

Bulletin des Cyclo-Marcheurs du Cercle Laïque Culturel d'Argenton sur Creuse

BONNE ANNEE



Un zeste de réussite dans vos projets, un soupçon d'imprévu en amour, une pointe d'humour sur la vie, le tout arrosé de bonheur et de sérénité.

Cerise sur le gâteau, une Bonne Santé!

Laissez mijoter durant le réveillon et savourez l'année nouvelle sans modération.

Et surtout une énorme pensée à tous les cyclos marcheurs qui traversent des moments difficiles en cette fin d'année 2018 et que nous souhaitons revoir rapidement sur les routes et les chemins en 2019.



Un nouvel adhérent, Roland
au centre de la photo.

Compte rendu de l'assemblée générale 2018



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
samedi 08 décembre 2018
salle d'animation – ST ÉTIENNE

RAPPORT MORAL de la Présidente des
CYCLOS MARCHEURS
Année 2018



Mesdames, messieurs,

Monsieur le Maire d'Argenton, Président de la communauté de communes « Eguzon Argenton val de Creuse »,
Monsieur le Maire du Pêchereau, Monsieur le Maire de St Marcel, Madame Remy Adjointe à l'animation et au commerce,
Monsieur le Président du CLC, Monsieur le trésorier du CLC, Monsieur Alain CARMIGNAT président du club de la Châtre et vice-président du CODEP,

Sont excusés : Madame GIRAUD Conseillère départementale

Chers adhérents et amis,

Merci à tous d'être venus nombreux à notre assemblée.

Nous sommes honorés, mesdames et messieurs les élus de votre présence et vous en remercions sincèrement car je sais combien vos journées sont chargées et votre temps compté. Les temps sont difficiles ; inégalités, frustrations, individualisme ... composent le quotidien, votre charge est importante et votre dévouement au service des citoyens mérite d'être soutenu ! Disons-le.

Je voudrais aussi que vous remerciez de ma part, de notre part, pour l'aide qu'ils nous apportent et pour leur disponibilité vos personnels de la Commune et de la Communauté de Communes.

Je déclare l'AG 2018 ouverte.

Avant de démarrer cette soirée, ayons une pensée pour nos amis cyclos marcheurs disparus cette année.

ÉMILE PASCAUD : intègre le club en 1974. Plutôt solitaire, titulaire de l'aigle d'or décerné par l'union des audax à ceux qui avaient fait deux brevets de 1000 kms et un PARIS-BREST-PARIS . Grimpeur confirmé, a de nombreuses cyclo-montagnardes à son palmarès. Faisait encore 15000 à 20000 kms par an. Nous le saluons.

CLAUDE VINCENT dit ALDO : blagueur, lorgnait les pancartes. Fut trésorier et lors d'un séjour à Barcelonnette, dès le matin déclarait : «vous allongez 1000 balles» cela faisait rire tout le monde, évidemment. A failli couler en navigant sur l'étang de Solange et Michel.

Pensons également à celles et ceux qui, pour des raisons de santé ou personnelles ne peuvent être avec nous ce soir.

Notamment François PARDIEU qui vient de perdre son épouse. Christian qui nous envoie le bonjour mais aussi Annette et d'autres peut-être.

Approbation du PV de l'AG 2017

En effet, cette réunion demeure un rendez-vous important de l'association, c'est également l'occasion pour chacun de s'exprimer, de faire des propositions et de fixer les objectifs.

En préambule, je tiens à remercier toutes celles et ceux qui concourent au bon fonctionnement du club parmi lesquels la Municipalité et la Communauté de Communes qui mettent à notre disposition les salles et la logistique nous permettant de nous réunir et de mener à bien nos activités.

Je remercie également les personnels pour leur disponibilité, leur dévouement et leur gentillesse.

Je remercie le Conseil Départemental pour son aide financière.

Je remercie toutes celles et ceux qui prennent sur leur temps pour aider à la bonne marche du club.

C'est ENSEMBLE que nous rendons les choses plus agréables et plus simples.

Deuxième année, pour moi, en quelque sorte un MI MANDAT. Je ne resterai pas 10 ans ni 5 d'ailleurs. Il est donc nécessaire d'y réfléchir.

Jean-Pierre PIPEREAU, notre trésorier souhaite vivement transmettre ses fonctions.

?????? y en a t-il une ou un candidat ?

Nous devons être positifs, ce n'est qu'ainsi que l'on peut avancer, nous devons assurer la pérennité du club.

Cela étant, quel CONSTAT faisons-nous ?

Difficile de faire adhérer de nouveaux pratiquants malgré nos activités, malgré le discours actuel sur l'activité physique et ses bienfaits sur la santé, malgré le dérèglement climatique provoqué par nos activités humaines et notamment le transport. A la campagne, les petits déplacements sont principalement effectués en voiture.

Nous sommes **TOUS AMBASSADEURS** de notre club. Merci à tous d'en faire de la **PUB**.

Individuellement, nous ne rajeunissons pas mais le club ne vieillit pas trop.

A ce jour, nous comptons :

60 CYCLOS licenciés FFVELO	100 ADHERENTS CLC	
18 féminines	37 Femmes	MOYENNE D'AGE des cyclos
42 hommes	63 Hommes	64,3 ans
15 couples	40 MARCHEURS	Nous avons rajeuni de 3 mois
	4 UFOLEP	

La tendance est, dans beaucoup de clubs à l'effondrement des effectifs, le vélo et la randonnée pédestre n'échappent pas à ce mouvement.

Plusieurs raisons à cela ;

- * des pratiquants réguliers de ces deux disciplines qui se retrouvent en petits groupes et qui ne voient nullement l'intérêt de prendre une licence.
- * des pratiquants occasionnels qui pensent, ce n'est pas pour moi, trop de kms, trop de temps, trop dur ...
- * C'est un investissement.
- * des pratiquants éventuels qui disent « c'est bien, je vais venir avec vous », on ne les voit jamais.
- * l'avancée en âge et ses affres qui empêchent de continuer à rouler.

Alors ? Que faire ? Des pistes...

La nostalgie ne donne aucune réponse, les temps changent, ce n'est pas d'aujourd'hui et c'est tant mieux !

S'ADAPTER au changement sociétal, c'est pour cette raison que la fédération a proposé en 2018 3 types de licence :

BALLADE	RANDO	SPORT
PRATIQUE DOUCE FAMILIALE	PRATIQUE REGULIERE	PRATIQUE SPORTIVE et CYCLOTOURISME
PAS DE CERTIFICAT MEDICAL	CERTIFICAT MEDICAL TOUS LES 5 ANS AUTO QUESTIONNAIRE DURANT LES 4 ANS	CERTIFICAT MEDICAL TOUS LES ANS
l'ASSURANCE		
MINI BRAQUET	PETIT BRAQUET	GRAND BRAQUET
ASSURANCE COUVRE : PRATIQUE CYCLOTOURISME PAS DE CAPITAUX EN CAS DE DECES, AVC/ACV	ASSURANCE COUVRE : PRATIQUE CYCLOTOURISME CAPITAUX EN CAS DE DECES, AVC/ACV	ASSURANCE COUVRE : PRATIQUE CYCLOTOURISME PRATIQUE CYCLO SPORTIVE CAPITAUX EN CAS DE DECES, AVC/ACV
TARIF licence : IDENTIQUE AUX 3 FORMULES		
TARIF assurance : EN FONCTION DE LA FORMULE CHOISIE		

Les recommandations de la Fédération, les pistes sont :

- * L'accueil dans les clubs.
 - * Les manifestations du type « la fête du vélo »
 - * Des propositions variées et nombreuses : séjours, cyclo montagnardes, rassemblements...
 - * Une nouvelle image FFVÉLO qui a fait couler beaucoup d'encre, on se demande pourquoi d'ailleurs.
- Pourtant, les résultats ne sont pas au rendez-vous, pas encore en tout cas.

Quel est l'état des lieux ?

ÉVOLUTION dans notre région

COREG 2017	COREG 2018	CODEP 2017	CODEP 2018	CYCLOS MARCHEURS CLC
5957 licenciés 153 clubs 1180 féminines	5800 licenciés 152 clubs	367 licenciés 7 clubs	350 licenciés 7 clubs	2 cyclos en 2018 passant de 62 à 60 licenciés

Au national : 115435 licenciés en 2018

118168 licenciés en 2017 - 120582 licenciés en 2016

pourtant, Il y a plus de quinze millions d'utilisateurs de vélos en France mais, toutes fédérations confondues, on est bien en-dessous du million de licenciés.

Dans l'INDRE,

CODEP			CM CLC		
AGES	NBRE	%	AGES	NBRE	%
5-17 ans	7	2 %	5-17 ans	0	0 %
20-50 ans	27	7,7 %	20-50 ans	4	7 %
51-60 ans	68	20 %	51-60 ans	12	20 %
61-70 ans	170	48 %	61-70 ans	30	50 %
71-90 ans	78	22 %	71-90 ans	14	23 %
	350			60	

Le renouvellement est déficitaire et ce n'est pas vraiment rassurant, pourtant le vélo et la marche sont des activités physiques « SANTE », le corps médical et les médias en parlent souvent.

Sur le plan sportif et convivial, de nombreuses manifestations ont ponctué cette année.

Nous avons eu de grands moments de convivialité et d'amitié. Gardons en mémoire les bons souvenirs, les faits marquants, tout ce qui nous réunit.

08 avril, les 1^{ers} PAS : Une très belle manifestation pleine de gaieté avec la 2CV de Michel en tête de groupe pour donner le ton. Des vélos et tenues inhabituelles. Les marcheurs ont participé à la réussite de cette journée.

06 mai, LA RANDONNÉE DE LA VALLÉE DE LA CREUSE proposée par le CAC : nous revenons avec le trophée.

10 mai, JOURNÉE SOUVENIR, marcheurs et cyclos se retrouvent à Bellebouche pour partager un bon repas et un bon moment.

03 juin, LA FÊTE DU VÉLO, pas de curieux pour se joindre à nous mais nous étions nombreux et une surprise nous attendait sur la route. CÉCILE et PATRICK avaient préparé un super ravito. Belle générosité.

12 juin, LA MARCHÉ RESTO au COTTAGE à CHANTOME, ballade vallonnée qui se termine par le resto. C’était beau, bon, sympa... parfait.

23 juin, LE MÉCHOUI, journée très conviviale comme d’habitude. Cette journée reflète particulièrement bien le club des cyclos marcheurs. Encore merci à nos hôtes. JOURNÉE DE PARTAGE ET D’AMITIÉ.

11 juillet, RENCONTRE AVEC LES CASTRAIS, une randonnée resto bien ondulée proposée par le club de la Châtre. Toujours très agréable.

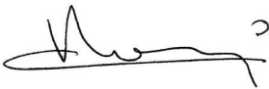
26 août, ECHAPPEE A VELO, nous encadrons les groupes de vélos. Au départ, M. le Maire d’Argenton se joint à nous, son vélo sort de son confinement et lui dit certainement : j’espère que tu vas remettre ça bientôt ! Je suis d’accord avec lui ! Bravo ! Comme pour les précédentes échappées, nous n’avons pas souffert de la faim.

01 et 02 septembre, LE CHALLENGE, un VRAI SUCCÈS !

« Un sans faute » (Roland CHEVY - CODEP)

« Vous avez tout compris » On revient quand ? (Jean-Claude HENAULT - COREG)

je souhaite renouveler tous mes remerciements à tous les bénévoles et notamment à Bernadette présidente du CLJ Argenton pour la qualité de l'organisation de la manifestation de ce week end , . Vous nous avez procuré beaucoup de plaisir et c'est le but que nous recherchons quand nous participons au Challenge du Centre. 'Claude ROUZIER - COREG)



Quant à moi, je renouvelle mes FÉLICITATIONS à TOUS. Cette manifestation nous a rassemblés. C’était PARFAIT !

10 au 15 septembre, VI AMBOISE – LA ROCHELLE, que des filles ! Organisation parfaite, très bonne ambiance, des échanges sympas... ça donne envie de recommencer.

02 décembre, RANDONNÉE PÉDESTRE du CLC : Pas franchement un succès ! (2 marches UFOLEP le même jour dans le département, une météo pluvieuse)

En bureau, nous avons établi le calendrier prévisionnel de 2019.

Les PROJETS , les moments incontournables :

PREMIERS PAS	07AVRIL
JOURNEE SOUVENIR ET RANDO DU CAC	05 MAI
LE CHALLENGE DU CENTRE à la CHATRE	06 et 07 JUILLET
L’ECHAPPEE A VELO	FIN AOUT

- Participation aux manches du challenge du centre, aux rassemblements de proximité, rencontrer d'autres copains c'est toujours intéressant.
- Poursuivre « FELES et TMA » avec l'idée de découvrir d'autres routes s'il en reste. Patrick a Déniché un nouveau parcours de fêlés.
- Se faire plaisir avec les «RANDOS RESTO», toujours.
- Marcher pour le plaisir et festoyer ensemble.
- Poursuivre les échanges inter club (la Châtre, Tours, Contres...)
- Participer aux semaines Fédérales et Européennes, aux regroupements des camping caristes.
- ++++ Propositions.

Puis... **il DOIT y en a pour tous les GOÛTS. Mon credo est toujours le même : chacun est là pour se faire plaisir en vélo comme à la marche. On n'abandonne personne dès lors que nous sommes en sortie club et tout le monde doit trouver son compte dans ces pratiques. Les rapides et les moins rapides, les contemplateurs, les sportifs... sans qu'il ne s'agisse pour autant de compétition.**

Une fédération tournée vers l'avenir,

Tout comme la population française, la fédération vieillit. Si ses membres vieillissent généralement bien grâce aux bienfaits de la pratique du vélo, il faut sans cesse se projeter vers l'avenir et préparer les nécessaires aménagements pour accueillir de nouveaux adhérents, jeunes, moins jeunes et familles.

Aussi, quelques uns parmi nous se sentent « décrochés » « ils vont trop vite ». Nous sommes en club. Pour cela, il est important que nous puissions nous entendre. Nous devons continuer à nous retrouver. Il n'est pas souhaitable que des clans se forment. **Même si nous ne faisons pas la route ensemble, on en parle, on l'affiche afin que tous, nous soyons au courant.**

Quelques mots sur la SECURITE, pensons à nous préserver !

Nous sommes vulnérables sur notre vélo, nous DEVONS AU MINIMUM ÊTRE VUS.

Couleurs du maillot : noir, marron, marine, sapin, anthracite sont à proscrire. **Nous devons être VUS et VUS de LOIN !**

On prétend que le noir est très seyant, qu'il affinerait la silhouette. Soit ! C'est selon les goûts de chacun, on est libre, mais alors qu'on ne parle pas de sécurité. Dévaler tout de noir vêtu une longue descente à la tombée de la nuit sur un beau vélo en carbone (le carbone c'est noir !), doit-on s'étonner que l'automobiliste voit trop tard le cycliste imprudent et le décalque sur sa calandre? **Le noir, c'est aussi la couleur du deuil.**

Par ailleurs, nous allons pouvoir renouveler notre garde-robe de cyclo, le prototype est prêt, vous avez pu voir la photo sur cyclopède de décembre.

Nos finances sont saines, nous avons, grâce à une très bonne gestion du challenge une cagnotte que nous avons décidé de mettre au service des tenues. La part apportée par le club sera en rapport avec le nombre.

Pour notre image, un coupe vent et un maillot semblent être le minimum. Libre à chacun de choisir la matière, la quantité...

Pour la marche, à un degré moindre malgré tout, soyons attentifs et prudents. Sur la route, **Marchons à gauche**, en file indienne lorsqu'un véhicule est annoncé.

Pour conclure,

Je voudrais remercier très sincèrement et particulièrement Annie pour son soutien indéfectible, pour sa bonne humeur permanente et pour sa générosité même si, comme elle me dit souvent « j’fais c’que j’peux mais... » Je suis sourde à ces propos. La sincérité, l’honnêteté, la droiture sont tellement appréciables !

Josette, toi aussi qui assure avec les marcheurs.

Bien évidemment, Alain, Jean-Pierre, Patrick, Évelyne, Martine, Madeleine, Michèle, les Jean , les Michel , Robert, Roger, les Jean-Claude, Jean-Paul, Jean-Marie, Solange ... les chevilles indispensables. Qu’il s’agisse de cyclopède, de la trésorerie, des circuits et sorties en vélo ou aux marches, sans oublier le Méchoui.

Enfin,

Merci à vous toutes et vous tous pour votre participation et votre bénévolat, sans quoi rien ne serait possible.

Et... au plus jeune d’entre nous,

Édouard, tu as fais le déplacement spécialement pour assister à l’AG ! Chapeau ! Vive la jeunesse !

N’hésite pas à faire venir des potes car même si nous sommes vieux, on est plutôt sympa non !!!

Fin.

La présidente,
Bernadette jouhaud

Randonnées du mardi

Départ 8h15 du parking de Scévole et 8h30 sur le lieu de départ du circuit

Janvier	Date	Commune	Coach	Lieu de départ des circuits
	8	Argenton sur Creuse	Michel	Les baignettes
	15	Malicornay	Jean	L'étang
	22	Luzeret	Jean Claude	Parking
	29	Malicornay	Jean	Le Repaire

Randonnées du jeudi

Départ 14h15 du parking de Scévole et 14h30 sur le lieu de départ du circuit

Janvier	Date	Commune	Coach	Lieu de départ des circuits
	10	Badecon	Josette	Place de l'église
	17	Malicornay	Madeleine	Place de l'église
	24	Chavin	Michèle	Place de l'église
	31	Bouesse	Jean Paul	Place des marronniers

2 Janvier – 65 km

Argenton – Les Chaumes – Malicornay – Bouesse – Buxières d'Aillac – Arthon – Rd pt Riau de la Motte – Mortaigues – Les Maisons Neuves – Lhotiers - Tendu – Argenton.

9 janvier – 64 km

Argenton – Landes – Les Nébilons – La Romagère – Les Loges des Mines – La Guillaudière – Le Carré – LA Bézarde – Oulches – Scoury – Vaulniers – Crf. D20-D32 (Les Bois) – Chézeau Chrétien – Saint Gaultier - Argenton.

16 janvier – 62 km

Argenton – St Gaultier – Chézeau Chrétien – Nuret le Ferron – La Pérouille – Gare de Lothiers – RN 151 – Lothiers – Velles – Mosnay – Crf. D40-D48a – Les Chaumes – Argenton.

23 janvier – 75 km Saint Bernard

Argenton – Saint Marcel – Le Viaduc – Le Pont Chrétien – Chasseneuil – Nuret le Ferron – D5 – D27 – Mignet – Safrère – Les Bois – Volnay – Scoury – Oulches – La Bézarde – Les Nébilons – Landes – Argenton.

....et un Circuit Doux de 50 à 55 km

30 janvier – 80 km Sainte Martine

Argenton – Les Chaumes – Malicornay - Bouesse – Buxières d'Aillac – L'Oche aux Loups – Jeu les Bois – Les Loges de Dressais – Rd Pt des Druides – Mortaigues – Les Maisons Neuves – Moulin de Bessais – Forges – Tendu – Les Gabats – Argenton.

....et un Circuit Doux de 50 à 55 km

Christian

Les randonnées pédestres en janvier chez nos voisins !

06	Châteauroux	7.30 rue Roland Garros pour 10, 14 et 18 km
13	Buzançais	7.30 salle des fêtes pour 10, 14, 16 et 18 km
20	Châteauroux	7h30 maison de quartier Est pour 10, 14 et 18 km
27	Pellevoisin	7.30 foyer rural pour 12, 15, 18 et 20 km
30	Super Besse	5h à Chtx et 5h30 à La Châtre pour rando raquettes

..... encore plus sur WWW.cd.ufolep.org/indre et <http://indre.ffrandonnee.fr>

**Ingrédients**

(6 personnes)

- 2 cercles de pâte feuilletée
- 200g d'amande en poudre
- 200g de sucre
- 120g de beurre
- 2 œufs
- Vanille liquide
- Rhum

Préparation

1. Mélanger le sucre et le beurre très mou. Ajouter les œufs un à un, puis la vanille et le rhum.
2. Terminer par la poudre d'amandes.
3. Verser cette préparation sur la pâte feuilletée en réservant les bords. N'oubliez pas d'introduire une jolie fève ! Recouvrir de la deuxième pâte et souder bien les bords à l'œuf.
4. A l'aide d'un couteau dessiner le décor sans percer la pâte. Dorer à l'aide d'un jaune d'œuf mélanger à une goutte de lait.
5. Faire cuire au four pendant 40 mn à 180°C.

Compte Rendu d'activité Marche 2018



En ce qui concerne les marches, nous avons débuté l'année avec un parcours, nous la terminons avec 2 ; ce qui veut dire que cette activité se porte plutôt bien et s'est diversifiée.

Deux parcours donc : le mardi, sur une distance de 10 à 12 kms et le jeudi entre 6 et 8 kms. La fréquentation des 2 marches progresse doucement mais sûrement, puisqu' en moyenne, pour la marche du Mardi, nous comptabilisons 25 personnes et pour celle du Jeudi 14.

Nous avons enregistré 9 nouvelles adhésions dont 5 pour la marche du Jeudi.

Nous avons participé à plusieurs manifestations avec nos amis cyclos, en proposant à chacune, une rando-découverte autour d'Argenton, notamment lors des Premiers Pas le 8 Avril, et le 2 Septembre pour le Challenge du Centre, avec chaque fois, une vingtaine de randonneurs.

Le 10 Mai, pour la Journée Souvenirs, nous étions une dizaine à faire le tour de l'étang de Bellebouche. Très agréable rando, avec diverses rencontres !!!

Cyclos et marcheurs se sont retrouvés les pieds sous la table à midi pour un repas bien mérité, dans une très bonne ambiance.

Le 12 Juin, les marcheurs des 2 parcours se sont donnés rendez-vous, chacun sur leur circuit, à Eguzon. Comme de bien entendu, tout cela s'est terminé au resto avec une trentaine de personnes. Bien sympathique aussi.

En Juillet, comme tous les ans, nous avons accompagné les enfants du Centre Aéré, sous la houlette de l'incontournable Robert.

Et enfin, nous avons participé à l'organisation et à la randonnée du 2 Décembre.

Nous espérons faire aussi bien l'année qui vient, et même mieux, si nous le pouvons ou...le voulons, mais que cela se passe dans la bonne humeur.



Josette

Parcours du dimanche

Départ 8h45

6 janvier - 53 km Epiphanie

Argenton - Châteauneuf - Les Ségoins - Vaux - Le Point de Vue - Bord - Les Matherons - Rte de Marcé - Après le pont de l' autoroute prendre à droite - Le Petit Vavre - D 72 - Chambord - La Borde - D5c - La Varenne - D5 - D920 - Le Fay - La Paillère - Le Quéru - Labetoulle - Peugueffier - Le Rocher - Argentières - Lacoux - La Ligne - D5d (direction Bazaiges) - Chamblant - Baraige - Les Granges - Argenton.

13 janvier - 58 km

Argenton - La Grange à Mas - Le Lac - Chabenet - D927 - Le Pont Chrétien - D927 (direction St Gaultier) - Neuville - L'Epinat - Chasseneuil - Tendu - Forges - Le Moulin de Blézais - Velles - Bouesse - Malicornay - Les Grandes Chaumes - La Croix de L'aumay - Argenton.

20 janvier - 60 Km

Argenton - Thenay - Landes - Luzeret - St Civran - Roussines - La Boussinière - D1 - La Rue Martin - Chassingrimont - La Minière - Bouchais - D54 (direction Chazelet) - Chambord - La Puychallerie - Forges - Les Vaines - Le Terrier Joli - Le Plessis - Argenton.

....et un Circuit Doux de 50 à 55 km

27 janvier - 54 Km

Argenton - Tendu - Lothiers - Luant - D20 - Le Raz - D14 - Méobecq - Nuret - St Gaultier - Argenton.

....et un Circuit Doux de 50 à 55 km



Galette
des Rois
Le 14 à 17.30

Patrick

Compte rendu de l'activité des Fêlés 2018

Ma première pensée sera, bien évidemment pour celui par qui tout a commencé, Christian ; je lui souhaite un rapide rétablissement et retour parmi nous.

A la dernière assemblée je vous annonçai que l'année 2017 avait été, pour moi, très particulière parce que Christian m'avait demandé de prendre le relais de coach mais je ne savais pas ce qui m'attendait en 2018 et lui non plus.

Bref même dans les moments où il n'y a plus de coach en état d'assurer leur rôle, il y a toujours un fêlé pour partir vers les monts de la Marche et du Limousin. Au printemps, quand j'ai pris quelques congés au niveau du club, Christian a repris sa place et lui aussi a cédé la sienne à Jean qui, même s'il s'excuse ne pas faire trop tarabiscoté il s'en est très bien sorti et a bien assuré son boulot de coach suppléant.

Je ne vais donc pas pouvoir vous parler des sorties d'été puisque je n'y étais pas, ni du TMA réalisé le 27 Juin.

Je peux quand même vous dire qu'il y a eu 22 personnes qui ont participé à ces sorties, autant que l'an passé. Sorties au nombre de 15 ce qui est moins qu'en 2017 mais reste honorable puisque la moyenne est de plus d'une par mois. Celles d'hiver et de printemps se sont déroulées plutôt en groupe assez intimiste puisque, de Décembre à Mars, l'effectif oscille entre 1 et 3 (Jean, Jean Claude et moi) il faut dire que la météo y est sûrement pour quelque chose mais Jean est tellement persuasif quand il dit qu'il devrait faire beau et qu'il faut que l'on profite que je me suis fait un peu avoir ... mais bon, je ne suis pas très difficile à convaincre. Enfin durant ces sorties on a eu droit à tout : la pluie gelée, le vent du nord, le verglas, une grosse averse qui dura toute une journée et même un petit peu de soleil.

Il faut aussi saluer le retour de 3 participants qui n'avaient pas parcourus les routes de Creuse en 2017 : Michel Raveau qui, après avoir franchi la barre des 10 et même des 11 points avait pris une année sabbatique (et même plus) est revenu certainement à cause du mail que j'avais envoyé promettant de nouvelles routes pour une nouvelle destination ; Bernard Patreau qui malgré les côtes qu'il n'apprécie guère est allé au Maupuy et à Toulx ; et Roland égal à lui même a fait ces 2 parcours + un St Goussaud, à son retour il annonce "je suis roussi" certes il faisait très chaud ce jour là. Nous espérons tous pouvoir suivre son exemple de régularité et de grande forme.

J'avais parlé d'un nouveau site "fêlé" pour 2018 et, le 11 Octobre inauguration du Mont de Sardent et comme le souligne Jean dans Cyclopède de Novembre, il ne manquait de rien : nouvelles routes, un peu de chemin, du dénivelé à souhait et bien sûr la bonne humeur de toute l'équipe.

Dernier parcours fêlé de l'année 2017-2018, le signal de Sauvagnac, avec départ d'Eguzon, pays de Patrice Auclair qui effectuait son seul fêlé de l'année et qui roulait pour la première fois de nuit (j'ai appris depuis qu'il s'est équipé de lumière avant et arrière), un petit détour d'une dizaine de kilomètres sur les conseils de Cécile par l'étang de Pierre Millier près de St Léger la Montagne, une arrivée jusqu'aux antennes avec la pente à 18 %, et après le pique nique Philippe se chargea de nous dénicher une pause café au bout d'un petit chemin chez des limousines fort accueillantes. Retour à Eguzon après un circuit assez court 145 km avec tout de même plus de 2000 m. de dénivelé, les connaisseurs apprécieront.

Je voulais aussi dire que si j'ai pris la fonction de coach au niveau du club c'est pour proposer diverses sorties et d'essayer de fédérer dans celles-ci le plus grand nombre de participants possibles ; Les parcours se font à une allure qui reste accessible à tous et personne n'est laissé sur le bord de la route. Tout doit se passer en convivialité et en solidarité pas de premier ni de dernier. Bien sûr qu'il y a des fonceurs et aussi des contemplatifs mais à l'arrivée tout le monde est là. Certains diront que c'était mieux Avant mais je crois que si l'on veut avancer il vaut mieux regarder devant et le futur du club ne ressemblera pas au passé, qu'Après il y aura aussi de belles sorties et encore plein de très moments à venir pour ceux qui sauront en profiter.

Les parcours sont parfois bosselés et un peu longs pour certains c'est pourquoi je vous ai proposé d'autres échappées qui, j'espère conviennent à tous.

Parmi celles ci une sortie remarquable fut celle de Chauvigny où ceux qui ne viennent pas dans la Creuse ou le Limousin ont pu entrevoir ce qu' est une sortie " fêlé" pour les tours et les détours de l'itinéraire, pour les petites routes empruntées mais aussi les chemins non goudronnés même s' il y a quelques gémissous mais pas tant que ça ... j'ai même l' impression que vous êtes de plus en plus a en redemander et aussi pour l' ambiance qui s' en dégage avec ces bonnes parties de rigolade. Une belle journée de cyclotourisme avec un bon resto ce qui ne gâche rien.

A refaire dans d'autres lieux.

Il y a eu aussi cette belle rando avec pique nique au pont Charraud en passant par le Puy des 3 cornes qui avait pourtant mal commencée pour moi enfin surtout pour mon vélo qui s'est coupé en deux ; heureusement que j'avais le mulet.

Parlons des projets 2019 :

Cette année nous avons été invités à passer un week-end à Boën sur Lignon pour faire la rando des balcons Foréziens et nous nous sommes promis de retourner l'invitation en 2019 ; le club de Boën pourrait venir à Argenton un week-end en Septembre (surement le 15) pour que nous puissions leur faire découvrir notre Berry. Il faudrait, bien sûr, pour cela que nous soyons prêts à rouler avec eux et peut être aussi à les accueillir ...

D'autres projets sont en cours, notamment un voyage itinérant qui se déroulera du Dimanche 30 Juin au Jeudi 11 Juillet, dates à confirmer. La destination reste à voir suivant les personnes intéressées, les propositions de chacun, etc. Un prochain mail vous sera envoyé mais d'ores et déjà vous pouvez m'envoyer vos idées et vos souhaits.

Et des journées qui sont toujours très attendues, les randos restos, là aussi j'attends vos suggestions.

Une dernière phrase reprise d'un Cyclopède : "Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas qu'elles nous paraissent difficiles".

Je vais maintenant laisser la parole à Jean. Merci.

Patrick

Proverbe indien:
« Fais du bien à ton corps
pour que ton âme ait
envie d’y rester »



Résumé de la sortie à Toulx
avec son lot de péripéties

D'habitude, c'est Christian Cauty, fondateur de la confrérie des fêlés, qui prononce ces quelques mots pour l'accueil des nouveaux promus. Comme il est empêché pour les raisons que l'on sait, je suis très honoré qu'il m'ait demandé de le faire, lui dont la science du cyclotourisme m'a toujours impressionné. Rappelons qu'en compagnie de son épouse ils ont réalisé le tour de France en totale autonomie, ce qui pour les cyclotouristes que nous sommes représente une sorte de Graal au même titre que Paris Brest Paris. A ma connaissance, c'est un fait unique dans notre club ; je dois dire aussi qu'il nous a redonné le goût de ces longues randonnées avec départ avant le jour et retour à la nuit, car il faut bien mettre la lumière, randonnées qui procurent à ceux qui les pratiquent, des bonheurs simples et irremplaçables.

Mais revenons à nos moutons, c'est-à-dire à toi, Patrick, son successeur. Sans crainte de se tromper, on peut dire que tu as repris impérialement le flambeau de ton mentor, tu as glissé tes pas dans les siens. Un coach, c'est quelqu'un d'extrêmement précis, et pourtant, la première chose qui m'a frappé chez toi, c'est que tu as hérité de lui ce que j'appelle une «volontaire imprécision», je m'explique : quand, au cours d'une sortie, on te demande par exemple «Dis, Patrick, au retour on va passer par La Souterraine ? », tu réponds «on peut»....mais, il va encore y avoir des côtes ? » ... « c'est possible » »et tu penses qu'on sera rentrés à 18h ?....» ça se pourrait bien mais c'est pas sûr ».... » il faudra donc qu'on remette la lumière alors... » ... » faut voir »..... Faut voir mais c'est sûr qu'on ne voit pas grand-chose ; et tout ça est enveloppé d'un sourire à la fois enjôleur et ironique qui fait qu'on regrette de t'avoir embêté avec nos questions.

Tu as connu très jeune la passion du voyage et de la randonnée ; et paradoxalement tu as commencé par la mobylette. Tu as fait ainsi le tour de l'Auvergne, ce qui sans aucun doute t'a fait aimer la côte du même nom. Tu es aussi allé de Saint Gaultier jusqu'en Suisse en compagnie de ton copain Philippe qui, m'as-tu dit, manifestait déjà à l'époque un sens aigu de l'orientation, à peu près aussi aigu que celui de Gérard Pion. En tous cas, ce qui me frappe, c'est ton impressionnante science des parcours ; je t'imagine en train de les élaborer dans une pièce de ta maison où tous les murs sont tapissés de toutes les cartes possibles et imaginables. D'ailleurs, Cécile m'a dit un jour que tu avais toujours le nez sur une carte. Pas étonnant donc que tu nous guides de façon aussi précise. Au début, quand je faisais des randos de fêlés, je n'imaginais pas que l'on puisse emprunter sans cesse des itinéraires différents ; avec toi, c'est chaque fois comme ça. Le pompon, c'est le jour où nous sommes allés au mont de Sardent : 60 km de routes inconnues sur 175. Il est vrai que nous allions là bas pour la première fois. Parfois tout de même on pense te prendre en défaut, on se dit là c'est bon, il va falloir rebrousser chemin, c'est pas possible, il n'y a pas de passage.... mais non !.. Je me souviens d'un jour où nous descendions un chemin de terre et de cailloux, c'était un chemin très encaissé, on ne voyait rien ni à gauche ni à droite, il y avait longtemps que nous ne savions plus où nous étions et nous descendions déjà depuis au moins un km....Philippe (Bertrand, pas Edouard) qui râlait un peu parce qu'il n'avait pas eu son café matinal , s'approche de moi et me lance : « je crois qu'il s'est gouré je vois gros comme une maison qu'il va falloir qu'on remonte cette pente....non mais tu te rends compte de l'état dans lequel on met les vélos ?.... Et au bout du chemin, il y avait un plan d'eau, au-delà duquel nous retrouvions la route. Il faut ajouter aussi que tu aimes bien trouver de nouvelles côtes, si possible entre 15% et 20%, et si possible encore plus proches de 20% que de 15%. Et tu en trouves....

Impressionnant aussi de t'entendre évoquer tes parcours de vacances ; avec ta tendre et douce moitié, vous avez parcouru une multitude de pays. Au cours d'une sortie locale, quelques jours avant de partir à Bangkok, tu m'avais raconté comment tout était prêt, tu m'avais dit : «On arrive à l'aéroport, on part à vélo (je ne me rappelle plus si tu m'avais dit « on prend à gauche ou à droite)» le parcours va être assez plat, mais à partir du deuxième jour on aura de la bosse à 10% 12%, avec les bagages ça va être coton ».

Reconnaissons aussi que pour être fêlé, tu fais ce qu'il faut : il faut l'être en effet pour partir à 6h de Scévole, alors qu'il pleut déjà bien, qu'il pleut encore plus fort en haut de la côte de Châteauneuf, qu'à Azéables, ce sont des trombes d'eau balayées par un vent violent, qu'à La Souterraine, on inonde le café de ton copain, qu'en repartant il pleut encore et que ça va durer 70km, et à aucun moment tu ne me parles de revenir.....Et que dire de la descente du Tourmalet, lors de notre séjour pyrénéen ? Avec mon copain Francis nous frisons le 50 à l'heure en ligne droite, alors que tu dévalais à 80...on imaginait la mine atterrée des passagers des véhicules que tu doublais.

Lorsque tu nous accompagnes sur une sortie, ta présence est dirais-je, tranquillisante...pas besoin de se demander si on tourne à gauche ou à droite, on suit, si on peut...Tu prends la suite de tes glorieux aînés berrichons qui ont mémorisé les itinéraires à force de les parcourir, j'ai déjà nommé Christian mais j'ajoute Roland, Bernard Patreau et l'infatigable Mollets d'acier.. Tu es un super coach et tu as bien mérité de coiffer cet entonnoir que tu attends avec impatience. Auparavant, je vais juste rajouter une petite touche très personnelle, je vais chanter un petit texte, sur un air que vous reconnaîtrez ou peut-être pas, rassurez-vous c'est court et sobrement intitulé «**chanson pour Patrick**».

*Patrick est bon camarade,
Il nous mène en promenade,
On siffle, on discute, on chante,
On se balade...
On voudrait partir en Brenne,
Il va vers La Souterraine,
Déjouant les pronostics,
Patrick...*

*Qu'il pleuve, qu'il neige ou qu'il vente,
Que la route soit montante,
Il précède le peloton,
Nez dans l'guidon,
On traverserait l'Atlantique,
On irait en Amérique,
Avec ce sacré loustic,
Patrick.....*

*Souhaitons qu'il y ait encore,
D'autres départs aux aurores,
Avec ce coach dévoué,
Expérimenté....
Lui qui ne craint pas les tiques,
Ni les frelons asiatiques,
Et emmerde les moustiques,
PATRICK.....*

*Réglé comme un chronomètre,
Il avale les kilomètres,
Il nous coache avec entrain,
Le boute- en- train,
Dans les côtes il accélère,
On tire la langue derrière,
Il a la forme olympique,
Patrick...*

*En tandem il est aux anges,
Avec sa moitié d'orange,
Quand ils prennent la tangente,
Dans les descentes....
Cécile connaît la musique,
Les descentes acrobatiques,
Derrière un pilote unique
Patrick.....*

Jean

Cliquez ici:

["La p'tite Bill, elle est malade"](#)

Quelques éléments de motivation pour 2019:

- "Si vous ne courez pas après ce que vous voulez, vous ne l'aurez jamais. Si vous ne demandez pas, la réponse sera toujours non. Si vous ne faites pas un pas en avant, vous restez toujours au même endroit." - Nora Roberts
- "La plus grande erreur que puisse faire un homme est d'avoir peur d'en faire une." - Elbert Hubbard
- "Quoique vous puissiez faire ou rêvez de faire, commencez-le." - Fabrice Grinda
- "Les gagnants trouvent des moyens, les perdants des excuses..." - F. D. Roosevelt
- "Celui qui attend que tout danger soit écarté pour mettre les voiles ne prendra jamais la mer." - Thomas Fuller
- "Il faut que le désir soit irrité par des obstacles. L'homme qui n'a rien à désirer est à coup sûr plus malheureux que celui qui souffre." – Holbach
- "Il n'y a pas d'autre révolution possible que d'essayer de s'améliorer soi-même. Si chacun tente quelque chose le monde ira mieux." - Georges Brassens
- "La vie c'est comme une bicyclette il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre." - Albert Einstein
- "Un pessimiste voit la difficulté dans chaque opportunité un optimiste voit l'opportunité dans chaque difficulté." - Winston Churchill
- "Se réunir est un début. Rester ensemble est un progrès. Travailler ensemble est la réussite." - Henri Ford



.....comment roder un nouveau vélo de salon, par Philippe et sur une idée de Patrick!



La grille à Jean N° 274

Horizontalement : **I :** C'est sans doute le vélo de l'avenir. **II :** Phonétiquement elle n'a pas de défaut et quand on y entre on s'engage dans une lutte. Pour une ruine, elle est vraiment en ruine. **III :** Voilà une ville qui est à l'Eure. Base de lancement en un certain sens. **IV :** Bordeaux ou Bourgogne. Emit dans le plus grand désordre. **V :** Règle ou pronom. Coiffe un chef ecclésiastique. **VI :** Refaire à sa propre manière. **VII :** Elle passe par le chef-lieu de la Dordogne. Il lui manque son point G pour assurer la surveillance de tout le pays. **VIII :** Marque une certaine égalité. Pronom réfléchi. **IX :** Qualifie une personne qui a certainement beaucoup d'autorité. **X :** Petit vêtement féminin et c'est aussi le summum. Belle chevelure en or ? **XI :** Evaluent.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I										
II										
III										
IV										
V										
VI										
VII										
VIII										
IX										
X										
XI										

Verticalement : **1 :** C'est sans doute l'avenir du vélo. **2 :** Remises ou elles se retrouvaient chez les domestiques. Quand il est bon, il peut aussi être amusant. **3 :** Un tissu à l'état brut. Eut vraiment les boules. **4 :** S'occupe d'économie pour l'ensemble des 27. Le pays italien. **5 :** Les voyelles du roi Ubu. L'ami Maltèse qui a perdu sa tête. **6 :** Roi latin. Ne vaut pas tripette. Atome. **7 :** Voyelle double. Un chez des voisins. Néné. **8 :** En voilà une qui est toujours prête à vous tendre la main. **9 :** Canaux intérieurs. Il est forcément tout ouïe. **10 :** Tout à fait.

Bonne année vitaminée et pétillante, à forte teneur en succès et en bonheur. Que la réussite et la joie s'installent dans votre demeure!

Les photos de ce numéro sont de Patrick.

Solution grille N° 273

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
I	A	R	R	E	T	P	I	P	I
II	R	A	R	E	F	I	A	I	T
III	R	S		F		E		L	A
IV	E	S	E		I	D	E	A	L
V	T	U	N	E	S		V	I	I
VI	B	R	A	I	L	L	E	R	A
VII	U	E		N	A			E	N
VIII	F	E	C	A	L	E	S		I
IX	F		L	L		G	O	S	S
X	E	N	I	E	L	E	D	A	M
XI	T	R	O	M	P	E	T	T	E