes bronzés sur le chemin du retour, pour nous l'aventure ne fait que commencer.

La boucle à partir de Bastia, tracée entre mer et montagne, tantôt le long des côtes, tantôt à l'intérieur des terres, serpente sur 800 km en 8 étapes bien équilibrées mais bien bosselées aussi. Nous évitons le « classique tour de Corse » pour un programme plus personnalisé qui nous conduit dans des régions magnifiques : le Cap corse, la Balagne, le désert des Agriates, le golfe de Porto et celui de Girolata, les gorges du Prunelli et de Spélunca. Le col de Vaccia, les aiguilles de Bavella et tant d'autres régions superbes.

La formule cyclo-camping nous garantit une autonomie complète : déplacements, repas du midi et du soir, nuitées au camping. Seul le transport des tentes et des bagages est assuré par la voiture suiveuse. Une semaine de « nomadisme » où la vie au quotidien sera centrée autour du groupe. Chacun y trouvera vite sa place, sans aucune difficulté. Le soleil présent du début à la fin du séjour facilitera beaucoup de choses.

Les journées seront bien remplies : levée du camp vers 7h30, 100 km de vélo à allure modérée entrecoupés de baignades en eau vive, de pauses casse-croûte et Pietra ou de dégustations de figues violettes. Belles rencontres avec les Corses et leurs cochons, mi-sauvages, mi-domestiques mais toujours prêts à « retourner » nos sacs ou même nos vélos à la recherche de la moindre nourriture.

Arrivée le soir au camping : choix des emplacements, installation des tentes, bonne douche, détente

baignade, préparation du repas et enfin soirée paisible au clair de lune par 25°C avant une bonne nuit.

Notre bonheur aurait été complet sans la déconvenue de l'avant dernier jour avec le vol des vélos d'Alain et Gilles à quelques mètres de nos tentes. La douceur enivrante de la Corse nous aura envoûtés au point d'en oublier les gestes de sécurité les plus élémentaires. Nul doute que la prochaine fois les câbles et cadenas ne resteront pas au fond des valises.

Justement, en parlant de la prochaine fois, un nouveau circuit est à l'étude pour dans quelques années, encore en cyclo-camping. Avis aux amateurs.

Jean-Luc



LES CYCLOS DU SAMEDI AU PAYS DE JEANNE

Le samedi 19 septembre, à la veille de l'automne, le groupe est parti sur les traces de Jeanne d'Arc. Ils ont découverts la Basilique du Bois Chenu, Domrémy la Pucelle, Notre-Dame de Bermont et la Chapelle de Beaugard, lieu du pique-nique. 2 conférenciers sont intervenus, conviés par Jacques Valentin pour exposer 2 thèses de la vie de Jeanne : intéressant et surprenant. Cette année, le groupe du samedi était verni, le soleil était au rendez-vous. Ils ont parcourus 55 km riches en découvertes. JLS

Compte Rendu de l'AG du CODEP le 14 novembre à Neuchâteau

Cette AG a été présidée par Claude BOISSELIER.

Ce soir là, en plus des représentants des clubs vosgiens, nous avons noté la présence de Mr le maire de Neufchâteau, l'adjoint aux Sports à la Ville, le Président de l'Office Municipal des Sports, et Jacques DRAPIER, Conseiller Général.

François BERTIN, Président du Cyclo Club de Neufchâteau nous avait réservé un endroit très chic pour le repas de clôture.

2009 fut l'année du défi pour le Comité Départemental et de ses 12 clubs. Nous avons sur proposition de Marcel DURAND, Moniteur Fédéral, mis en place un « Séjour - Voyages » : Montage du dossier autour de ce projet qui consistait à faire converger des Cyclos de France et de l'Étranger vers la plaine des Vosges. Manifestation réussie, réussie grâce à l'engagement de nombreux clubs dont 7 du Cyclo Dounoux, ce qui a rapporté quelques Euros à notre club.

En 2009 : Les 17 membres élus du Comité des Vosges de Cyclotourisme se sont retrouvés en réunions de travail à EPINAL

(Quartier de la Magdeleine), les 23 janvier, 05 juin et 11 septembre.

Les effectifs vosgiens : 588 licenciés (21 adhérents de plus qu'en 2008), donc c'est bien. Il faut continuer et surtout attirer et fidéliser les jeunes.

« La Sécurité : La Priorité de la FFCT ». Port du gilet de sécurité et port de casque. « Un accident n'arrive jamais par hasard ».

La base VTT a retrouvé un nouvel hébergement au Col du Surceneux.

Le rapport financier 2009 a un résultat excédentaire de 1236,22 € Jean Pierre LEBEDEL, licencié aux Amis de Vélocio, membre du Codep 88, Trésorier de la Ligue et Trésorier du COSFIC (Comité d'Organisation de la Semaine Fédérale Internationale de Cyclotourisme) a parlé de la 72^{ème} Semaine Fédérale qui aura lieu à Verdun du 1^{er} au 8 août 2010. « Nous avons besoin de 500 bénévoles pour accueillir les 9000 à 12000 cyclos. Pour l'instant nous en avons à peine 150! »

VIDE GRENIER



Notre vide grenier est une des dernières manifestations de l'année mais aussi la plus importante.

Sur le pont depuis le petit matin, François, Fabrice, Michel et les autres ont accueilli les 120 exposants (record battu) et le formidable bric-à-brac que cela entraîne.

Les premiers visiteurs ne tardaient pas pour ne pas rater l'occasion de l'année et, durant toute la journée, les fouineurs avertis et les badauds curieux n'ont pas cessé de circuler dans les allées.

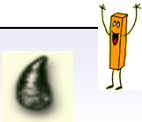
Il flottait comme un air de vacances à Dounoux car

cette année encore, le soleil était au rendez-vous. Les deux barbecues installés cette année ont été très utiles, les saucisses, grillades, sandwiches et frites ont eu beaucoup de succès, nous avons eu les félicitations des clients pour la qualité des produits. Les desserts ont été également très appréciés. Ce fut un « grand cru ».



C'est une grosse journée pour Fabrice et les organisateurs, quelque soit le poste occupé, et le rapport financier est encourageant. Remerciements aussi à tous les donateurs d'objets à vendre sur le stand du club qui, cette année encore, a bien marché.

Que tous les participants à cette édition 2009 soient profondément remerciés.



DOUNOUX EN 2010!



L'année commencera par une réunion du bureau le vendredi 415 janvier avec ensuite la galette des rois, une occasion festive pour se retrouver tous avant le redémarrage, dans 2 mois, de la saison cyclo route.

Puis, lors du premier semestre certains d'entre nous irons en Italie, en Ardèche Mais n'oublions pas de nous mobiliser pour :

Samedi 6 mars : soirée moules frites

Dimanche 28 mars : la Dounousienne VTT

Dimanche 25 avril : la randonnée de la Vôge

Réservez ces 3 dates pour apporter votre aide à la réussite de ces manifestations.



28 mars : La Dounousienne à VTT (G.C. Dounoux)

- 04 avril : Concentration de printemps à Thiaucourt (Ligue de Lorraine)
- 11 avril : Randonnée VTT des Htes Vosges à Fays (A.C.H.V. Fays)
- 17 avril : Finale départementale CNJC VTT (CODEP)
- 18 avril : La Médianimonastérienne à VTT (C.C. Moyennoutier)

25 avril : Randonnée de la Vôge à Dounoux + BCGV (G.C. Dounoux)

- 1^{er} mai : Randonnée VTT des Etangs (Amis de Vélocio Epinal)
- 02 mai : Randonnée Cyclo des Htes Vosges (A.C.H.V Fays) Route
- 08 mai : Brevet Fédéral 100 Km et 150 Km (C.C. Moyennoutier)
- 09 mai : Concentration des Trois Ligues de l'Est (Ligue Alsace)
- 09 mai : Randonnée des Luthiers (C.C. Mirecourt) Route
- 13 mai : Randonnée Jeanne d'Arc à Neufchâteau (C.C. Neufchâteau) Route
- 16 mai : Brevet Fédéral 200 Km (AS PTT Epinal)
- 30 mai : Brevet Randonneurs Mondiaux 400 Km (Amis de Vélocio Epinal)
- 13 juin : Brevet Randonneurs Mondiaux 600 Km (Amis de Vélocio Epinal)
- 27 juin : Randonnée Gringeaude à VTT à Granges sur Vologne (C.C.C.)
- 04 juillet : Randonnée des Lacs à Gérardmer (Gérardmer C.L.) Route
- 11 juillet : Tour de Cap France VTT à Saint Dié (U.C.V)
- Du 1^{er} au 08 août : Semaine fédérale à Verdun (Ligue de Lorraine)
- 05 septembre : Randonnée des Images à Epinal + BCGV (Amis de Vélocio) Route

Histoire des villages – LE VAL D'AJOL

Dont les habitants sont les Ajolais comme nos cyclos Bruno et Marie-Pierre. Situé dans les Vosges Méridionales, le bourg occupe la large vallée de la Combauté qui prend sa source dans la commune voisine du Girmont-Val-d'Ajol et qui est un sous affluent de la Saône. Outre ses 3 640 hectares de forêts, la plus vaste commune du département revendique aussi quatre-vingts lieux-dits et hameaux.

L'histoire remonte au VIII^e siècle : arrivée des premiers habitants, au milieu de forêts et de marécages. En 697 la commune est rattachée à la Lorraine.

Le Val d'Ajol faisait partie du bailliage de Remiremont. Depuis la Révolution, elle a fait partie du canton de Plombières, district, puis arrondissement de Remiremont. Diminuée de la section du ban d'Ajol rattachée à Plombières en l'an VI, elle est augmentée du territoire de la commune d'Hérial en 1832.

En 1869, les sections de Girmont, de Méréille et d'Hérial forment la commune de Girmont-Val-d'Ajol, dont l'autonomie est accordée pour raison religieuse. Tous ces lieux ont été traversés par nos cyclos!

Le Val-d'Ajol a compté plus de 7 000 habitants au milieu du XIX^e siècle et jusqu'au début du XX^e siècle alors qu'aujourd'hui la population est d'environ 4200 habitants.

La célèbre Foire aux andouilles d'origine moyenâgeuse, se déroule traditionnellement chaque troisième lundi du mois de février, cette date ayant été fixée par ordonnance royale de Louis Philippe en 1831.



Parmi les curiosités, citons les cascades du Géhard et de Faymont.

Circuit des Croix : 145 croix répertoriées sur le site dont trois sont classées « historiques ».

Napoléon III est venu à la Feuillée Dorothée, du prénom de celle qui jouait de l'épinette à l'empereur. Notons aussi Dominique Arnould, champion du monde de cyclo-cross en 1993 (à Corva en Italie), vainqueur d'étape sur le Tour de France 1992 à San Sebastian.

Source : Wikipedia
 Voir aussi www.valdajol.fr et www.levaldajol.net

SECURITE

Dépasser une file de véhicules motorisés

Les cyclistes ont le droit de devancer une file de véhicules à moteur par la droite lorsqu'ils disposent d'un espace libre suffisant.

Règle importante : Rester dans le champ visuel des automobilistes, et en particulier des chauffeurs de camion.

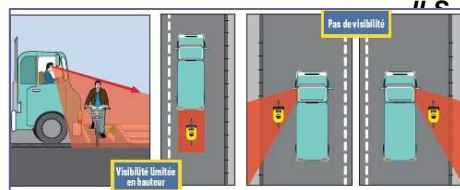
Celui qui se trouve dans l'angle mort du rétroviseur est invisible pour le conducteur et exposé au danger.

Lors d'un arrêt au feu rouge ou aux signaux STOP, se placer derrière et non à côté d'un camion arrêté.

Ne pas dépasser par la droite des véhicules qui ont l'intention d'obliquer à droite.

L'automobiliste risque de ne pas voir le cycliste et lui couper le chemin.

POUR DU CYCLOTOURISME SANS SURPRISE, SOYEZ PRUDENTS !



GIRO DELLA CIOCIARIA IVème édition

Après 2004, 2006, 2008, nous proposons une nouvelle édition du Giro della Ciociaria du samedi 17 avril midi au samedi 24 avril matin.

Notre but est de faire (re)découvrir une Italie rurale et paisible, riche et pittoresque par ses paysages, ses villages, sa gastronomie et son histoire.

Nous serons toujours hébergés à Alvito dans un agriturismo (gîte rural) au cœur d'une vallée à proximité de Cassino entre Rome et Naples. Le pays est fait de collines, plus ou moins escarpées ; nous serons à une petite centaine de kilomètres de la mer, proches de la montagne avec des sommets à plus de 2000 m.

Je proposerai 7 étapes vélo dont des incontournables : virée vers la mer, étape de montagne (avec le col à 1600m), Monte Cassino. Nous parcourrons de 80 à 100 Km par jour en toute quiétude. Beaucoup de souplesse dans le déroulement de la semaine, les parcours peuvent être abrégés ou diversifiés en fonction de chacun.

Des visites émailleront la semaine (Monte Cassino, Trisulti). On prévoit une journée détente (Rome, Tivoli, Pompéi ?).

Notre gîte est un havre de paix en pleine campagne. Malgré un confort sommaire, l'accueil est sans égal et les repas sont copieux. Il a une capacité d'une vingtaine de personnes.

Le coût de la semaine devrait être de l'ordre de 300 € (hors voyage).

Pour plus d'infos, n'hésitez pas à nous contacter au 03.29.32.57.42 ou par mail (sandra.lancia@ac-nancy-metz.fr).

Une réunion aura lieu courant mars 2010 pour mise au point des voyages et du déroulement de la semaine.

Alain et Sandra



LA 72^{ÈME} SEMAINE FÉDÉRALE QUI AURA LIEU À VERDUN DU 1^{ER} AU 8 AOÛT 2010.

Organisée par la Ligue de Lorraine.

La dernière fois en Lorraine c'était en 1977 à Neufchâteau, mais notre club n'existait pas à l'époque. Pendant cette semaine au départ de Verdun à l'endroit le Pré l'Evêque 4 à 6 parcours routes seront proposés chaque jour dans une région différente avec des distances étagées variant de 50 à 180km, sauf le jeudi avec uniquement 58km car c'est la journée pique-nique à Azannes sur le site des vieux métiers. Les parcours sont répartis sur des journées à thème qui sont :

Dimanche 1^{er} août, Le Barrois

Lundi 2 août, la Woëvre

Mardi 3 août, le Pays de Montmédy

Mercredi 4 août, le Val de Meuse

Jeudi 5 août, Pique nique géant <http://www.vieuxmetiers.com/>

Vendredi 6 août, l'Argonne

Samedi 7 août, le Pays Haut

Le dimanche 8 août est réservé à la cérémonie de clôture, une grande fête à travers la ville avec le défilé des cyclos venant de toutes les provinces de France et de l'étranger, certains venant même d'Australie.

Retrouvez tout cela sur le site <http://www.sf2010-verdun.org/>

Comme nous avons un nouveau camion, une sortie du Cyclo Dounoux vous sera proposée soit le dimanche 1^{er} août, le samedi 7 et pourquoi pas un autre jour de la semaine. Compter 2h 30mn pour aller à Verdun, c'est l'occasion rêvée pour ceux qui n'y sont pas encore allés de découvrir ce qu'est une Semaine Fédérale Internationale qui réunit 13 000 personnes. En 2011 ce sera plus loin, à Flers en Basse Normandie.

Aussi le COSFIC (Comité d'Organisation de la Semaine Fédérale Internationale de Cyclotourisme) recrute des bénévoles, la participation des membres de notre club au bénévolat permettra de faire une rentrée d'argent au club, si vous êtes intéressé(e)s, Jean-Loup, Jacques ou Fernand pourront vous renseigner.

Une fiche d'inscription est jointe à cette gazette.

