

opinions déchainées

juillet 2024



Editorial

Pour la première fois, j'écris dans notre journal en tant que président. C'est beaucoup d'émotions. C'est aussi un grand honneur que mes collègues du Comité Directeur m'ont fait en soutenant à l'unanimité ma candidature. C'est encore un sentiment de responsabilité qui me traverse au moment où je reçois de Jean-François ce flambeau vieux de près de 100 ans et pourtant tellement dynamique.

Je voudrais tout d'abord remercier Jean-François :

- pour les quinze années passées au service du club et de ses adhérents en tant que secrétaire d'abord puis président ensuite,
- pour sa manière d'être président, attentif aux autres, favorisant le travail collectif et la délégation ce qui suppose a priori la confiance, s'attachant sans cesse à mettre en valeur nos couleurs,
- pour me passer le relais à la présidence d'un club dynamique, repéré dans le paysage rochelais, en bonne santé financière et surtout avec des adhérents fidèles et impliqués.

Dans cette édition d'Opinions Déchainées, vous pourrez découvrir ce qui fait la vie de notre club et quelques fois le fil rouge de nos activités.

**" c'est sous les
meilleures auspices
que démarre mon
mandat "**

Didier et Patrick, nouveaux membres du Comité Directeur vous informeront régulièrement des précautions à prendre et des conseils à suivre pour s'amuser ensemble sans se blesser ni prendre de risques sur la route.

La pédalée blanche est un dossier difficile et sérieux qui s'est ouvert dans la difficulté et qui doit se poursuivre. Notre club en est à l'origine, il va continuer à le porter. Jean-François a manifesté son désir d'y rester impliqué et je l'accepte bien volontiers. Nous ne serons pas trop de deux pour avancer face à des infidélités et des aveuglements.

Outre les sorties en semaine, sous la houlette de Bernard, des sorties ponctuelles et des séjours sont proposés. Vous lirez dans les pages suivantes la satisfaction des participants à emprunter des parcours plaisants sur l'île d'Oléron ou sur la côte en direction de Royan. Vous lirez le plaisir partagé des participants au séjour en Pays basque où le sport, le tourisme et la convivialité rivalisent.

La Rocheloise comme chaque année à cette époque de l'année est à l'honneur dans notre journal. C'est la manifestation phare de notre club à laquelle participent nos collègues des autres clubs et le grand public. Son succès est garanti par l'implication de chacun d'entre vous en tant que bénévole mais aussi en tant que participant aux randonnées cyclo, Gravel et marche proposées.

Le succès financier de La Rocheloise dépend aussi, vous le savez, de la réussite de la tombola. Vous pouvez y contribuer. Faites-le. Cela favorisera le fonctionnement quotidien du club à votre service.

C'est sous les meilleures auspices donc que démarre mon mandat.

Honneur, responsabilité certes mais aussi enthousiasme et confiance parce que je suis bien entouré par les membres du Comité Directeur compétents et volontaires et aussi parce que je sais pouvoir compter sur votre fidélité, votre implication pour notre club et votre amitié.



Francis Bru

Soutenir le bénévolat

Au moment où je quitte mes responsabilités, je veux insister sur l'importance du bénévolat sans lequel aucune association ne peut exister.

Au fil de mes rencontres, j'ai entendu de très nombreux responsables associatifs se plaindre des difficultés à attirer de nouveaux bénévoles.

Pour ma part, je suis heureux de n'avoir jamais ressenti ce phénomène, au contraire.

Le meilleur exemple de cela est peut-être d'avoir pu, après la période trouble de la fin de l'année 2023, reconstituer très rapidement une équipe qui a accepté de relever le défi de la continuité du club.

Je pense que cela ne doit rien au hasard : C'est la conséquence d'une conception de la vie de notre association dont les responsables se montrent en toutes occasions à l'écoute des adhérents et à leur service.

Je l'ai souligné à plusieurs reprises ; Il est rare qu'une association organise des assemblées tous les deux mois et que plus du tiers de ses adhérents y participe !

" tout le monde loue le rôle essentiel du bénévolat en matière de lien social dans un pays qui se fracture "

La plupart du temps, les adhérents sont invités à l'assemblée générale annuelle et le reste de l'année, c'est le Conseil d'Administration qui décide de tout.

Au " Groupe Cyclo Rochelais ", nous avons fait un autre choix : Celui de faire vivre notre club de la manière la plus démocratique possible en associant le plus grand nombre d'adhérents aux décisions.

Le fonctionnement en collectifs de travail ou encore l'élection des membres du Conseil d'Administration à bulletin secret témoignent de

cette volonté.

En revanche, comme d'autres associations, nous sommes impactés par trois phénomènes : la faiblesse du nombre de femmes et de jeunes et le vieillissement des effectifs.

Cela a évidemment des conséquences sur les postes de responsabilités : seule une femme siège au Comité Directeur qui, à l'exception du trésorier, est essentiellement composé de retraités !

Lorsque l'on travaille, que l'on a une vie familiale avec des enfants sans oublier le temps à consacrer aux loisirs, ce n'est pas simple d'assumer des responsabilités associatives.

Au niveau national, il a été longtemps question de mettre en place un statut du bénévole qui aurait eu vocation à faciliter l'accès aux responsabilités pour les personnes qui exercent une activité professionnelle.

Malheureusement, celui-ci n'a jamais vu le jour.

Alors oui, vanter les mérites du bénévolat, c'est très sympathique et valorisant mais que fait-on pour l'encourager vraiment ?

Notre pays compte 1,3 millions d'associations qui réunissent plus de 21 millions d'adhérents dont 16 dans des structures non employeuses c'est-à-dire dont l'existence repose uniquement sur le bénévolat !

Tout le monde loue le rôle essentiel du bénévolat en matière de lien social dans un pays qui, par ailleurs, se fracture de plus en plus.

Et pourtant, les subventions se réduisent comme peau de chagrin, les tourments administratifs se multiplient et les responsabilités juridiques qui pèsent sur les Présidentes et Présidents d'associations ne cessent de croître !

Il serait temps que les pouvoirs publics, à tous les niveaux, assument leurs responsabilités à l'égard des associations qui jouent un rôle primordial pour la cohésion du pays.

Jean-François Mémain



Alain aux fourneaux



Inscription à la Rocheloise 2023

La Pédalée blanche, quelle suite ?

Le 7 février dernier, pour la 3ème fois en deux ans, notre groupe Cyclistes 17 était reçu par une délégation du Conseil Départemental sur la question de la sécurité des cyclistes en Charente-Maritime.

Suite à cette rencontre, les clubs et comités départementaux composant le groupe Cyclistes 17 se sont réunis le 27 mars pour faire le point des propositions que le Conseil Départemental nous présentées le 7 février.

Pour les onze représentants d'associations présents ce jour-là, c'est la déception et le sentiment d'être méprisés qui prévalaient.

« Nous avons été entendus mais pas écoutés », voilà ce qui est revenu à plusieurs reprises au cours de la discussion.

Les propositions du Conseil Départemental sont en effet très éloignées de nos attentes et de ce qu'il conviendrait de faire pour améliorer la sécurité des cyclistes sur les routes de notre département.

Il apparait clairement que le Conseil Départemental n'a pas du tout pris la mesure du problème auquel nous sommes confrontés et auquel lui-même doit faire face car ce sont sur ses routes que les cyclistes se font tuer !

Pourtant, lors de notre première réunion le 10 novembre 2021, suite à notre manifestation " Pédalée Blanche ", les mêmes élus avaient proposé d'installer une centaine de panneaux " Rappel de la distance d'1,50m " sur les routes de Charente-Maritime.

Près de deux ans et demi plus tard et après trois réunions, ce sont 30 panneaux et un budget dérisoire de 10000€ qui nous sont proposés ! Cela, alors que nous estimons que ce sont 300 à 350 panneaux qu'il faudrait mettre en place pour que cette opération soit visible et efficace.

Au rythme annuel de 30 panneaux, il faudrait donc 12 à 13 années pour atteindre ce nombre.

Et d'ici là, combien de cyclistes tués sur nos routes ?

De plus, la mise en place de ces panneaux ne s'accompagnerait d'aucune campagne publique contrairement à ce qu'a fait, par exemple, le département voisin de la Charente.



Le deuxième point concernait la conception du panneau.

Nous ne sommes pas d'accord avec celui qui nous a été présenté le 7 février. Nous tenons à ce que celui-ci dispose d'un fond bleu qui a un caractère d'obligation, qu'apparaissent plusieurs cyclistes car nous roulons en groupes et que la mention " Rappel " figure afin que chacun comprenne bien que cette disposition du code de la route s'applique sur l'ensemble des routes.

Monsieur Vitel, Président de la commission nationale de sécurité de la FFVélo nous a fait parvenir un courrier qui nous conforte dans nos exigences.

Enfin, nous sommes en désaccord avec la décision du Conseil Départemental d'installer les panneaux quasiment exclusivement sur les routes entre 0 et 1000 véhicules/jour et d'exclure toutes celles qui dépassent 2000 véhicules/jour.

A l'issue de la réunion, il m'a été demandé de rédiger un projet de compte-rendu de notre réunion ainsi qu'un projet de

courrier destiné au Conseil Départemental.

Bien que ces deux projets de fermeté à l'égard du Conseil Départemental aient été largement approuvés par une majorité des participants à la réunion, c'est un courrier au contenu totalement édulcoré qui a été finalement envoyé sur la base d'un vote pour le moins douteux sur la forme et sur le fond.

Cette situation a provoqué le retrait immédiat du groupe Cyclistes 17 des clubs des Gentlemen d'Aunis, de Dompierre sur Mer ainsi que de la vélo Ecole Tandamis.

Pour les mêmes raisons, le Comité Directeur de notre club, lors de sa réunion du 23 mai, a décidé de se retirer du groupe.

Nous regrettons d'avoir été contraints de prendre une telle décision due au manque de démocratie que font régner certains dans ce groupe et notamment les principaux responsables du Codep 17.

Nous le regrettons d'autant plus que notre club est à l'origine de l'action " Pédalée Blanche " et qu'il a beaucoup œuvré pour maintenir l'unité du Groupe Cyclistes 17.

Nous allons réfléchir aux nouvelles formes que pourrait prendre la poursuite de notre action qui a mis en lumière la nécessité que les pouvoirs publics, Conseil Départemental en tête, s'attaquent réellement à la sécurité des cyclistes.

Jean-François Mémain

Sortie Mervent le 28 mars

Dix participants pour une sortie à Mervent à partir de l'Île d'Elle avec une météo peu encourageante car il a plu le matin.

Au fil des heures, le temps s'est amélioré pour nous offrir une sortie un peu fraîche mais sympa.

Les amateurs de côtes, d'habitude si frustrés sur les routes de notre plate Aunis, ont pu s'en donner à cœur joie.



Sortie île d'Oléron le 23 avril

Après une belle première expérience en 2023, nous avons programmé une nouvelle balade sur l'Île d'Oléron.

Quatorze cyclos s'étaient donné rendez-vous sur le parking de Rompsay pour rejoindre Soubise en voiture d'où ils sont partis à vélo pour un périple d'environ 130 km à la découverte d'une île que nous n'avons pas souvent l'occasion de visiter.

Sur le chemin du retour, vers 13h, nous avons partagé le repas à La Cayenne à Marennes. Comme d'habitude nous avons été accueillis chaleureusement par le restaurant l'Escale qui commence à nous être familier puisque cela fait trois ans que nous nous y arrêtons.

A signaler que la directrice de l'établissement a accepté de devenir partenaire du club en nous offrant des repas pour notre tombola de La Rocheloise.

Nous avons passé une belle journée sur un beau circuit. Cependant, la longueur du circuit ne nous a pas permis de visiter l'île comme nous l'aurions souhaité. Aussi, pour la prochaine édition en 2025, nous allons réfléchir à la possibilité de raccourcir la distance, en partant du pied du pont par exemple.

Sortie Royan le 2 mai

Ce fut un succès car nous étions 17 pour partager une belle journée sur un beau circuit qui traverse la forêt de La Coubre.

Des sacrés "coups de cul" dans lesquels certains se sont sentis plus ou moins à l'aise... Puis nous avons emprunté une partie de la piste cyclable qui longe la magnifique côte en lisière de forêt.

A cette occasion, nous avons pu mesurer les conséquences du travail de sappe de l'océan qui oblige les cyclistes à mettre pied à terre en certains endroits car la piste a été emportée par les flots.

Malheureusement, cette journée fut entachée par la chute de Daniel Guérin qui, dans l'incapacité totale de remonter sur son vélo, a dû être accompagné à l'hôpital de La Rochelle.

Merci à Marc Nottebart et son épouse qui ont ramené Daniel et son vélo à Soubise et à Eric Boissard et Eric Massicard qui ont pris le relai en direction de La Rochelle.

Bernard Pignoux



Séjour au Pays basque



Ce séjour au Pays basque s'est déroulé du 26 mai au 2 juin et nous étions hébergés au centre de vacances Azuréva d'Anglet.

Nous étions 33 participants pour l'ensemble de la semaine. Trois autres membres du club en vacances dans le secteur se sont joints à nous pour une journée ou deux.

Tous les jours, des circuits différents étaient proposés, avec un grand et un plus petit parcours. Dur le Pays Basque avec ses montées et ses descentes qui annoncent à chaque fois une nouvelle montée ! Des bonnes côtes, certes pas très longues, mais avec des pentes frisant souvent les 15% ! Pas facile pour tout le monde !

Félicitations à Cosette qui n'a presque pas mis pied à terre, ce qui constitue une vraie performance pour une première.

Tout le monde s'est attendu pour rester groupé, que ce soit sur le grand ou le petit circuit.

La météo, pas toujours clémente au Pays Basque, nous a relativement épargnés, excepté le jour de repos du jeudi où nous avons subi une bonne pluie le matin avant que le ciel ne se dégage l'après-midi.

La plupart d'entre nous en a profité pour se rendre au village espagnol d'Hondarribia - connu pour ses nombreux restaurants à Tapas - que nous avons rejoint en bateau au départ d'Hendaye.

Tout au long du séjour, les cyclos ont été accompagnés par Pierrot Dupin qui a été aux petits soins avec eux. Toujours à l'écoute des besoins des cyclos et cela avec la gentillesse et la bonne humeur qui le caractérisent. Un grand merci à lui.

Mais il n'y avait pas que des cyclos lors de ce séjour, il y avait aussi des marcheuses et des marcheurs. C'est Geneviève Blandineau qui avait la charge d'élaborer les parcours dans une région, qu'avec Michel, ils connaissent bien pour s'y rendre régulièrement.

Chaque soir, avant l'apéro, Geneviève revenait sur le déroulement de la journée et divulguait le programme du lendemain.

Au dire des participants, tout le monde était satisfait de la manière dont les journées se sont passées dont certaines avec la participation d'un animateur d'Azuréva.

Au retour du séjour, s'est tenue une réunion de débriefing le jeudi 13 juin à La Rochelle. L'exiguïté des chambres a été le seul point noir souligné. Engagement a été pris d'être plus attentif à l'avenir à cet aspect. La réunion s'est terminée dans la bonne humeur autour d'une table constituée de victuailles apportées par les participants.

Bernard Pignoux

La marche gourmande du 23 juin

Un groupe de 24 adhérents a convenu de se retrouver pour la marche gourmande organisée par nos amis marcheurs le dimanche 23 juin.

Pour ce qui concerne la marche, Alain Ferrand a proposé une déambulation sur la ville de Rochefort en passant par les plus beaux sites de la ville.

Au départ du charmant port de plaisance, en longeant la rivière Charente, le groupe a pu admirer la Corderie Royale, traverser le parc, rejoindre les bassins de radoub et rallier le pont transbordeur. Le retour s'est fait à travers le cœur de ville, la place Colbert et l'hôpital de la marine, les thermes avant un retour au port. Un total de 8 km de promenade accessible à tous.

Pour ce qui concerne la gourmandise, comme d'habitude, les amis ont mis du cœur à l'ouvrage. D'abord dans la préparation, la veille, de la "rougaille" promise par Alain et ses acolytes, puis dans la consommation des nombreuses gourmandises préparées par les uns et les autres dans l'esprit de partage qui maintenant nous est coutumier. De l'apéro au dessert, chacun y a trouvé son goût !

Tout cela s'est réalisé dans le cadre champêtre de la maison d'enfance de Jean-François sur la commune de Tonnay Charente qui a proposé d'y accueillir le groupe. Merci à lui pour son initiative heureuse et sa famille pour son accueil.

Francis Bru



La Rocheloise 2024

Comme je l'ai relaté lors de l'assemblée du 4 avril, et ayant accepté d'être le coordinateur de la Rocheloise, j'ai mieux mesuré l'ampleur de la tâche en voyant le dossier de la Rocheloise.

Lors des premières réunions, j'ai constaté avec plaisir que je rencontrais une équipe sympathique, motivée et déterminée à la réussite de cet événement majeur de notre club. Et merci à Raymond Fédieu qui reste mon grand soutien.

Nous allons mettre en place, un accueil avec en plus un point de contact spécifique pour ceux qui se sont inscrits sur internet et ont payé par ce même canal.

D'autre part il y aura la possibilité de payer son inscription par carte bancaire sur place. Nous pouvons remercier Léa et Alexandre pour ces nouveautés.

Je rappelle, surtout pour les nouveaux, que l'inscription est gratuite pour les adhérents du club. Seul le repas, concocté par Alain Ferrand et son équipe, est payant (seulement 20 €). On vous espère nombreux à ce repas très convivial.

Les parcours route proposés par Michel Thibault sont validés, ainsi que le parcours gravel proposé par Michel Hachin. Le parcours marche défini par Martine Blanchier relie les jardins rochelais sur une douzaine de kilomètres.

Par ailleurs, comme l'a souligné Gérard Blanchier lors de la réunion mensuelle du mois d'avril, nous mettons en place comme tous les ans une tombola. C'est un levier important pour les finances de notre club.

Pour rappel, cela permet de prendre en charge les frais d'inscription des adhérents aux manifestations inscrites au calendrier, de remettre un maillot d'été aux nouveaux arrivants, d'offrir un pot d'amitié après nos assemblées, de se réunir au canal de Rompsay pour un apéritif et aussi de déguster des huîtres lors de la sortie sur l'île de Ré.

Pour conserver toute cette convivialité qui est la marque de fabrique de notre club, nous comptons beaucoup sur vous pour vendre des carnets de tombola à votre famille, amis, voisins etc... Il faut juste oser. Alors osons pour notre club.

Si vous avez besoin de carnets supplémentaires, nous serons ravis de vous en fournir.

Didier Bodin



A vélo sans âge

Pour la 2ème année consécutive, A VELO SANS AGE participe à la Rocheloise en baladant sur l'itinéraire touristique des personnes à mobilité réduite.

Cette année, des enfants accompagnés de leurs parents et amis pourront participer à la randonnée comme des valides.

Les trois triporteurs et un vélo pour personne à mobilité réduite prêtés par un bénévole seront mobilisés. Cinq pilotes seront présents attentionnés et attentifs à une entrée en relation positive avec les personnes transportées.

Outre, les enfants, l'association aura le privilège de transporter Simone. Déjà présente l'an dernier, Simone est volontaire pour y revenir : un détail, elle fêtera ses 100 ans en 2024.

Francis Bru



A vélo sans âge à la Rocheloise

Un outillage bien utile

Lors de la sortie Royan du 2 mai, en pleine côte de la forêt de la Coubre, mon pédalier s'est bloqué brutalement. La raison : une agrafe de la chaîne - qui avait été changée quelques jours avant - s'est ouverte et est venue se planter dans la fourchette du sélecteur de plateau.

Que faire ? Impossible de redresser l'agrafe. Reste à dire adieu au groupe et appeler une amie habitant à proximité (St. Palais). Et attendre !

Sauf que, un quart d'heure plus tard, je vois arriver Michel Hachin et quelques autres venir me dépanner. Comment ? Merci à Michel qui a sur lui un petit dérive-chaîne et des agrafes de rechange et ainsi pu me dépanner. Pas simple mais opération réussie.

Je retrouve un km plus loin le reste du groupe qui attend depuis longtemps... et mon amie qui s'est déplacée pour rien. Ou presque.

L'ironie du sort a fait que, bien plus tard, à 500 m de l'arrivée au restaurant de La Cayenne, je chutais gravement et ne pouvais poursuivre.

Merci à Marc et sa femme qui m'ont rapatrié à Soubise.



Michel en action

Daniel Guérin

Petite pathologie du cycliste

Trouble rencontré exclusivement lors de la pratique du cyclisme, le feu plantaire est une pathologie bénigne, souvent méconnue mais invalidante. Elle tire son nom du ressenti du sportif, avec des signes d'intensité variable, obligeant parfois à l'arrêt. La symptomatologie associe une sensation de chaleur majeure au niveau du pied avec parfois un engourdissement et une sensation de gonflement. Ce trouble est essentiellement vasculaire au niveau des capillaires et du réseau veineux plantaire. L'examen clinique du pied est normal en dehors de la phase aigue.

Facteurs favorisants :

La position statique prolongée penchée en avant du tronc sur le vélo avec flexion de la hanche gênant le retour de la circulation veineuse, entraînant la stagnation du sang dans les jambes et les pieds.

L'absence de contraction musculaire des pieds et du mollet favorisant le retour veineux (pompe musculaire).

L'effort musculaire important du cycliste est responsable d'une production de chaleur avec augmentation de la température centrale.

L'excès pondéral du cycliste de loisir augmente la pression abdominale et gêne le retour veineux.

L'usage de cuissard trop serré.

Les matériaux utilisés dans les chaussures comme le carbone à fort coefficient thermique.

Une forte température extérieure $> 34^{\circ}$ avec réflexion de la chaleur du bitume sur les pieds.

Certaines chaussures " cambrées " engorgent davantage l'avant pied et diminuent le travail des muscles du mollet.

Un serrage trop important des systèmes de fermeture des chaussures.

Tous ces facteurs cumulés nuisent à la thermolyse et expliquent le ressenti du cycliste.

Prise en charge

Beaucoup de petits moyens sont mis en place au début mais sont peu efficaces à long terme : arrosage des pieds à l'eau glacée, utilisation de spray ou de gel cryogénique, retrait des chaussures afin de faire quelques pas.

Les mesures les plus efficaces semblent être :

- la diminution de l'antéflexion du tronc par baisse de la hauteur de selle et/ou relevage du cintre,

- la diminution de la longueur des manivelles afin de limiter la flexion de la hanche,

- l'utilisation de socquettes de contention en coton (éviter le nylon, les bas jarrets de contention sont interdits en compétition),

- le port de chaussures de couleur claire, bien ventilées pas trop serrées.

Le traitement de choix semble être les semelles orthopédiques thermoformées, moulées dans la chaussure de vélo car elles augmentent la surface portante et stimulent la voute plantaire, favorisant ainsi le drainage vasculaire du pied.

La poignée hollandaise

L'Union européenne veut rendre obligatoire la pratique de la " poignée hollandaise ".

L'objectif est de rendre la route plus sûre, et ce pour tous les usagers, qu'il s'agisse des automobilistes, mais également des plus fragiles comme les piétons ou encore les cyclistes. En effet, ces derniers paient généralement un très lourd tribut lorsqu'il s'agit de mortalité routière, alors que les accidents les impliquant sont de plus en plus nombreux. Cependant, il existe des moyens de leur rendre la vie plus simple, et surtout moins dangereuse, dont une méthode qui a fait ses preuves et qui est notamment utilisée aux Pays-Bas depuis de nombreuses années.

Il s'agit de la " poignée hollandaise ", qui consiste tout simplement à ouvrir la portière de sa voiture avec la main opposée. Une position du corps qui permet de vérifier si un vélo arrive à ce moment-là, et donc d'éviter de le percuter avec sa porte.

Si cette méthode est déjà apprise lors du passage du permis de conduire dans certains pays, ce n'est pas une généralité. Mais l'Union européenne voudrait l'étendre au Code de la route des pays européens. Ainsi, cette manœuvre serait apprise lors de l'apprentissage de la conduite et deviendrait obligatoire.

Reste à savoir si la France acceptera de suivre cette recommandation de l'UE dans les prochaines années pour les apprentis conducteurs.

Patrick Garnier



Adopter un radar

Vous l'avez certainement vu sur certains de nos amis Cyclos Rochelais. Sur les compteurs vélo ou les montres compatibles, le radar Varia va indiquer au cycliste le ou les véhicules qui approchent par l'arrière. Dans de bonnes conditions (route rectiligne, sans obstacles) le radar peut détecter les véhicules jusqu'à 140m. Lorsqu'un véhicule approche, l'appareil couplé (compteur, montre, afficheur Varia ou encore appli mobile) affichera sa progression dans une barre sur le côté de l'écran. De plus, lorsqu'un véhicule est détecté à l'arrière, une alerte sonore avertit également le cycliste.

L'éclairage lui-même du feu varie lorsqu'un véhicule approche. Le clignotement devient plus rapide ou l'intensité lumineuse varie en fonction du mode choisi. Cela montre bien au conducteur en approche qu'il a été détecté par le feu du vélo. Lorsque tous les véhicules sont passés, l'affichage du compteur passe brièvement au vert puis la barre latérale disparaît.

Un feu arrière standard

Bien entendu, en plus d'être un radar, le RTL515 est aussi un feu arrière de vélo, et il peut tout à fait être utilisé même non connecté à aucun appareil. Dans ce cas, il agit tout simplement comme un feu standard.

Grâce à deux ouvertures latérales, le feu est également bien visible sur les côtés, augmentant d'autant son efficacité.

A titre personnel, je trouve que ce feu radar augmente la sécurité par rapport à un éclairage arrière traditionnel pour deux raisons :

- Il interpelle le conducteur du véhicule arrivant à l'arrière par son changement de fonctionnement à l'approche de ce dernier,
- Il avertit le cycliste de l'approche de véhicules, ce qui permet de les anticiper (se positionner adéquatement sur la chaussée, signaler un changement de direction à venir ou autre).

Est-ce que ce feu actif à l'arrière de son vélo nous protège contre un accident ? Non, certainement pas. Mais il peut probablement éviter des situations à risque.

Une fois la batterie pleinement rechargée, d'après Garmin, on devrait disposer d'une autonomie de :

- 6 heures en mode éclairage fixe normal (intensité de 20 lumens),
- 8 heures en mode fixe « peloton » (intensité de 8 lumens),
- 6 heures en mode fixe nuit (intensité de 29 lumens),
- 16 heures en mode flash jour (intensité de 65 lumens).

Certes, j'ai fait mon exposé sur le Garmin, mais il y a aussi le Bryton Gardia R300 et l'IGP sport entre autres sur le marché.

Bonne route

Didier Bodin



Modèle Garmin



La Rocheloise 2023

Daniel Gaury