



# FLASH

Juin 2016

Numéro 75

## Dans ce numéro

- 1 Editorial
  - 2
  - 3
  - 4
  - 5
  - 6
  - 7
  - 8 Rappels
  - 9 Calendrier
- La vie du CODEP
- L'Echo des Clubs

## ÉDITORIAL

Et 1, et 2, et 3, et 4 !!!!

Non ce n'est pas un match de football, nous voilà arrivés à la fin de l'olympiade 2012 - 2016, un petit retour en arrière de ce que l'équipe élue a mis en œuvre :

2012 - Les commissions travaillent sur les missions attribuées. Déjà un gros projet de V.I. est dans les cartons. Toutes à Paris 60 personnes féminines et accompagnateurs vivent une formidable expérience de 7 jours avec un périple de 550 km environ.

2013 - Les formations fédérales, ainsi qu'un effort à l'intéressement des jeunes à la pratique du cyclotourisme. Le comité rénove le logo, des oriflammes au couleur de la FFCT et du Codep 85 sont fabriqués. Une dotation d'un tandem, pour personnes à mobilité réduite, est offert par la FFCT et GrDF partenaire de l'époque. Un kit pédagogique sécurité routière est remis également au Codep85.

2014 - Un nouveau V.I. est en projet en Vendée, hélas !!! Finalement nous nous joignons au Codep44 qui avait déjà concocté "Le Mont St Michel aller/retour" Féminines et accompagnateurs environ 25 personnes. La météo a perturbé ce V.I.

2015 - Une année difficile pour beaucoup d'entre nous au niveau santé. La routine s'installe. Déjà à la FFCT, on parle d'un nouveau V.I. "Toutes à Strasbourg", le codep85 s'y intéresse et fait acte de candidature. Un club Vendéen décide de réaliser une Concentration Nationale de Cyclotourisme Ascension 2017 le label Fédéral est acquis.

2016 - Nous y voilà c'est la dernière année pour une partie de l'équipe, d'autres vont continuer, j'en fais partie. Toutes à Strasbourg est en route, 29 féminines et accompagnateurs font le voyage, là encore le ciel ne fait pas de cadeau pratiquement tous les jours c'est le déluge. Mais elles avancent quand même avec le sourire sans rechigner elles pédalent, pédalent..... Bravo les filles quel courage, une belle leçon d'humilité à méditer  
**(pour ceux ou celles que quelques gouttes d'eau dérangent).**

Je remercie toute l'équipe du comité qui m'a accompagné pendant cette olympiade. J'ai apprécié les actions de chaque élu(e)s, votre pertinence et votre réactivité m'ont été d'un grand soutien. Soyez-en remerciés.

Une nouvelle olympiade va commencer après l'AG 2016, de nouvelles personnes viendront rejoindre et renforcer l'équipe restante. Je compte sur vos candidatures et particulièrement une grande place est réservée au féminines. Je suis sûr que je peux compter sur vous Mesdames.

Merci de tout cœur à bientôt.

Jean PASQUIER

Directeur de la Publication : Jean PASQUIER

Conception-Réalisation : CODEP 85

Diffusion :

Clubs Vendée, Comité Directeur et anciens

Présidents de la Ligue des Pays de la Loire,

Présidents des CODEP 44, 49, 53 & 72

Partenaires Institutionnels et privés

## LA VIE DU CODEP

### Stage mécanique du 12 MARS 2016

La mise en place d'un stage correspond à l'expression d'un besoin formulé par un club ou un groupe d'individus. Pour que ce besoin soit clairement exprimé, il faut qu'il soit la conséquence de quelques expériences de terrain ; il y a donc nécessairement une histoire en amont de cet événement et celle-ci dépend aussi de l'activité et des actions du club. Il ne s'agit pas pour un président du club de choisir à tout prix une date pour occuper le temps ou pour faire plaisir aux structures (CODEP, Ligue ou Fédération) puis de compléter après coup une future grille de candidats.



Ce postulat étant établi, je vais donc vous relater l'historique de la mise en place du stage mécanique des CRM auquel 14 participants ont assisté.

Les besoins du groupe :

Au CODEP ; ceci avec pour objectif de maintenir, voire de provoquer une augmentation de l'effectif. Le bilan fut au-delà de nos espérances : 41 adhérents en 2014 ; 59 en 2015 ; 60 en 2016.

Ce recrutement fut surtout composé de féminines: 2 féminines en 2014 ; 16 l'an passé ; 17 en 2016. Suite à la CPA, les promenades du samedi (30 km à allure réduite) ont été créées l'an passé en regroupant un nombre important des nouvelles recrues. Suite à une série de quelques crevaisons lors des sorties de l'an passé, le besoin de formation s'est fait ressentir et a été clairement exprimé, avec le souci que celle-ci soit adaptée aux vélos utilisés (VTC). Lors de la réunion de bureau du 5 novembre il fut décidé d'en faire la demande au CODEP. Les candidatures ont été précisées lors de l'A-G du 27 novembre.

Les besoins individuels ressentis à la suite de ces pannes simples pourraient être formulés ainsi :

Faire en sorte que chacun soit autonome ou le devienne :

- dans la préparation matérielle de ses sorties (choix de l'équipement),
- vis à vis du matériel (entretien du matériel).
- face à notre environnement humain et géographique (être capable de réparer seul),

Les besoins vus du côté président :

Le jour du stage, dans mon "discours" de bienvenue, je n'ai pas caché aux formateurs que l'intérêt du président des CRM à propos de cette formation était que le groupe du samedi puisse être indépendant et autonome afin que l'encadrement fourni pour cette sortie soit transféré sur une autre activité.

Il faudrait donc que les stagiaires soient capables, en cas de panne de :

- savoir ce qu'il ne faut pas faire,
- connaître le matériel et l'équipement nécessaire et suffisant,
- connaître les gestes qui permettent de réparer ou à défaut de sortir de la difficulté rencontrée.

Les impressions des intéressés : à propos du contenu du stage, j'ai préféré attendre une quinzaine de jours avant de commencer à demander les avis des stagiaires.

Ce qui a été apprécié :

- Locaux suffisamment grands et spacieux
- Disponibilité des formateurs



- Niveau et apport de connaissances
  - Regroupement pour le repas de midi.
- Ce qui mériterait d'être amélioré :
- Durée trop longue (la matinée) de l'apport d'une documentation par l'image qui mériterait d'être plus sommaire pour un premier niveau.
  - Commencer le stage par une confrontation des pratiques puis d'une analyse critique de celles-ci avant de passer à une documentation.
  - Donner une liste de matériel nécessaire et indispensable.



De toute façon, la meilleure des évaluations sera de constater ce qui se passera sur le terrain lorsque les besoins se feront sentir et qu'il faudra, en groupe ou individuellement, mettre en application ce qui a été vu lors de la formation. A ce jour, 2 crevaisons réparées en totale autonomie et même un changement de guidoline...

Au nom de tous, je voudrais remercier l'ensemble des formateurs pour leur action, la formation effectuée et témoigner de la force du bénévolat dans les structures de notre Fédération.

J-P Soulard  
Président des CRM



### Toutes à Strasbourg : images en vrac



## LES CYCLO SONT AUSSI DES FEMMES !

Elles pédalent aussi bien que les hommes et le revendiquent. 25 Vendéennes iront au rassemblement cyclotouristes "Toutes à Strasbourg". Questions à quatre d'entre elles... et un homme !



Jean Pasquier, président des cyclotouristes de Vendée et quatre participantes<sup>(1)</sup> de "Toutes à Strasbourg".

### Pourquoi peu de femmes pratiquent-elles le cyclotourisme ?

On ne compte que 250 cyclotouristes féminines en Vendée sur près de 1900 licenciés (en France : 21 000 femmes pour 95 000 hommes !). C'est une activité qui demande une certaine disponibilité lorsque l'on est encore en activité : on part pour trois ou quatre heures de rando. Il faut aussi s'entraîner régulièrement. Faire du cyclotourisme est un projet de couple ou de famille pour organiser ce temps libre. Mais surtout, beaucoup de femmes pensent que le cyclotourisme est une acti-

tivité trop intensive alors que le vélo tel qu'on le pratique est d'abord un loisir : le plaisir de découvrir des coins à travers tout le département et au-delà. Dans certains clubs, il existe des groupes de vélo-promenade qui permettent des sorties régulières en groupe sur de petits trajets (25 km) avec un accompagnateur qui sécurise et assure techniquement si nécessaire. On peut tout à fait commencer avec un vélo simple. Il suffit qu'il soit en bon état et révisé. En pratiquant régulièrement à son rythme, on progresse assez vite pour allonger les distances si l'on veut.

### Le 5 juin, "Toutes à Strasbourg" rassemblera des milliers de cyclotouristes féminines.

Déjà en 2012, la Fédération française de cyclotourisme avait rassemblé 5 000 femmes à Paris. C'était extraordinaire de défiler toutes ensemble sur les bords de Seine ! Cet événement a vraiment donné un bel élan au côté féminin de notre sport. On recommence cette année. Le 26 mai, dix cyclotouristes vendéennes partiront de Saint-Michel-Mont-Mercure à vélo pour arriver trois jours plus tard à Orléans, soit 297 km. Elles retrouveront quinze autres licenciées arrivées en train pour pédaler jusqu'à Strasbourg et défiler dans la ville européenne le 5 juin.

### Quel est l'intérêt d'un tel événement féminin ?

Il s'agit d'abord de promouvoir notre activité au féminin. Et puis, nous aimons nous retrouver entre femmes car nous n'avons pas toujours la même approche du vélo que les hommes (car certains restent des coursiers et sont fixés sur les performances). Il y a encore aussi quelques machos qui n'aiment pas avoir une femme devant leur roue ! Même s'ils ne sont pas tous comme ça heureusement. L'objectif d'un tel rassemblement n'est pas d'exclure les hommes mais plutôt de mieux valoriser les femmes. Tout le reste de l'année, nous pédalons en totale mixité et c'est tant mieux !

*Propos recueillis par Catherine Baty*

(1) Annette Guillet (Le Beignon-Basset), Annick Gendronneau (Pays yonnais), Madeleine Benoît (Luçon), Régine Pouplin (Beaufou).

## Randonnée de la Rose

**Dimanche 15 mai, toutes les femmes (licenciées d'un club ou non) sont invitées à participer à la neuvième Randonnée de la Rose à Saint-Gilles-Croix-de-Vie. Trois circuits de 27 à 61 km. Les messieurs sont conviés pour le repas (6 €). Le déjeuner est offert aux dames par le Comité départemental.**

Inscription rando : 1,50 € (femmes licenciées) ; 3,50 € (non licenciées). Tél. 02 51 68 88 09 ; 02 51 68 15 41. Infos : [www.ffct.org](http://www.ffct.org)

**"Le cyclotourisme, c'est le plaisir de la découverte"**

## 4ème concentration V.T.T. à la Châtaigneraie

29 mai départ à la Châtaigneraie avec trois de mes collègues pour la concentration V.T.T., le temps était gris mais laissait apparaître quelques rayons de soleil.

Nous sommes partis pour faire 35 km, résultat : très beau parcours avec de nombreuses zones techniques et des points de vue vraiment formidables.

Au début, je craignais de tomber sur des circuits boueux, vu la météo locale de la veille, mais non ; un terrain idéal pour du bon V.T.T..

La veille, contrairement aux communes environnantes, eux n'ont pas essuyé les trombes d'eau orageuses.

A l'arrivée, je me suis retrouvé au lavage vélo avec 5 vététistes de La Ferrière, qui eux avaient fait le 48 km et m'ont dit la même chose, que c'était un super circuit.

Malgré tout cela, seulement 70 participants environ dont une vingtaine de licenciés FFCT.

Les organisateurs étaient un peu déçus de la fréquentation, les causes : les alertes orange à orage annoncées la veille et la concurrence d'une randonnée sur une commune voisine de Réaumur.

Conclusion : il ne faut pas lâcher et continuer à faire ces concentrations et multiplier notre communication par temps favorable, c'est une randonnée qui doit fonctionner.

Guy-Marie Soullard

## L'ÉCHO DES CLUBS

### Fontenay le Comte

#### Brevets à allure régulée de 100 km et 200 km

Cette année encore, deux brevets à allure régulée ont été organisés par la section cyclo de la Société Vélocipédique Fontenaisienne.

Le Brevet des 100 km le Dimanche 10 Avril a réuni 55 cyclos dont 6 féminines, des clubs de Luçon, Pouzauges, Château d'Olonnes, Sérigné, La Chapelle Thireuil et du club organisateur la SVF. Un parcours relativement plat en direction de la Venise Verte, mais rendu difficile par le vent. Aucune crevaison ni incident durant ce brevet.

Le verre de l'amitié clôture la journée en invitant l'ensemble des participants le samedi 21 Mai pour le brevet des 200 km.





Le brevet des 200 km le Samedi 21 Mai a réuni 33 cyclos dont 2 féminines des clubs de Luçon, Pouzauges, Les Herbiers, Niort et du club organisateur la SVF.

En ce samedi matin 7h, la météo est clémente, pas trop de vent, mais le temps va s'alourdir en journée et quelques gouttes de pluie nous obligeront à endosser les imperméables pendant quelques kilomètres.



Les 120 premiers kilomètres nous emmènent dans la Gâtine Deux Sèvres avec un dénivelé positif de 1300 m. Nous arrivons pour le repas avec une demi-heure d'avance mais voulu par l'organisation sur des temps de pose plus court lors des deux arrêts de la matinée. Les 80 derniers kilomètres sont plus faciles dans le marais Poitevin.

18h, nous retrouvons la salle de Charzais pour le pot de l'amitié.

Un grand bravo à nos deux féminines, Claudette et Danièle qui pour cette dernière a effectué son premier 200.

Je remercie pour ces 2 brevets, l'ensemble des participants des clubs qui ont bien voulu répondre à notre invitation, ainsi que tous les bénévoles du club qui ont participé au bon déroulement de ces deux journées (sécurité, ravitaillement et organisation).

Rendez vous sont pris pour 2017, le Dimanche 23 Avril pour le 100 Km et le Samedi 20 Mai pour un 150 km



Le Président  
Jean Luc Murailon

## Le Beignon-Basset

### Connaissez-vous "la Francette" ????

Non ! Ce n'est pas votre voisine ... ni votre cousine... pas votre petite amie non plus que vous avez connue il y a quelques années ...

Vous ne voyez toujours pas ? Alors demandez à Daniel Pavageau, un cyclo du Beignon Basset. Lui, il la connaît bien, il l'a "fréquentée" du 15 au 23 juin 2016.

Vous avez compris qu'en fait, la Francette est un itinéraire cyclable qui relie Ouistreham à la Rochelle.

Daniel a profité de quelques jours sans trop de pluie pour réaliser ce VI, seul en cyclo-camping avec retour au Beignon Basset. Distance totale parcourue 750 km en 8 étapes de 100 à 110 km.



Quelques souvenirs en vrac:

- \* Alternance de parcours vallonnés et de voies vertes les long des cours d'eau et des canaux. Une activité fluviale de loisir importante sur la Mayenne.
- \* Une surprise à l'arrivée au camping de la 2ème étape (St Frainbault). On propose à Daniel de coucher dans une barrique (!!!) Ce qu'il a bien sûr accepté avec plaisir. A signaler que la barrique était vide et qu'en fait c'était un foudre que les propriétaires du camping avaient aménagé en petit "bungalow".
- \* A cause des inondations, il a fallu éviter Saumur et passer par Doué la Fontaine.
- \* A Thouars un passage particulier pour rejoindre l'église: une côte de 3 à 400 m à 17,5% de moyenne. (la marche à pied a aussi du bon !)



Bravo Daniel et à la prochaine pour d'autres aventures ...

Claude Seguin

### Fête du Vélo

Comme chaque année l'AC Beignon Basset a participé à la fête du vélo le samedi 4 Juin.

La trentaine de participants (licenciés et non licenciés) ont pu découvrir le viaduc de la Pêcherie en parcourant un circuit de 30 km empruntant les petites routes des communes de Belleville, Saligny et des Lucs sur Boulogne.

A cette occasion, les adhérents du club ont pu arborer "avec fierté" les nouveaux maillots du club.



## Le Château d'Olonne

### Randonnée du Puits d'Enfer



La "Randonnée du Puits d'Enfer" du dimanche 3 juillet a enregistré une forte participation.

Les 180 inscrits répartis sur trois circuits de 40, 68 et 89 km, après un passage au Lac de Tanchet, au Puits d'Enfer et à l'Abbaye St Jean d'Orbestier, se sont dirigés en direction de Sainte Foy, Saint Mathurin, Martinet et retour commun par L'Ile d'Olonne, Olonne sur Mer et Pierre Levée.

Merci à tous les participants individuels ou en club, les clubs étrangers au département, le Cyclo-Touriste Sablais pour deux challenges : club le plus représenté et participant le plus âgé (86 ans).

Mention spéciale au Vélo Club Saint Gilles Croix de Vie pour la plus forte présence de féminines et à l'Union Sportive Rosnay pour les deux plus jeunes participants, fille et garçon.

La remise des récompenses en présence des représentants de la commune : Mme Françoise Rezeau Adjointe aux solidarités, M. Gérard Hecht Adjoint à la vie sportive et M. Jean Pasquier Président du CODEP de Vendée, a été suivie du traditionnel vin d'honneur offert par la municipalité.

Rendez-vous est pris pour 2018 !!!

Christiane Drosson

## **QUELQUES RAPPELS**

### Concours photo

#### **CONCOURS PHOTOS DÉPARTEMENTAL 2016**

Thème : "Enseignes et vitrines anciennes"

Date limite d'envoi à Michel Renard :  
**10 octobre 2016**

#### **CONCOURS PHOTOS DE LA LIGUE 2016**

Thème : "Cyclotourisme en milieu agricole"

Date limite d'envoi à Bernard Migaud :  
**9 octobre 2016**

***Vous trouverez les bulletins d'inscription et les règlements sur les sites du CODEP et de LA LIGUE***

### Prochaines réunions

*Réunion calendrier le 9 septembre 2016*

*AG du Codep à POUZAUGES le 5 novembre 2016*

*AG de la ligue dans la Sarthe le 27 novembre 2016:*

Nous avons appris avec beaucoup de tristesse le décès de Paul Rautureau survenu le 17 juin 2016. Vous êtes certainement nombreux à avoir côtoyé Paul qui a été une figure marquante du Cyclotourisme vendéen sur les circuits de randonnée qu'il fréquentait assidument. Paul a été de nombreuses années Président du club de St Fulgent. Il a été également membre du Codep de 1995 à 2008 où il a été unanimement apprécié. A Nelly sa femme, à sa famille et au club de St Fulgent dont il était encore un membre actif, nous adressons nos sincères condoléances et nous les prions de croire à notre profonde sympathie.

Le Comité Directeur du Codep 85 de Cyclotourisme

## CALENDRIER DÉPARTEMENTAL DES RANDONNÉES ET BREVETS 2016

- Du 31/07 au 07/08	DIJON	SEMAINE FÉDÉRALE	
- D 21/08	C.R. POUZAUGES	"La Pouzaugaise"	<i>route &amp; marche</i>
- D 04/09	V.C. LA CHATAIGNERAIE	"La Chataigneraisienne"	<i>route, VTT &amp; marche</i>
- D 10/09	C.T.YONNAIS	brevet randonneurs mondiaux 200 km	
- D 11/09	BOURNEZEAU	"la Bournevaizienne"	<i>route, VTT &amp; marche</i>
- D 25/09	LE BOUPÈRE	" La Boupérienne"	<i>route, VTT &amp; marche</i>
- S 01/10	C.R.M. CHALLANS	Cyclodécouverte	<i>route</i>
- D 02/10	S.V. FONTENAY	"La Mélusine Transmerventaise"	<i>route, VTT &amp; marche</i>
- D 16/10	CONCENTRATION DE CLÔTURE à LES MOUTIERS S/ LE LAY		
- D 23/10	CHANTONNAY	"Les Coulées Chantonnoisiennes"	<i>route (hors Challenge)</i>
- D 30/10	MORTAGNE	"La Mortagnaise"	<i>route, VTT &amp; marche</i>
- S 05/11	A.G. DU CODEP 85 à POUZAUGES		
- D 20/11	A.G. DE LA LIGUE		
- S 03/12	C.T.YONNAIS	"randonnée du Téléthon"	<i>route &amp; marche (hors Challenge)</i>
- D 04/12	C.R.M. CHALLANS	"randonnée du Téléthon"	<i>route (hors Challenge)</i>

### Et en 2017 ????

CONCENTRATION NATIONALE CYCLOTOURISTE  
Label F. F. C. T.

AU COEUR DE LA VENDÉE

DE LA TERRE à la Mer

DU 25 AU 27 MAI 2017

Judi 25 mai 2017  
LE HAUT BOCAGE DE VENDÉE

Vendredi 26 mai 2017  
LE MARAIS BRETON

Samedi 27 mai 2017  
LE MARAIS POITEVIN

UNE ORGANISATION  
Du club Cyclotouristes Ferrierois  
85280 - VENDÉE

Renseignements : 06 08 99 33 25 - [concentrationlaferriere2017@orange.fr](mailto:concentrationlaferriere2017@orange.fr)

concentrationcyclovendee2017.over-blog.com