



La "LETTRE" de l'ATSCAF Cyclo 69 n°507

10 Avril 2012



Photo de Florian CABAJ
atscaf cyclo 69 .
Club FFCT n° 07061

*A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations
Financières.*

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

La sortie du Samedi

07/04/2012

Le MAS RILLIER



**Françoise et Pierre FOUILLANT-Daniel ROTHWILLER
Frédéric VARILLON-Pierre DUMAS**

Les fêtes de Pâques, le week-end en Provence, la Trace des véloces, l'AUDAX de l'ASEB et peut être une météo peu optimiste font que nous nous retrouvons que 5 ce Samedi au Mas Rillier.

Toutes mes excuses à Françoise, Pierrot, Daniel et Fred de les avoir fait attendre car j'arrive juste à l'heure ou nous aurions du prendre le départ suite à une erreur de parcours pour rejoindre le lieu de rendez-vous.

Mais ils sont sympas et ils ne me lynchent pas d'autant plus que j'apporte les

cartes et la cagnotte des pots d'après sortie 👍😊

Pas de problème pour former les groupes car nous décidons bien sur de rester ensemble.

Au bout de quelques kilomètres, Pierrot est victime de la crevaison du jour. Ce sera le seul incident de la journée.

Un beau parcours dans la Dombes malgré la grisaille et la pluie menaçante. Nous démarrons sur le circuit du 50kms, faisons une petite incursion sur celui du 90 et reprenons le parcours initial car une pluie fine fait son apparition. Fred nous quitte en cours de route pour rejoindre directement Montluel.

Nous perdons aussi quelques degrés !!!

Mais contrairement à Simandres, nous pouvons terminer la sortie (70 km) autour d'un verre.

A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

Samedi prochain

14/04/2012

GIVORS



Circuit A : 54 kms et 731 m de D+
Circuit B : 73 kms et 1144 m de D+
Circuit C : 91 kms et 1533 m de D+

Rendez vous à 8h15 pour un départ à 8h30
Gare SNCF-Ville

Il faut commencer à préparer les BCMF, Ardéchoise
ou Week-end mythique.

Les circuits sont plus pentus que ceux de la semaine dernière
mais les paysages au dessus de Givors en valent la peine.

*A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations
Financières.*

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

Les nouvelles du club

Le coin des véloces

Objectif atteint pour **Alain SAVEY, Bruno MAILLOL et Florian CABAJ**.

Samedi 07 Avril et après 15 heures de route, ils rejoignent le groupe de l'ATSCAF qui participe au week-end « Pâques en Provence ».

« Le groupe nous attend sur la place devant le gîte pour nous accueillir un verre à la main. Ils sont en plein apéritif-dégustation »

Florian nous raconte cette journée en page 7 de la lettre.

BCMF : Un rappel de Florian CABAJ

"Amis cyclos, les jours rallongent et les distances parcourues lors des balades également. Les parcours plats du début de saison laissent la place à des parcours plus vallonnés.

Bref, nous serons en pleine forme d'ici début juin pour la saison des BCMF.

Un BCMF (ou Brevet Cyclo-Montagnard Français) est un brevet organisé dans chacun des massifs montagneux français consistant à parcourir 200km (à 10% près) et 4000m de dénivelé (à 10% près aussi) en 1 ou 2 jour(s). Pour ceux qui ne se sentent pas capables d'enchaîner sur deux jours ni d'avaler le parcours complet dans la journée, il y a à chaque fois au moins un autre parcours plus court pour la journée du dimanche.

Le programme des cyclomontagnardes 2012 est le suivant :

- **2 et 3 juin** : Le Jura, au départ de Lons-le-Saunier - 222km et 3615m de dénivelé.

- **16 et 17 juin** : Les Aravis, au départ d'Annecy - 221km et 4164m de dénivelé (attention, c'est le même week-end que l'Ardéchoise). Le parcours est complètement différent de celui d'il y a deux ans et devrait ravir les chasseurs de cols.

- **23 et 24 juin** : Les Vosges, au départ de Colmar - 214km et 4130m de dénivelé (attention, c'est le même week-end que la Sortie Mythique).

- **30 juin et 1er juillet** : Le Morvan, au départ de Château-Chinon - 213km et 4049m de dénivelé.

Ce brevet est un peu exceptionnel car il remplace celui des Pyrénées qui n'a pas lieu cette année.

- **14 et 15 juillet** : Les Monts du Forez, au départ de Feurs - 232km et 3940m de dénivelé

FLORIAN

Des nouvelles de Yann BRIZAIS en vacances en Savoie

« Je profite de ma semaine de vacances pour faire un peu de sport.

Après une petite sortie de ski de fond dimanche matin, hier après-midi, je sors le vélo pour la première sortie Montagne de l'année. Je pars de Saint-Jean de Sixt en direction de Thônes, là les choses sérieuses commencent. Je prends la direction de Manigod puis le Col de la croix Fry que j'atteins en une heure depuis Thônes, la première montée de l'année de ce col s'est bien passée. On peut encore skier au Col de la croix Fry. Après une courte pause, je prends la direction de la Clusaz puis le col des Aravis puis je rentre sur Saint-Jean de Sixt.

Au final 48 km au compteur »

A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

Les nouvelles du club

Des nouvelles de Jean-Pierre CHECCACCI

Victime d'une chute, Jean Pierre n'avait pu venir au Viron des Gones.
Nous avons reçu de bonnes nouvelles de sa part et nous devrions bientôt le revoir parmi nous.

« Maintenant je vais bien mieux, juste quelques écorchures au genou et au bras persistent, je n'ai plus d'attelle mais une douleur persistante dans le poignet gauche qui m'empêche de bien me servir de la main, j'ai quand même recommencé le vélo, mais presque d'une main. »

CODEP 69

Le bureau du CODEP 69 va être renouvelé cette année.

Paul REY me demande de vous transmettre l'information.

Si vous êtes intéressés pour participer activement à la vie cyclotouriste du département, sachez que le CODEP recherche des volontaires.

Il existe au sein du CODEP plusieurs commissions dans lesquelles nous pouvons avoir une action concrète.

« Nous sommes actuellement 7 (dont 3 ou quatre jeunes) et que nous souhaiterions passer à 10 ou 12 si possible! »

Rallye « La Décinoise »

Le « CYCLO VTT DECINES » organisait la 7eme édition de son rallye le Dimanche 08 Avril. Il a vu la participation de 3 Atscafiens :

Alain GIACOMEZZO sur un parcours VTT

Daniel ROTHWILLER et Pierre DUMAS sur le parcours cyclo 60 km.

Toutes à PARIS

Tous les CODEP de France préparent cette manifestation : élaboration des feuilles de route, formations mécaniques, etc.

Pour la région Rhône-Alpes, nous aurons 200 participantes qui seront réparties en 11 groupes menés chacun par 3 responsables qui ont suivi une journée de préparation.

Un brevet de 100 km regroupera toutes les engagées du Rhône pour qu'elles fassent connaissance et se mettent en situation sur un parcours équivalent à une journée de voyage.



A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

AUDAX Lyon-Suze la Rousse

Par Clément BONITEAU

Après le Zig-Zag de 200km dans la Dombes le Dimanche 01 Avril, Clément a participé au brevet AUDAX « Lyon-Suze la Rousse » de l'ASEB.



« Traditionnel départ à 5h en pleine nuit à la lueur de nos phares. Tout se passe bien jusqu'au premier arrêt à St Rambert d'Albon. On a même 20 minutes d'avance sur le timing, mais là on nous prévient qu'un cyclo vient de crever 2 fois à quelques kilomètres de la ville. Du coup Aimé va le chercher avec son camion et on repart avec un peu de retard.

Après cela aucun incident à déclarer jusqu'à St Marcel lès Valence, on rattrape un peu le retard et même si le temps est menaçant nous n'avons pas encore pris la pluie. On a seulement perdu le camion suiveur du Perréon...

Au départ de St Marcel les premières gouttes et cela pendant une bonne heure jusqu'à Grâne. Malgré la pluie on entre dans la partie de l'AUDAX que je préfère, une enfilade de petites routes dans les champs drômois, et surtout, c'était mes routes d'entraînement lorsque j'habitais Valence.

La pluie ayant cessé de jouer des claquettes avec la route nous attaquons sous le soleil le premier col, le col de Tartaignille, les plus costauds partent devant et le RDV est donné à Marsanne au restaurant.

Après un bon repas nous voilà repartis, un peu en retard, pour une bonne soixantaine de kilomètres. Le vent nous est favorable, un peu de pluie dans le col d'Aleyrac, mais rien d'inquiétant, juste ce qu'il faut pour nous rafraîchir. Après la descente du col nous voilà traversant les champs de lavande et les vignes pour apercevoir au loin le château de Suze la Rousse. Pour arriver finalement à 17h20, seulement 5 min. de retard sur l'horaire prévu.

Avec 6 autres personnes nous repartons aussi sec pour la gare de Bollene afin de ne pas rater notre train. 18h40 dans le train, de retour sur Lyon, on rigole, on refait la journée, on se charrie un peu et on se dit à bientôt et au revoir sur le quai de la gare.

Petite anecdote « rigolote » puisque rien de grave, la seule chute de la journée à mon actif, elle c'est passée à 2 km de chez moi à l'arrêt à un feu, ma cale qui ne voulait pas se d'éclipser...

Mais pas de mal ni sur le vélo, ni sur le bonhomme, toujours se rappeler qu'avant l'arrivée il faut rester vigilant.

Très belle journée, 240 km au compteur en rentrant et un peu de fatigue.

Voilà, à bientôt sur le vélo. »

CLEMENT

A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

Lyon-Céreste

Par Florian CABAJ



« 4h du matin à Parilly, Bruno, Alain et moi sommes prêts à partir pour Céreste rejoindre le reste du groupe. Départ classique par Vénissieux, Corbas et Marenne. On évite soigneusement le col de Bel-Air pour passer par Chuzelle puis rejoindre Vienne (précision pour Bernard : par la vallée de la Sevenne).

Passé Vienne petite pause car il y a du brouillard et cela fait de la condensation sur mes lunettes. On repart sous la conduite de Bruno qui semble connaître le parcours par coeur et n'hésite pas aux intersections malgré la nuit. Le jour commence à poindre alors que nous approchons de Romans.

Nous prenons le petit déjeuner tranquillement et on en profite pour envoyer un message aux copains pour les informer de notre avancée.

Le temps se couvre et rapidement la pluie nous rattrape. Nouvelle pause pour cause de buée sur les lunettes, on en profite pour protéger les sacoches et les cyclos sous des tissus étanches. On rattrape un groupe qui rejoint lui aussi la concentration Pascale. On continue à filer en espérant que le temps sera meilleur plus au Sud.

La pluie s'arrête peu avant Crest. Passé la ville, on retrouve des routes déjà empruntées (sur des BRM ou lors d'une trace Vélocio il y a 2 ans) pour arriver à la Bégude-de-Mazenc. Plus qu'à franchir Aleyrac (toujours pas à l'ombre) pour avoir le droit de manger à Grignan. On profite de la pause pour faire sécher nos affaires.

La température n'est pas très élevée, mais on a pu dépoussiérer et nous filons toujours plein Sud à bonne allure. Le tronçon entre Tulette et Carpentras n'est pas très marrant (grandes routes rectilignes) mais le vent ne nous handicape pas.

Petite hésitation à Carpentras mais un vélocitane (autochtone en vélo) nous indique la route à suivre pour rejoindre Venasque et nous conseille une belle boucle autour du col de Murs avant de comprendre où nous allons et de pousser un juron d'exclamation.

Petit crochet dans Malemort-du-Comtat pour refaire les niveaux avant de repartir sur Venasque. La route n'est pas terrible, mais le paysage dans les gorges est agréable sur une pente pas trop forte. Ensuite, belle descente sur Apt, petite pensée pour Daniel & Cathy en apercevant les ocres de Roussillon. La traversée d'Apt est un peu pénible, mais on retrouve la tranquillité sur la piste cyclable. On hésite un peu sur la fin car des panneaux nous envoient sur des routes que nous n'avons pas sur la carte. Finalement, on passe dans les Alpes de Haute-Provence, ça sent bon l'arrivée. Le groupe nous attend sur la place devant le gîte pour nous accueillir un verre à la main (ils sont en plein apéritif / dégustation). Encore une belle journée de vélo ».

FLORIAN

A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

Pâques en Provence

Du Vendredi 06 Avril au Lundi 09 Avril



Photos de Magali MAILLOL

**Magali MAILLOL-Ginette TEDESCO-Annick BASTIDE
Nicole RADON-Christiane AUGAY-Martine SILBERSTEIN
Cathy CASTEAU-Evelyne LEFRANCOIS-Dominique PEREIRA
Jacques DELMAS-Yves DUBOST-Bernard CHAREYRON
Daniel CASTEAU-Rudy THULIE-Florian CABAJ-Alain SAVEY
Bruno MAILLOL-Philippe DESIRE**

Un petit aperçu de ce week-end avec des photos de Magali MAILLOL et des commentaires de Florian CABAJ et Philippe DESIRE.

« Encore un beau week-end avec le club. Nous (Bruno, Alain et moi) avons rejoint le groupe samedi soir vers 19h00 après être parti de Lyon à 4h du matin. On est arrivé juste trop tard pour la dégustation organisée par Daniël et son beau-frère (boire ou rouler, il faut choisir), mais on ne pouvait pas arriver plus vite.

Dimanche petit trajet jusqu'à la concentration Pascale et retour à Céreste pour certains pendant que les plus courageux allaient chercher un col en plus à l'initiative de Bernard qui s'est transformé en boucle touristique aux gorges d'Oppedette. Aujourd'hui le groupe se scinde en deux, les matinaux (départ 7h30) qui font un itinéraire un peu plus long et vallonné que les moins matinaux (départ à 8h00). Le parcours remonte par la route que nous avons empruntée hier avant de redescendre par le Colorado de Rustrel. Regroupement à la mine d'Ocre de Bruoux. Après la visite nous faisons le crochet par Roussillon (toujours à l'initiative de Bernard qui veut son BPF) avant de redescendre chez Daniel où Cathy nous a préparé trois salades pour nous requinquer avant de remonter dans les voitures. »

FLORIAN

« J'ai rejoint les itinérants avec toute ma petite famille ou après l'arrivée triomphale des 3 véloces Florian, Alain, Bruno et leurs 310km (même pas fatigués) on a eu droit à un bon repas.
Merci Yves »

PHILIPPE

A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

Les cyclos de semaine



Week-end « Remise en forme » à Viviers, Pâques en Provence, c'est lui le grand organisateur :

Yves DUBOST.

Et en 2012 pour l'ATSCAF, ce n'est pas terminé. De plus, tous les mardis, il propose une sortie dont il a le secret dans le plus pur esprit du cyclotourisme.

C'est une sortie ouverte à tous et qui a le mérite de rassembler des adhérents de différents clubs.

Un thème différent pour chaque sortie.

Artistique, touristique ou gastronomique ou les 3 à la fois. La semaine dernière, Yves proposait aux « CDS » d'aller déguster une tête de veau

Sortie « Tête de veau » des CDS

Par Jean Pierre des Monts du SAL

« Par l'odeur alléchée, par la tête de veau, j'ai répondu présent à l'aimable invitation des C.D.S (cyclo de semaine) d'Yves DUBOST.

Chaque fois étonné et admiratif des propositions de ces sorties, il fallait bien tester ce genre de randos amicales dans lesquelles les structures : V.F., routes, chemins, culture, gastronomie, patrimoine, simplicité et convivialité, permettent d'apprécier le plaisir de la vie. C'est confirmé par ce type de sortie que l'aventure est donc bien à portée de vélo. N'en déplaise aux agences de voyages.

Nous nous sommes retrouvés à huit pour cette journée.

6 avaient pris le train à Lyon-Part Dieu, pour Bourgoin-Jallieu.

Voulant éviter un déplacement sur Lyon, j'ai pris ma voiture, et à la sortie je regrette mon choix, j'aurais dû partir par le train.

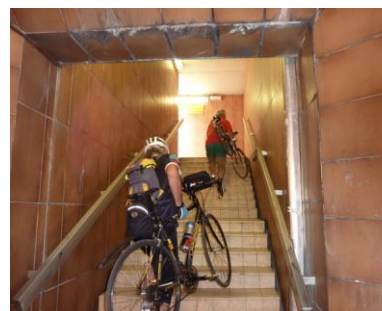


5 cyclos décidés et prêts à affronter une tête de veau

A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

Les cyclos de semaine



Sous l'égide d 'Yves, nous sommes partis de la gare de Bourgoin, à la recherche de Torchefelon (je trouve que ce nom sent le moyen-âge, Sir de Torchefelon....) où il est prévu de manger la tête de veau au vin rouge.

Avec un objectif comme celui-ci personne n'a senti les 900 m de dénivelé à avaler, tous ne pensaient qu'à avaler la tête de veau.

Bien que prévu par la météo la semaine dernière, le mauvais temps, depuis s'était converti au soleil nuageux avec une température agréable.

Un parcours bucolique de 63km, bien tracé et bien géré par Yves, nous permet d'arriver à midi à l'Auberge, pour la découverte de la tête de veau au vin rouge, peu courant mais très appréciée, (à mettre dans une de nos sorties), honneurs aux anniversaires de Michel et Léon qui par l'apéro et le vin nous ont permis de ne pas subir la sécheresse.

Après le repas, retour via La Tour du Pin ou encore quelques petites montées bien placées sont venues nous rappeler que la terre n'est pas plate, l'église avait tort, c'est bien Galilée qui avait raison et en plus elle tourne.

Arrivée à la gare de Bourgoin, c'est terminé, après un au revoir aux bienheureux retraités qui s'en remettent à la S.N.C.F, je remercie Yves pour son invitation et cette excellente journée.

C.D.S, confirme tout le bien que je pensais de cette initiative, pour avoir participé à une de leurs aventures, je félicite Yves, pour l'idée, la mise en œuvre, le temps et le dévouement qu'il y met.

Des personnes comme ça, loin des médailles, qui vous font partager les plaisirs, c'est simple, mais ça vous fait du bien »

Jean Pierre des Monts



A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

L'agenda

- **Samedi 14 Avril, 8h15 pour un départ à 8h30**
Sortie club à GIVORS
- **Samedi 21 Avril,**
Randonnée des monts du Lyonnais ASPTT à POLLIONNAY
Parcours de 50-75-100-140-200 kms
- **Dimanche 22 Avril,**
Rallye « La Castellane » à CALUIRE organisé par l'AS Caluire
Collège André Lassagne, rue André Lassagne 69300 Caluire
Parcours de 30-60-80-120 kms
- **Samedi 28 Avril, 8h15 pour un départ à 8h30**
Sortie club à VILLEFRANCHE en BEAUJOLAIS
- **Samedi 05 Mai, 8h00 pour un départ à 8h15**
Sortie club à MARENNES
- **Dimanche 13 Mai,**
Rallye « L'OCTOCOTE » à FONTAINES St MARTIN
organisé par l'AC3F
Parcours de 30-60-80-120 kms
- **Samedi 19 Mai, 8h00 pour un départ à 8h15**
Sortie club à CHAPONOST

*A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations
Financières.*

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr