

opinions déchaînées

juillet 2026



Editorial

Chaque nouvelle édition de notre journal est l'occasion pour moi de revenir sur des événements ou de me projeter.

Je me sens obligé de revenir sur la sécurité dans l'exercice de notre activité cyclo. Je ne peux pas éviter d'évoquer l'accident survenu lors de la sortie du 22 mars blessant quatre de nos collègues dont deux sérieusement.

Leurs témoignages rapportés dans ce journal montrent que les conséquences d'une chute peuvent beaucoup perturber la vie quotidienne. C'est pourquoi, il faut considérer l'événement sans fatalisme.

Certes, l'exercice du vélo est un équilibre instable. Certes, à vélo, on peut tomber. Pour autant, on ne peut s'en contenter sans s'interroger sur les conditions de notre pratique en groupe et identifier, si possible, les circonstances qui ont pu favoriser les chutes.

C'est l'exercice délicat que l'on a tenté de faire lors de la réunion mensuelle du mois d'avril sans chercher de responsables. Ainsi, rouler vite et longtemps engendre de la fatigue chez les plus faibles qui génère une perte de vigilance et donc un risque de chute.

De ce débat ouvert, quelques recommandations sont apparues :

- choisir le groupe qui correspond à sa capacité physique afin d'éviter une fatigue excessive,
- faire en sorte collectivement de provoquer des temps de relâche de l'effort. Les leaders des groupes sont concernés par ce point même si plusieurs d'entre eux sont toujours bienveillants avec les copains cyclos,
- rester vigilant en toutes circonstances.

J'en profite pour adresser mes encouragements aux blessés avec l'espoir de les retrouver au plus vite sur la route.

Le deuxième point de sécurité concerne l'exercice de nos activités cyclo et marche par températures élevées.

Les vagues de chaleur vont se succéder avec le réchauffement climatique et il nous faut adapter notre organisation et nos pratiques.

En attendant un choix du comité directeur qui vous sera soumis lors d'une prochaine réunion mensuelle, j'ai été amené par un premier message à suspendre nos sorties pour être en cohérence avec l'alerte rouge canicule lancée par le Préfet et les recommandations de nos fédérations.

Par un second message, j'ai proposé quelques jours plus tard un aménagement de nos sorties avec un départ avancé à 8h et un retour recommandé avant midi en choisissant, en conséquence, un itinéraire réduit.

C'est probablement une situation que l'on sera amené à rencontrer de nouveau avec la multiplication des épisodes de chaleur.

Pour ce qui est des projections, il y en a une qui s'impose : La Rocheloise du dimanche 6 septembre. Ce sera la 18ème édition de notre manifestation phare. J'invite tous les adhérents à y participer en tant qu'ambassadeurs du club.

La page HelloAsso ouverte est à votre disposition et permet de s'inscrire - randonnées, repas, tombola - et de payer en ligne. Soyez nombreux. Merci d'avance.

Merci aussi aux bénévoles qui, chaque année font de cet événement un succès. En attendant de nous retrouver, bonnes vacances à toutes et tous.

" on ne peut s'en contenter sans s'interroger sur les conditions de notre pratique en groupe et identifier les circonstances qui ont favorisé ces chutes"

Francis Bru

Rapport d'accident du 22 mars

Ce jour-là, dans le groupe 1, les conditions météo sont favorables : sol sec en état correct et vent modéré à droite.

Le groupe venait de doubler le groupe 3, roulait à vive allure et, en arrivant en haut d'un faux plat, il semble que la tête du peloton ait relâché son effort afin que l'arrière puisse recoller. On peut imaginer un effet de tampon : les uns se rapprochant des autres jusqu'à toucher et provoquer la chute de quatre cyclistes.

L'enregistrement de la caméra de JF Mémain montre l'évitement de Philippe qui se dirige vers la gauche de la route afin d'éviter la chute, en pure perte malheureusement.

" la gravité de cet accident nous oblige à travailler sur les consignes de vigilance et de sécurité "

L'enregistrement révèle également le passage d'une voiture en contresens juste avant les chutes. Il est facile d'imaginer qu'elle aurait été la catastrophe si l'accident s'était déroulé deux secondes avant le passage de la voiture. On peut se dire également que, le vent étant à droite - le groupe se développant donc sur la gauche de la route - l'arrivée de la voiture, a eu pour conséquence un second

resserrement venant s'ajouter à celui décrit plus haut.

Conséquences de l'accident, quatre personnes ont chuté :

Jean - François Mémain

Fracture du bassin sans déplacement et fracture de trois côtes, il est conduit aux urgences. Après deux semaines d'hôpital il regagne son domicile. Séances de kiné à domicile et déplacement en déambulateur pour une durée de deux mois. Son vélo a subi des dommages ainsi que son casque qui doit être remplacé. Il a pu reprendre les sorties vélo dans le groupe 3 près de trois mois après l'accident. Il continue sa rééducation avec un kiné encore aujourd'hui.

Eric Franques

Fracture du cotyle sans déplacement, impossibilité de poser le pied, il a risqué une opération délicate à Angers. Trois semaines après, il ne peut toujours pas poser le pied au sol. Les haubans en carbone de son vélo ont été endommagés. Ils ont été réparés. Eric a repris le vélo en solo trois mois après l'accident. Il continue sa rééducation avec un kiné encore aujourd'hui.

Philippe Leboé

Tombé lui aussi, il a subi un choc sérieux au niveau de la tête et de l'épaule. Admis aux urgences, la radio n'a pas montré de fracture au niveau de l'épaule. Une IRM le 23 avril à Rochefort a inspecté la coiffe du rotateur. En outre il s'est plaint de douleurs au niveau des côtes durant plusieurs semaines. Son casque est fendu. Son vélo a été inspecté et seule la patte du dérailleur a été changée.

Alain Rabiller

Il ne semble pas avoir de conséquences physiques sérieuses à sa chute. En revanche le cadre de son vélo est détruit. L'assurance ne semble pas être à la hauteur de la valeur de son vélo. La réparation est en cours. Je n'ai pas encore eu d'échanges avec lui à ce stade.

Ghislaine, en fin de groupe, a évité de justesse la chute en s'arrêtant in extrémis. Elle aurait pu être une cinquième victime !

La gravité de cet accident nous oblige encore à travailler sur les consignes de vigilance et de sécurité surtout dans les groupes 1 et 2, groupes dans lesquels la vitesse est soutenue et où les cyclistes sont très rapprochés lorsqu'il y a un vent latéral.

Daniel Guérin

Accident du 22 mars comment l'ont-ils vécu ?

Tout va bien jusque-là au sein du groupe¹. Nous sommes sur le chemin du retour et roulons à bonne allure.

Léger vent de côté mais pas méchant lorsque nous arrivons en haut du faux plat à proximité des Haies de Virson en venant de Vouhé. Quand soudain, je vois un vélo à terre devant moi au milieu de la route, celui d'Alain Rabiller. Tout va très vite mais j'ai quand même le temps de me dire : là, j'y vais !

Je ne sais pas comment cela va se passer mais ce qui est certain, c'est que je vais tomber. Bien que n'ayant pas perdu connaissance, je ne me souviens pas de ma culbute.

Je suis à terre et je souffre terriblement, je crois que je me relève ou que je veux essayer de me relever mais je comprends rapidement que cela ne va pas être possible.

Les copains, impuissants et choqués, s'affairent autour de moi. Une adhérente du club, médecin, essaie de me rassurer et m'empêche de boire alors que je meurs de soif. J'apprendrai plus tard qu'elle avait raison car il ne faut pas boire avant une éventuelle intervention chirurgicale. Mon fils, visiblement bouleversé, prévient sa mère que je viens de subir un accident.

Puis l'attente des secours. Ils arrivent assez rapidement (mais que le temps paraît long dans ces cas-là !) au bout d'une demie heure à peu près.

À leur arrivée, les pompiers vérifient que je n'ai pas perdu connaissance en me posant plusieurs questions auxquelles je réponds brillamment !

Puis, nouvelle épreuve, il faut qu'ils me soulèvent pour me placer dans une coquille. Ce moment difficile passé, je me sens un peu mieux, je souffre moins d'autant que l'on m'a injecté de la morphine.

Dans l'ambulance, j'apprends que je ne suis pas le seul à être tombé. Il y a Alain (mais ça, je le savais déjà puisque j'avais percuté son vélo à terre) et puis il y a aussi Philippe Leboé et Eric Franques. Je ne connais pas la nature de leurs blessures mais je suis inquiet pour eux.

Le médecin des pompiers me félicite de porter sur moi une fiche avec mes coordonnées, celles de mon médecin traitant, le N° de téléphone de mon épouse ainsi que mon traitement médical lié à l'infarctus subi en 2013.

**" nous devons redoubler
d'attention et de
prudence pour soi et
pour les autres "**

Au bout d'un certain temps (le médecin attend de savoir dans quel hôpital je vais être transféré), j'ai le plaisir de voir débarquer deux gendarmes dont l'un me demande si j'ai bu de l'alcool. Je lui réponds que comme d'habitude, avant de partir pour une sortie à vélo, je picole. Non mais sérieux me demande-t-il ? Malgré ma réponse, je le vois sortir un alcootest.

J'ai beau lui dire que ce qu'il fait est inutile, il faut que je souffle. Et comme j'ai trois côtes cassées (ce que j'ignore à ce moment-là), ce fut un véritable calvaire qui aurait pu avoir de fâcheuses conséquences pour ma santé.

Avec le recul, j'aurais dû refuser, d'autant plus qu'il était possible de procéder à une prise de sang à mon arrivée à l'hôpital. Je me suis quand même fait un petit plaisir en traitant le gendarme de tortionnaire. Procédure m'a-t-il répondu !

Durant le trajet vers l'hôpital, alors que je n'avais aucune vue sur la route, j'étais capable de décrire avec précision, grâce aux obstacles, ralentisseurs, défauts de la chaussée et autres ronds-points, les lieux où nous nous trouvions. Comme quoi, en Aunis, avec la qualité de nos routes, on sait toujours où l'on se trouve !

Je passe les détails de la suite : mes 15 jours passés à l'hôpital entre les mains d'un personnel, dont il est à noter que beaucoup de membres sont d'origine étrangère, extrêmement dévoué. Sans cela, on se demande comment cette institution tellement mise à mal depuis de nombreuses années pourrait encore tenir debout !

Ce que je retiens de cette douloureuse expérience, c'est l'humanité de notre club à travers la vague de sympathie que des membres des Cyclos Rochelais m'ont témoignée, en m'appelant, en m'envoyant des textos, en me rendant visite à l'hôpital ou à mon domicile un peu plus tard. Je sais que le même élan s'est manifesté à l'égard des autres blessés.

Je saisis l'occasion de cet article pour les remercier toutes et tous du fond du cœur et les assurer que leurs attentions m'ont fait énormément de bien.

Quant aux causes de l'accident, je pense que l'on ne les connaîtra jamais vraiment et il n'est pas question de désigner de supposés coupables. Ce qui est sûr, c'est que lorsque nous sommes en groupe sur nos vélos, nous devons redoubler d'attention et de prudence, pour soi mais aussi pour les autres.

Jean-François Mémain

Mes excuses à Alain Rabiller

Je voudrais m'excuser publiquement auprès d'Alain Rabiller que j'ai accusé à tort de ne pas avoir répondu à mon appel téléphonique lorsque j'ai voulu prendre de ses nouvelles suite à la chute du 22 mars.

Persuadé qu'il ne m'avait pas rappelé, je lui en ai fait le reproche lors de la sortie du mardi 7 juillet.

Quelle ne fut pas ma surprise lorsqu'il m'a répondu : « Mais si, je t'ai appelé, on s'est même parlé à deux reprises ».

Désolé, je n'en ai aucun souvenir. Je ne vois pas d'autre cause que les effets de la morphine prise à doses conséquentes à ce moment-là.

Je tenais à faire cette mise au point publiquement.

Jean-François Mémain

Accident du 22 mars, comment l'ont-ils vécu ?

Ce dimanche 22 mars, beau temps, vent faible, groupe 1 d'une vingtaine de cyclos Cedric comme capitaine de route, tout pour faire une bonne sortie...

Sur le retour, grande ligne droite, belle route, vitesse autour de 40km/h dans l'aspiration car dans la deuxième moitié du groupe et aucune difficulté pour suivre. Le groupe est en majorité sur sa voie mise à part un ou deux cyclistes décalés sur la gauche donc obligés de se rabattre par moment. Un vent venant de la droite, des véhicules nous croisent en sens inverse et provoquent des resserrements, une fois où deux, puis patatras, je me retrouve en mode survie, déséquilibré par l'arrière, Je chute lourdement sur la chaussée en rapant genoux et coudes. Au sol j'aperçois Jean-Francois qui, visiblement, est fortement touché. J'essaye de me relever avec difficulté et quelques douleurs. Je patiente un instant à genoux puis je regarde autour de moi en constatant que plusieurs cyclos sont impliqués dans cette chute.

Je cherche mon vélo et me lève difficilement. Jean Marie m'apporte mon vélo qui est bien abîmé : un hauban cisailé et l'autre impacté. Je m'occupe surtout de moi et m'estimant valide, je ne pense qu'à rentrer chez moi et gérer mes blessures avec ma fille qui est infirmière à l'hôpital. Un des cyclos me dit que je pouvais rentrer malgré l'état de mon vélo, une pédale cassée et inopérante en plus des haubans.

Je tente le coup. Je n'ai pas envie de me retrouver embarqué par les pompiers. A chaud, cela semble possible et j'y vais...

Me voyant partir à très petite vitesse pour une bonne dizaine de km, Thomas se propose de m'accompagner et il avait raison, j'accepte volontiers. Je sens que je suis un peu limite dans mon choix !

Thomas me laisse juste avant d'arriver chez moi et je continue seul jusqu'à mon portail et là je constate que je ne peux pas descendre de mon vélo. La douleur est trop forte et il m'est impossible de poser le pied droit au sol. Ma femme va m'aider et aussitôt les béquilles vont être utilisées.

Dans la foulée, douche puis direction les urgences de l'hôpital. La radio ne détecte pas de fracture. Je rentre à la maison avec une ordonnance d'anti-inflammatoires et

" j'aimerais que cet accident soit l'occasion d'une prise de conscience dans la pratique cyclo de chacun "

d'anti-douleurs.

Une semaine dans le canapé sans pouvoir poser le pied par terre. Évidemment, le petit vélo cérébral se met en marche en tentant d'expliquer cette chute, la deuxième pour moi depuis ma pratique de la petite reine. Pourquoi, comment, qui ?

Cette semaine sera très solidaire et communicante. D'ailleurs je remercie tout ceux qui se sont inquiétés de ma personne et surtout de ma santé.

Huit jours plus tard, retour à l'hôpital pour une radio et un scanner. Pas de chance, on me garde après avoir constaté une fracture du cotyle !

Hospitalisé 48h, le temps que l'équipe décide si je devais être opéré à Angers car il y a un robot pour cela.

Verdict IA je pense, fracture non déplacée donc consolidation maison, béquilles pour 6 semaines et kiné ensuite. Maintenant après plus de trois mois, je suis encore en kinésithérapie et la sensibilité du cotyle est toujours présente.

Bilan vélo : réparation cadre 300€, pédale 50€, dévoilage de roues 30€, remise en état par le magasin Cube 200€.

Et c'est reparti, samedi 20 juin pour une première sortie de 50 km. J'y vais molo, seul et sans trop forcer.

Bon maintenant le petit vélo cérébral me dit que j'ai été touché par l'arrière certainement par une roue avant donc par quelqu'un qui a fait un écart ou qui s'est rabattu car empiétant sur la voie contraire au sens de circulation.

En conclusion, je trouve dommage que personne ne se soit déclaré responsable car, sans tiers, il est impossible de faire marcher la responsabilité civile. Je regrette également que, du point de vue humain, le doute persistera en rapport au fautif.

J'aimerais que cet accident soit l'occasion d'une prise de conscience dans la pratique cyclo de chacun. Quelques règles simples, comme ne pas engager ses roues, ne pas rouler sur la voie du sens inverse de circulation, ne pas se faufiler même si on se sent adroit car l'autre peut ne pas l'être, respecter la direction du vent principalement dans les relais, être prudent et concentré.

Un mot sur la vitesse, elle a juste aggravé les blessures et pour moi elle n'a pas été une des causes de l'accident.

Pour finir, j'appréhende un peu le retour en groupe...

Rédigé ce jour 2 juillet.

Eric Franques

Dans ce faux-plat montant, je suis à l'arrière du groupe mené par Cédric et l'allure est rapide. Je confirme que le vent est de trois-quart à droite. Et soudain tout s'écroule devant moi et je tente désespérément d'éviter la chute en me déplaçant sur la gauche de la route. En pure perte car je ne peux éviter un vélo au sol. Je chute lourdement sur la tête, mon casque fendu en fait foi. Je pense avoir perdu connaissance car je reprends mes esprits lorsque les secours sont sur place et je suis surpris qu'ils soient déjà là. Avec Jean-François, nous sommes transportés aux urgences où j'attendrai environ une heure et demie avant de passer une radio de l'épaule.

Lorsque je rends visite à Jean-François à l'hôpital quelques jours après, il me montre l'enregistrement de la vidéo enregistrée par la caméra de son vélo. Deux pensées viennent alors à mon esprit : d'abord une grande déculpabilisation " Je ne suis pas à l'origine de l'accident " et puis la peur rétrospective en voyant cette voiture passer juste avant. J'ai ressenti des douleurs à l'épaule et aux côtes durant six semaines et je n'ai pas eu recours au kiné, sinon quelques mouvements du bras et de l'épaule préconisés suite à une seconde radio à Rochefort.

Côté matériel, avec mon casque, la patte de dérailleurs a dû être remplacée. Si j'ai repris un peu le vélo de ville, je n'ai pas encore rejoint les sorties cyclo, mais cela ne saurait tarder.

Améliorer la sécurité doit être constamment dans notre esprit. Je pense en particulier à bien choisir son groupe et à ne pas se déplacer sur la partie gauche de la route surtout dans les virages sans visibilité.

Philippe Leboé

La Graveloise 2026

Pour la deuxième année consécutive, le Groupe Cyclo Rochelais a donné rendez-vous aux amateurs de randonnées Gravel.

La manifestation est fixée au samedi 25 avril à partir de 14h au P'Arc en Ciel de Périgny

Comme l'année précédente, trois itinéraires sont proposés : 40, 60 et 80 km agrémentés de tronçons chronométrés sur les 60 et 80 km.

Le village La Graveloise est installé comme l'année précédente avec des stands d'exposition de vélos, un robot photo à la disposition des participants, le tout animé par Mathieu, notre spécialiste.

L'affluence est plus faible que celle attendue ; le nombre de participants est de 95. L'analyse conclut à un choix de date inapproprié :

- un samedi après midi du mois d'avril au lieu d'un dimanche matin de juin en 2025,
- des épreuves en concurrence ce même week-end en vendée et à Cognac.

La leçon est tirée, nous reviendrons à un dimanche de juin en 2027.

Pour autant, le bilan est satisfaisant.

Du point de vue des participants, ils confirment une organisation correcte, un accueil de qualité et des itinéraires originaux. Les tronçons chronométrés restent une initiative qui permet aux plus joueurs de s'en donner à cœur joie. La présence forte de bénévoles a contribué à la qualité de la manifestation. Qu'ils en soient remerciés.

Du point de vue du club, un évènement qui prend date, un bilan financier satisfaisant et des partenaires fidèles.

Francis Bru

95

Le village de La Graveloise



La Graveloise 2026 - Galerie de photos





1er prix Vélo Gravel

La Rocheloise 2026

La 18ème édition de notre randonnée annuelle La Rocheloise, épreuve phare de notre calendrier aura lieu le dimanche 6 septembre 2026.

Comme d'habitude, le club propose des itinéraires cyclos, gravel et marche. Il offre également une balade à vélo sur le front de mer à laquelle participera pour la 3ème année consécutive l'association A VELO SANS AGE qui embarque à cette occasion des jeunes adultes en situation de handicap accompagnés de leurs proches. Leurs retours sont tellement satisfaisants qu'on imagine mal renoncer une année à cette initiative.

La Rocheloise est un aussi un moment de convivialité pour tous ceux qui décident de participer au repas sous les arbres qui nous est proposé par Alain et son équipe. La participation large des adhérents du club est souhaitée ; c'est à la fois un moment plaisant et une belle manière d'honorer et de reconnaître les bénévoles du club qui participent à l'élaboration de ce repas.

La Rocheloise a aussi son évènement tombola dont le 1er prix offert, comme d'habitude, par les Cycles Mazerolles est un VELO GRAVEL. La tombola est un élément important en terme de recettes financières pour le club car elle permet de développer les activités dont chaque adhérent profite. L'objectif que le Comité Directeur s'est fixé est de vendre 200 carnets. Cet objectif est facilement atteignable si un plus grand nombre d'adhérents s'implique !

HelloAsso est une plate-forme à la disposition des associations qui permet de simplifier les démarches d'engagement et de paiement en les numérisant.

La Rocheloise dispose d'une page HelloAsso à partir de laquelle chacun d'entre nous peut :

- s'inscrire pour participer à la manifestation en choisissant son itinéraire (engagement gratuit pour les adhérents du club),
- s'inscrire et payer en ligne ses repas,
- payer en ligne ses tickets de tombola s'il souhaite en acheter.

Efficacité et simplicité en suivant ce lien...

<https://www.helloasso.com/associations/cyclo-rochelais/evenements/rochelaise-2026>

Francis Bru

6H de Mervent

13

Ils étaient 13 adhérents du club dont une féminine à se lancer cette année sur les 6h de Mervent, manifestation organisée pour la 2ème année par nos amis "Les Randonneurs Rochelais".

6h à pédaler seul ou en équipe dans le massif de Mervent, ça augure des efforts qu'il faut faire pour gravir les côtes successives que l'itinéraire, concocté par nos amis, propose. Il faut noter que sur une boucle de 22 kilomètres, le dénivelé positif est de 422 mètres. Les initiés apprécieront !

Outre le défi cycliste, nos amis ont pu profiter de l'accueil agréable du club organisateur et du repas sur place proposé aux participants dans une esprit de partage et de convivialité.

Une belle journée rapportée en images pour nos amis cyclos.

Francis Bru



La photo du club

De nombreux adhérents ont répondu à l'invitation pour faire une photo au pied de la tour de La Lanterne un dimanche matin en tenue club. Olivier, un ami de Raymond nous y attendait pour faire les prises de vue et les cadrages nécessaires.

Se retrouver au pied de la tour de La Lanterne était original et symbolique de notre belle ville. En outre, la rampe de mise à l'eau des bateaux de l'école de voile était propice à un rassemblement où chacun de nous serait visible.

Le photographe a pris le soin de cadrer large afin de capter la tour et de cadrer plus serré afin de reconnaître les visages de chacun des présents.

L'objectif est de tirer cette photo sur une grande banderole qui sera déployée lors de chacune de nos manifestations.

Lors de la réunion mensuelle du début du mois de juin, après un court échange, les membres présents ont choisi le cadrage serré.

Francis Bru



De nombreux adhérents du club se sont mobilisés le 19 juin dernier pour accompagner Michel dans son dernier voyage.

Malgré son courage, Michel a succombé à la suite d'une maladie aussi soudaine que destructrice. Pour ceux qui l'ont connu, Michel restera dans nos mémoires comme un camarade courageux et généreux.

Accompagné d'Odile, son épouse, ils ont assuré la logistique de plusieurs de nos séjours vélo. Ils étaient avec leur camion toujours au bon moment et au bon endroit accueillant les cyclos avec des boissons fraîches ; de si bons souvenirs...

Toutes nos pensées vont à Odile.

Merci et adieu Michel.



Les équipements du club ; pas dans les armoires mais sur les vélos !

Depuis quelques temps nous notons que les équipements à nos couleurs sont de moins en moins présents lors de nos sorties. Nous regrettons vraiment de constater que les membres des clubs voisins sont bien plus nombreux que nous à arborer leurs couleurs.

Pourtant, depuis que, dans leur majorité, les adhérents ont choisi notre tenue, combien de fois avons-nous entendu qu'elle était belle, différente et reconnaissable de loin ? Nous savons que, pour certains, cela a été une raison de nous rejoindre.

Le club a fait l'effort financier d'offrir un maillot d'été à tout le monde et de passer sa participation aux équipements à 30%. Ce n'est pas le cas dans tous les clubs.

Une tenue, c'est l'identité d'un club, c'est à cela qu'on le reconnaît au premier coup d'œil. Alors, soyons fiers de montrer nos couleurs et sortons-les de nos armoires !

Le Comité de rédaction

Sortie Huîtres - Ile de Ré



Ce dimanche 12 avril une quarantaine de marcheurs et cyclos se sont donnés rendez-vous au belvédère pour un départ en direction de l'Ile de Ré sous l'air frais du matin et avec un soleil timide.

Les cyclos se sont élancés sur le pont pour deux itinéraires de 61 et 81 km alors que les marcheurs, en co-voiturant, se sont déplacés au départ de leur randonnée au parking de la plage de Gros Jonc.

Le soleil s'est progressivement imposé réchauffant les corps de tous tandis que quatre bénévoles ouvraient les 200 huîtres et préparaient les tartines de rillettes ainsi que les boissons.

Comme chaque année, les cyclos qui arrivaient en deux groupes ont profité avec un grand plaisir du buffet gourmand qui les attendait.

Une quinzaine de courageux se rassemblait autour des marcheurs pour un pique-nique partagé joyeux, tantôt à l'ombre, tantôt sous la pluie et enfin au soleil. Chacun a pu apprécier l'entrée de l'un et le dessert de l'autre et même les grands crus de Bourgogne dont Patrick et Monique ont le secret. Une excellente journée.

Francis Bru

La sortie de Royan

La sortie du jeudi 21 mai à Royan s'est déroulée par un temps magnifique, sans incident, et le parcours dans la forêt de la Coubre nous change de nos paysages plats. Ici il y a de la bosse et le revêtement de la route est parfait !

Guy et moi-même avons fait le petit parcours de 68 km, alors que Daniel, Dominique, Eric, Bernard, Jean Louis, Michel et Marc ont parcouru 102 km.

Nous nous sommes tous retrouvés au restaurant L'Escale pour partager ensemble un déjeuner.

Bilan : très bonne sortie, à renouveler sans modération

Michel Thibault



Meeting d'ouverture à St Palais



Ce 8 mars seulement 13 adhérents se sont décidés à participer au meeting d'ouverture proposé par nos amis de St Palais : 3 marcheurs et 10 cyclos qui n'ont pas craint de se lever tôt un dimanche matin.

Les itinéraires cyclos étaient courts - 40 et 60 km - mais alternant front de mer, forêt et marais. Malgré une brume tenace la première heure, la randonnée s'est terminée au soleil par une température clémente.

Pendant ce temps les trois marcheuses se sont baladées sur le chemin des douaniers impressionnées par les monticules de bois flotté accumulés par la tempête de janvier.



Après l'effort, un repas chez l'emblématique restaurant Chez Bob a réconforté tout le monde.

Martine Blanchier

Séjour au parc régional naturel de la Brenne

40 participants

et

4 invités

du 7 au
13 juin

C'est un beau groupe de près de 40 adhérents, rejoints par quatre amis bourguignons de Pouilly-en-Auxois, qui s'est installé dans le village vacances de Bellebouche.

Un beau site touristique fait de maisonnettes de quatre places au milieu d'espaces arborés et à proximité d'un plan d'eau aménagé et doté d'une piscine chauffée.

Une salle nous est réservée pendant le séjour pour nos réunions animées de fin de journée.

Si l'hébergement n'a posé de problèmes qu'à quelques-uns (panne de frigo, eau chaude...), la restauration, en revanche, a déçu tout le groupe faute de personnel suffisant et d'approvisionnements réguliers. Ainsi, tant au petit déjeuner qu'au dîner, on a subi des manques.

Quant au pique-nique, identique du premier au dernier jour, il ne laissera de souvenirs plaisants à personne.

Sur le plan sportif, les cyclos ont profité des beaux itinéraires préparés par Michel. Ils ont eu, chaque jour, le choix de deux parcours plus ou moins longs.

Les itinéraires des premiers jours, longeant les plans d'eau et les secteurs boisés du parc naturel, sont plats et sans difficulté.

Les circuits des deux derniers jours, soit au nord en direction de Valencay ou au sud en direction d'Argenton-sur-Creuse, proposent de beaux reliefs dont certains se souviendront.

Quant aux marcheurs, la semaine a été moins intense physiquement mais ils ont su profiter de la nature et des sites environnants. Dans la jolie ville d'Argenton sur Creuse ils ont volontiers délaissé les sandwiches du pique-nique en s'installant à une terrasse en cœur de ville.

La journée du mercredi est toujours consacrée à un temps de repos pour les sportifs et à un temps de tourisme pour tous. Au programme, la visite du château d'Azay-le-Feron. Ce château d'habitation légué par la famille à la ville de Tours est proposé à la visite avec ses meubles d'époque et ses installations techniques toujours en avance sur son temps - eau potable courante, chauffage central, glacière, ... La fin de la journée est consacrée à la visite du village pittoresque d'Angles sur l'Anglin.

Sur le plan de la convivialité, on reste les champions avec chaque soir l'apéritif collectif, les repas animés, les parties de palets et de pétanque qui ont attiré la foule des spectateurs tard sous les lampadaires.

Cette année, le groupe s'est livré à un concours de photos insolites ; une autre manière inspirante d'apprécier l'environnement, les situations auxquelles plusieurs d'entre nous ont participé sans retenue...

Une belle ambiance joyeuse que l'on recherche et que l'on retrouve à chaque séjour. Une bonne raison d'y revenir !

Francis Bru



Séjour au parc régional de la Brenne : galerie photos



Cette initiative heureuse du collectif marche s'est déroulée le samedi 21 mars avec un rassemblement avant le départ à proximité des Ets Bideau, ostréiculteur à Marsilly et depuis de nombreuses années fournisseur du Groupe Cyclo Rochelais.

Une vingtaine de candidats est présente pour une randonnée accessible à tous puisque deux itinéraires de longueurs différentes sont proposés.

Une petite protection est nécessaire pour se protéger du vent frais du matin mais l'effort sur le front de mer et dans les marais fait perler quelques gouttes de sueur sur les visages.

Pendant ce temps, aidés par quelques volontaires, Alain prépare l'accueil des marcheurs : au menu, huîtres fraîches tirées des bassins à proximité accompagnées de tartines garnies...un régal pour les gourmands !

Ils seront nombreux à profiter de ce temps de dégustation et d'échanger joyeusement autour d'un verre d'amitié. Un temps convivial comme on les aime et que le collectif des marcheurs a décidé de pérenniser. A l'année prochaine donc au même endroit.

Francis Bru

Marche dégustation de Marsilly



Marche gourmande du 28 juin

La marche gourmande est une randonnée à la journée qui clôture le premier semestre d'activité de la section marche.

27 candidats inscrits et 25 présents pour cette journée que le collectif a organisée au bord du Lac de Frace à Aigrefeuille d'Aunis.

Afin de répondre au mieux à toutes les attentes, deux itinéraires de 6 et 12km sont proposés autour du lac.

Dès 8h30, les deux groupes s'élancent tandis qu'Alain et son équipe repèrent le lieu idéal pour dresser les tables du pique-nique et préparer l'apéritif et le repas froid qui seront partagés en milieu de journée.

La préparation des agapes est joyeuse. Comme d'habitude, les plaisanteries fusent et les rires éclatent. L'ambiance est déjà excellente.

A leur retour, les marcheurs sont fourbus et heureux d'arriver, le soleil mordant de fin de matinée commençant à faire ses effets. Ils sont satisfaits d'apprécier les boissons fraîches et l'apéritif sous l'ombrage des grands arbres du parc.

Mousse, notre mascotte attend avec impatience sans jamais se lasser que l'un d'entre nous lance un bâton à rapporter !

Le repas se prolonge à loisirs au gré des conversations et le groupe se sépare en milieu d'après midi.

Martine Blanchier

