



## La "LETTRE" de l'ATSCAF Cyclo 69 n°518

03 Juillet 2012



Photo-montage d'Odile SAVEY

**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](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)*

# Le week-end Mythique

23-24/06/2012

## PRA-LOUP



Christiane AUGAY-Chrystel BERTRAND et Elliot-Cathy CASTEAU  
Françoise CHENAIS-Andrée DECLERIEUX-Patricia DURAND  
Patricia JOHANNES-Murielle LABAUNE-Evelyne LEFRANCOIS  
Magali MAILLOL-Dominique PEREIRA-Monique PECH-Odile SAVEY  
Martine SILBERSTEIN

Florian CABAJ-Daniel CASTEAU-Bernard CHAREYRON-Jean Marc  
Raymond CHATENAY-Philippe DESIRE-Yves DUBOST-Pierre DUMAS  
Michel FEYX-Benoit et Christophe LABAUNE-Bruno MAILLOL  
Jean-Jacques PECH-Gilles PHILIPPON-Leon ROCH-Philippe ROURE  
Alain SAVEY-Marc STEFFEN

Evelyne JACQUEMARD-Jacqueline MANTELLATO  
Claudie KAMINSKI-Françoise DOITRAND-Patricia GOYAUD  
Martine et Jean CHANAL-Benoit BIGO

Nous garderons tous en mémoire les paysages fantastiques de l'Ubaye et ce soleil radieux qui nous a accompagné tout le long de l'ascension de la Bonette et au cours de la randonnée du Dimanche.

Merci à Bruno pour cette organisation parfaite, ainsi qu'à Christiane pour la randonnée et à Evelyne pour nous avoir tricoté de beaux bonnets pour nous souvenir de ces belles journées.

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

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)

# Le week-end Mythique

23/06/12

## La BONETTE

L'ascension racontée par Florian



**LA sortie mythique**, et pas n'importe quoi : la plus haute route de France (2802m sur la route qui fait le tour du piton) et le troisième plus haut col routier de France (2715m, derrière l'Iseran, 2770m, et l'Agnel, 2744m).



Les consignes ont été données hier, même si nous n'avons pas déterminé l'heure du repas. Un groupe partira de Barcelonnette, l'autre de Pra-Loup. Cela permettra au plus fatigué de pouvoir s'épargner la remontée sur Pra-Loup

Nous partons un peu en retard avec Marc, Alain et Bruno, mais nous rejoignons le reste du groupe à la sortie de Barcelonnette, eux sont passés par la ville et nous par le contournement.

Il y a différents groupes qui se forment sur le petit faux-plat entre Barcelonnette et Jausiers et je me porte en tête pour faire un regroupement à l'entrée de Jausiers, ou nous partions à l'assaut de la Bonette ensemble, même si le groupe se disloquera immédiatement sous l'effet des premières pentes.

Tout le monde est là et a retiré l'éventuelle veste qu'il avait pu garder pour la descente. Nous pouvons donc partir. Pierre s'est déjà postée en embuscade pour nous photographier en plein effort et Evelyne ferme la marche au cas où certains auraient un gros coup de barre et devraient renoncer à arriver en haut par leurs propres moyens. On tourne à droite dans Jausiers, il nous reste quelques hectomètres de plat avant que la route ne s'élève, assez sèchement d'ailleurs. L'échauffement n'aura pas été inutile.

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

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)

# Le week-end Mythique

23/06/12

Je fais un petit sprint pour me mettre devant et pouvoir prendre tout le monde en photo, il ne me manquera que Martine qui s'est arrêtée à la pharmacie acheter de la Sporténine.

Chacun prend son rythme, sachant que la montée sera longue, plus de 23km. Il convient donc d'être prudent. Je prends moi aussi mon rythme, comme je connais déjà la montée, je donne quelques infos à ceux qui la découvrent.

Il y a une alternance de passages raides et de replats dont il faut bien profiter.



Pour résumer, il y a 3 replats, les deux premiers surviennent après des passages en épingles. Le troisième est au niveau du lac des Eissaupres, il arrive juste avant le passage que je trouve le plus dur dans ce col (exception faite de la route sommitale) : les casernes de Restefond.

Mais avant d'y arriver il faut déjà avoir bien pédalé. Une fois les casernes passées, il y a un replat et la suite est plus facile, il n'y a plus qu'une forte pente au niveau de la route du col de Moutière (lieu également appelé parfois « Faux col de Restefond », le vrai col étant situé un peu plus loin à l'écart de la route à gauche dans le sens de la montée.

Pierre s'est régulièrement posté dans la montée pour garnir la photothèque de l'ATSCAF. Il faut dire que les paysages permettent de faire de superbes photos.



J'arrive au sommet avec notre maillot jaune habituel, Gilles, et Christophe, peu de temps après Andrée. Raymond et Patricia sont partis gravir la route sommitale, imitées par Christophe. De mon côté, je décide de faire quelques allers/retours pour encourager ceux qui sont encore en pleine ascension et finir avec eux.

Patricia et Martine ont soufferts dans la montée mais sont bientôt au bout de leurs peines. Elles ont franchi les casernes, il ne reste plus que le dernier virage, celui qui permet de découvrir le sommet et récompense ainsi tous les efforts précédents.

Nous sommes maintenant au complet pour a photo, même ceux qui sont allés chercher le col de Grange Commune (P'tite Tortue, Patricia, Raymond et Baraque) sont revenus.

Avant de redescendre, je propose à ceux qui le veulent de me suivre pour aller ajouter un col de plus à leur tableau de chasse, celui du Restefond. Nous nous y arrêtons et quasiment tout le groupe me suit, le vélo à la main pour ce col muletier. L'occasion pour certains de faire des photos du vallon de Grange Commune.

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

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com)

Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)

# Le week-end Mythique

23/06/12



Le chemin qui part d'ici rejoint en effet ce col sur l'autre versant du col de la Bonette. Nous pique-niquons au niveau du lac des Eissaupres. Par hasard, nous rencontrons un des membres de l'association qui organise le Défi des Fondus de l'Ubaye, notre prochain objectif à Bruno, Alain et moi. Ce sont eux que nous avons vu pendant que nous montions et qui ramassaient les déchets sur le bord de la route. Le volume ramassé est impressionnant pour seulement 23km de route.

Après avoir repris des forces, nous voilà prêts pour finir la descente.

Ce serait un plaisir si les motards italiens ne se prenaient pour des haut-savoyards conduisaient comme des demeurés, considérant que la route leur est réservée.

La journée se termine par un aller-retour à Saint-Paul sur Ubaye ou une montée sur Sainte-Anne pour les plus courageux. Les autres rentrent directement sur Pra-Loup, en voiture ou en vélo.

## FLORIAN

Après le regroupement à Barcelonnette, certains ont encore le courage pour remonter à Pra-Loup en vélo. Il ne reste « que » 7 km mais quels kilomètres ! 7 à 9% de moyenne et avec une chaleur accablante.

Respect à **Andrée, Odile, Magali, Patricia, Alain, Bruno, Christophe, Benoit, Bernard, Marc, Daniel, Raymond, Michel, Léon, Florian**



Il y a quelques mois, **Odile** gravissait un col pour la première fois, le mythique col de Bel Air.

Aujourd'hui elle enchaîne le col de la Bonette et la montée sur Pra-Loup, tout en reconnaissant « qu'effectivement il y avait des passages difficiles !!! »

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

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)

# Le week-end Mythique

24/06/12

## Les lacs de la CAYOLLE



Aujourd'hui, les vélos se reposent. Nous allons au col de la Cayolle, mais en voiture. C'est de là que part la ballade préparée par la section randonnée : la boucle des lacs de la Cayolle.

Un couple de randonneur l'a fait en éclaircur vendredi et nous a confirmé qu'elle était très belle. Muriel, Christophe et moi le savions déjà pour l'avoir faite par le passé.

Encore que lorsque je l'ai faite, j'étais toujours parti de l'autre versant, depuis le Lac d'Allos.

Dès le début, comme pour la Bonette la veille, nous sommes dans le vif du sujet. Ca grimpe assez fort dans un pierrier (avec un peu de sirop de menthe pour moi s'il vous plaît). Nous débouchons alors sur un premier lac que Christiane nous annonce comme étant le lac de la Petite-Cayolle.

On corrige assez rapidement, le lac en question est bien plus haut, au niveau du col de la Petite-Cayolle. Il faut donc continuer à monter.

Deux petits névés gênent notre progression, ils sont sur le chemin normal et la trace qui les évite raccourcit le parcours en augmentant la pente.



Nous arrivons finalement bien au col et au lac de la Petite-Cayolle. Comme en vélo, c'est l'occasion d'un regroupement général. Le plus difficile de la ballade est maintenant derrière nous. Nous allons rester sur la crête jusqu'au Pas du Lausson avant de redescendre sur le col de la Cayolle.

On contourne le lac de la Petite-Cayolle pour se diriger vers celui des Garrets. L'extrémité du lac côté Allos est encore bouchée par un important névé.

Nous découvrons ensuite le Mont Pelat, l'un des points les plus hauts du Mercantour (3050m) dont nous devinons sur le sentier sur la pente rocheuse, jusqu'à la crête sous le piton terminal. Le lac des Garrets apparaît devant nous. Il n'a pas la forme caractéristique de verre à pied ou de pique qu'on lui voit sur les cartes postales, car son niveau est trop haut en cette saison. En le contournant nous apercevons des chamois sur une des crêtes herbeuses. En remontant sur la crête pour aller vers le Pas du Lausson, un gypaète barbu nous survole à basse altitude.

Nous découvrons ensuite le Pas du Lausson, beaucoup plus impressionnant que lorsque j'avais fait cette ballade plus tard en saison et où il ressemblait à une petite mare. Il ne nous reste plus qu'à découvrir le dernier lac, le plus imposant de la ballade, le lac d'Allos.

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

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)

# Le week-end Mythique

24/06/12



La vue sur ce lac est toujours aussi belle, même si de là où nous sommes nous ne voyons pas les tours du lac se refléter.

Vu l'heure, le pique-nique est pris au sommet, juste avant d'amorcer la descente et le retour sur le col la Cayolle. Cette descente nous donnera l'occasion d'admirer quelques marmottes de plus et de découvrir quelques chametins (nous pensons qu'il s'agissait des bouquetins, mais nous n'en sommes pas totalement sur, il pouvait aussi s'agir de chamois).

Nous retournons ensuite à Pra-Loup pour charger les voitures et boire le verre de l'amitié pour clôturer en beauté ce superbe week-end. Le rendez-vous pour l'année prochaine est déjà pris dans les Aravis pour aller gravir le col de la Colombière."

**FLORIAN**

Nous étions donc 26 au rendez-vous du dimanche matin sur le parking du col de la Cayolle, pour le départ de la randonnée pédestre. Comme chaque année désormais, elle réunissait randonneurs et cyclos pour clôturer ce week-end mythique 2012 à Pra Loup et encore une fois, nous avons été gâtés par une météo privilégiée.

En collaboration avec Evelyne JACQUEMARD (de la section rando ATSCAF), je proposais cette année le tour des lacs de la Cayolle.

Tout près du col, un chapelet de lacs qui scintille entre falaises et éboulis ...



Une balade superbe, un décor grandiose (entre 2260 et 2678m), des marmottes en train de batifoler le long du parcours, des chamois ou bouquetins (un peu trop loin pour les distinguer) et bien sûr le schrub traditionnel après le pique-nique !

Bref, tous les participants étaient enchantés de cette randonnée et avant de se quitter, se sont tous retrouvés au Chalet des Bergers pour le pot de clôture, offert par la section cyclo

**CHRISTIANE**

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

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)

# Le week-end Mythique

22/06/12



Pour certains le week-end a commencé dès le Jeudi.

L'occasion d'aller gravir le col d'ALLOS pour Patricia JOHANNES, Raymond CHATENAY et Michel Feyx. Murielle, Christophe et Benoit LABAUNE se sont attaqué au col d'IZOARD tandis que Dominique PEREIRA, Françoise CHENAIS, Andrée DECLERIEUX, Magali MAILLOL, Christiane AUGAY et Evelyne LEFRANCOIS avaient choisi le col de VARS

Voici une sortie originale proposée par Florian.

L'ascension du PARPAILLON en VTT avec Marc STEFFEN et 6 débutants en VTT : Evelyne LEFRANCOIS, Dominique PEREIRA, Christiane AUGAY, Martine SILBERSTEIN, Magali MAILLOL et Philippe ROURE



Bien que la veille j'ai découragé Léon et Bernard du VTT, il y a quand même 7 candidats pour monter au Parpaillon avec moi, Marc, et six débutants : Martine, Christiane, Fantomette, P'tite Tortue, Evelyne et Philippe.

Nous fixons le rendez-vous à La Condamine-Chatelard, car il n'y a que Marc et moi qui ayons nos vélos, les autres doivent passer les louer à Barcelonnette.

Après que Marc ait remonté son VTT pliant et que nous ayons ajusté les hauteurs des selles des vélos de location, nous voilà prêt à partir. Les cloches sonnent 10h.

Dès le début, nous sommes dans le vif du sujet : une pente à près de 10% de moyenne, sur la route pour l'instant. Les débutants sont partis devant pendant que Marc finissait de fixer sa caméra sur son guidon. Il fera demi-tour au bout de 500m car il a oublié sa frontale, utile si nous pouvons passer le tunnel.

Pendant ce temps-là, le groupe avance dans la pente. C'est un peu particulier car on garde les repères du vélo de route et on a l'impression de se trainer. Il faut dire que ce n'est pas le terrain de prédilection de nos montures du jour. Les pneus mordent la route et ralentissent notre progression, mais leur adhérence nous sera utile sur plus de 10km.

Ma mémoire me trahi un peu car j'annonce que le plus dur est derrière nous alors que nous allons attaquer le kilomètre le plus difficile. Martine et Christiane n'arrivent pas à remonter sur leur vélo du fait des développements trop courts et se font donc pousser au démarrage..

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

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)



# Le week-end Mythique

22/06/12

Derrière nous le camion de l'équipement qui gravillonne généreusement la route est en train de nous rattraper. Heureusement, nous allons bientôt bifurquer à droite direction la chapelle Sainte-Anne, là où commence la piste. Le tronçon entre l'intersection et la chapelle est presque plat. On a même l'impression que la route descend, mais c'est un effet d'optique, quand on se met en roue libre, la vitesse décroît inexorablement. Nous faisons une pause à la chapelle pour refaire les bidons et nous restaurer un peu avant de reprendre la route piste. La fontaine nous permet de nous rafraîchir et de nous rincer car avec la transpiration, nous sommes couverts de sel. Nous voilà maintenant parti pour un peu plus de 10km de piste. Une grande première pour 6 d'entre nous. Le début est assez simple et permet de s'habituer aux sensations qui sont différentes de la route.

Les petits développements rendent les redémarrages délicats pour les débutants et du coup certains doivent marcher avant de retrouver un tronçon plus plat pour se relancer. La piste alterne les tronçons plus ou moins faciles, un VTTiste averti ne se rendrait pas compte de la différence mais pour les débutants, le ressenti n'est pas le même.

Nous faisons une nouvelle pause au Pont du Bérard pour la photo autour de la borne. Il ne manque que Martine qui a filé devant sans s'arrêter, comme elle ne se sent pas très en forme, elle préfère prendre de l'avance, sachant que nous la rattraperons rapidement.



Après ce pont, il y a un nouveau passage raide avec deux virages en épingle à cheveux. Marc passe sans encombre, bien évidemment, pour le reste du groupe, chacun fait comme il peut, le plus souvent en alternant marche et vélo en fonction de la pente.

Enfin, un replat se présente, c'est bon signe car nous avons droit à un répit jusqu'à la cabane du Grand Parpaillon. Ce sera le dernier, donc il faut bien en profiter. Nous nous regroupons et nous ravitaillons un peu avant de continuer notre progression. Marc a mis à profit la pause pour s'amuser à franchir à plusieurs reprises le gué qui est en contrebas de la piste. Christiane semblait bien partie pour l'imiter, mais à finalement renoncé. Le reste du groupe n'est pas très joueur et est resté sur le pont.

Nous voilà maintenant dans les 6 derniers km de l'ascension, pas les plus tendres, mais le panorama nous récompense de nos efforts. Le degré d'aisance sur la piste est très variable dans le groupe. Evelyne a trouvé une technique pour se relancer quand elle met pied à terre, elle prend appui sur une roche ou carrément sur la montagne pour se donner l'impulsion qui lui assure la vitesse suffisante pour remettre les pieds sur les pédales. A l'inverse P'tite Tortue est totalement paralysée à l'idée que sa roue puisse être déséquilibrée par un caillou et se résigne donc à pousser son vélo.

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

*Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com)*

*Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)*

# Le week-end Mythique

22/06/12

Le groupe avance doucement mais sûrement. Nous faisons des pauses régulières pour nous regrouper et nous encourager mutuellement. La caméra de Marc est en panne de batterie, il ne pourra donc pas immortaliser son arrivée au sommet, je lui propose en plaisantant de faire demi-tour pour aller chercher sa seconde batterie qui est restée dans la voiture.

Nous sommes maintenant dans les lacets, les jambes commencent à être lourdes pour certains d'entre nous. Christiane et Martine sont à la peine, mais elles avancent quand même et gardent leur bonne humeur malgré la difficulté.

Evelyne a vu une carcasse d'animal sur le bord de la piste et se demande s'il s'agit d'une marmotte ou d'un mouton. Une chose est sûre, ce n'est pas un VTTiste, c'est beaucoup trop petit.

Lors d'une pause, un petit mensonge sur l'altitude à laquelle nous sommes, ou plutôt une opportune et volontaire erreur de lecture de la carte, permet de maintenir le bon moral du groupe, car je sens que certains peinent vraiment et j'aimerais que tout le monde arrive au sommet.

Marc a filé devant à partir de la dernière épingle, tandis que je suis resté à attendre tout le monde. Je détaille la suite de la montée. Nous allons rentrer dans un premier vallon, assez long pour en ressortir sur le chemin que nous voyons à flanc de montagne. Là, nous nous enfonçons dans un second vallon, moins profond, pour ressortir sur le chemin que nous voyons plus loin sur la montagne. A partir de là, ce sera gagné, une dernière épingle nous renverra en direction du tunnel. Il ne faut surtout pas s'inquiéter de ne pas voir le tunnel, il apparaît vraiment au dernier moment.

Christiane et Martine sont à bout et nous annoncent qu'elles n'iront pas plus loin. Je n'arrive pas à les convaincre que le plus dur est derrière nous et que nous touchons au but. Nous voilà donc repartis à 5, chacun à notre rythme, plus Marc qui caracole devant. On avance doucement, mais sûrement comme depuis la cabane du Grand Parpaillon. Le premier vallon est particulièrement long à traverser. C'est là que nous avons eu un troupeau de moutons gardés par des patoux lors de ma première ascension avec mon copain Rodolphe. Il reste quelques névés, mais ils ne débordent pas sur la piste. Nous sortons enfin du premier vallon et rentrons dans le second. Je vois Marc qui est déjà en train de rejoindre la dernière épingle. Avant ça, il faudra passer un névé. J'attends pour m'assurer que tout le monde passe sans problème, ce qui est bien le cas. Je me rappelle que Migi m'avait bien aidé il y a 3 ans lors de notre premier Sommeiller. Nous voilà maintenant dans le dernier tronçon de la montée. Une ultime épingle et nous verrons le bout du tunnel. Je rejoins Evelyne qui est en vue du tunnel et constate que Martine et Christiane, dont l'abandon semblait définitif ont finalement décidé de continuer. Elles sont sorties du premier vallon et vont rentrer dans le second. Nous devrions donc bien être 8 au sommet.



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

*Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)*

# Le week-end Mythique

22/06/12

Je fais demi-tour pour rejoindre Fantomette que je ne vois pas arriver. Quelques encouragements pour le dernier virage et elle va découvrir le tunnel. Alors que Fantomette arrive, je constate que Christiane et Martine ont fait demi-tour à l'entrée du dernier vallon. Je m'en veux de ne pas être allé au-devant d'elles pour les encourager et leur indiquer que le sommet était là, à portée de main...

Marc et moi sommes allés jeter un coup d'œil sur l'état du tunnel afin de savoir s'il était franchissable. Verdict : 10 à 15cm de glace, nous préférons renoncer à le franchir.

Nous sortons nos pique-niques et commençons à les manger. Nous apercevons plusieurs personnes sur la crête, en y regardant mieux, on s'aperçoit qu'elles ont des vélos et qu'elles s'apprêtent à descendre notre versant.

Le premier commence sur le vélo, mais en descend rapidement pour finir prudemment à côté. Ses trois compagnons le suivent, mais sont plus hésitants dans leur descente. Je dis à Evelyne que des cyclos qui passent le col par la crête, forcément, il y en a du club des Cent Cols. Bingo ! Quand le premier arrive et que la discussion s'engage, il nous confirme qu'ils sont tous les 4 membres des Cent Cols.

Après nous avoir pris en photo au sommet du tunnel, merci à Jean-Bernard et ses collègues, ils s'engagent dans la traversée du tunnel. Nous finissons notre repas avant de repartir à la descente.

Comme hier, je donne quelques conseils et on baisse les selles. Nous voilà parti pour 17km sans donner un coup de pédale ou presque.

L'assurance vient petit à petit, mais le début est un peu laborieux pour les débutantes, Philippe bien que débutant et habituellement peu à l'aise dans les descentes sur route se découvre des talents de descendeur en VTT. P'tite Tortue fait le premier km à pied avant de prendre sur elle et d'oser enfourcher sa monture.

La descente est prudente, il ne s'agirait pas de faire une mauvaise chute et de devoir renoncer à la Bonette le lendemain.

On fait des pauses régulières pour vérifier que tout le monde est bien là et qu'il n'y a pas de problèmes. Et à 18h, nous voilà au parking de la Condamine, fiers d'avoir gravi le mythique tunnel du Parpaillon et des images plein la tête...



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

*Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)*

# Le week-end Mythique

Par **Martine SILBERSTEIN**

Le VTT, col du Parpaillon

Le VTT est un vélo sauvage que l'on se doit d'appivoiser.

Ses pédales, redoutables mâchoires attaquent les mollets maladroits et les tibias sans défenses. Les coudes ne sont pas proie faciles mais, à la moindre défaillance, ils sont, eux aussi, victimes de cet être d'acier. Mon corps en garde des blessures que je peux vous conter...

Bref ! le VTT est réservé aux guerriers et guerrières aguerris !

et

Dimanche, rando au départ du col de la Cayolle

Des fleurs, des fleurs, des fleurs de toutes les couleurs

Dans le ciel, le gypaète barbu plane

Sur terre les marmottes se querellent

et les bouquetins bouquinent un herbier sauvage

Tout est là !

Les lacs, les torrents, et les rochers sont à leur place

Seul, le ciel, mouvant, est passé d'un bleu éclatant à un moutonnement incertain

## Les impressions de Petite Tortue

« Que de beaux souvenirs dans les yeux, avec ce superbe week-end. Encore un sans faute.

Trop beau, et le superlatif n'est pas encore assez fort.

JEUDI : au retour du col de Vars: Evelyne a crevé 2 fois, nous allons devoir la chercher avec le tagazou. Entre temps, elle nous informe qu'elle a trouvé un camping car...Mais 3/4 d'heure après, toujours personne. Evelyne, où es-tu??? que fais-tu???? On en mène pas large sur le parking. Mais ouf !!! elle arrive tout tranquillement.

VENDREDI : Comment je me suis musclé le haut du corps: marcher 6km avec le vtt à côté, dans le Col du Parpaillon avec un dénivelé de 9%

Comment je me suis musclé les fessiers: redescendre le même chemin, mais cette fois sur le vtt, en serrant les fesses, tellement j'ai la trouille.

Je laisse la place aux autres. »

## Celles de Michel FEYX

« Comme toujours la sortie mythique de cette année a été une réussite aussi bien sur le plan météo que de l'organisation.

Je suis content d'avoir réussi l'ascension du col de la Bonette ainsi qu'Allos le Vendredi avec Raymond Chatenay et Patricia.

3 jours magnifiques. Hébergement sans fausses notes.

Quelques coups de soleil lors de la marche. «

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

Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)

# Le week-end Mythique

## Et celles d'Evelyne qui résument bien le week-end

### MERCI

A Bruno pour nous avoir concocté de main de maître ce beau séjour (il a donc gagné le droit de recommencer).

A Christiane et Evelyne JACQUEMARD pour cette magnifique et splendide randonnée.

A Florian pour nous avoir entraîné(e)s dans la folle équipée du Parpaillon.

A ces auto-caravanistes allemands qui m'ont redescendue du col de Vars à Jausiers suite à une crevaison non réparable

A la grenouille de Météo France pour le beau temps .

A tous pour leur bonne humeur et leur implication collective dans la réussite de ce séjour.

### 1ère FOIS

Que je monte un col à vélo et le redescend à pieds ( d'habitude c'est plutôt le contraire !).

Que je voyage dans une auto caravane (cf plus haut).

Que je fais vraiment du VTT J'ai gagné mes galons de cyclotouriste car j'ai grimpé LE col mythique par excellence : Le Parpaillon !!

Que j'ai un col à plus de 2000 que Bernard n'a pas !!!

### EPATEE

Par la performance d'Odile et de Murielle dans la Bonette.

Par la beauté des paysages !

Par les marmottes.

Par la patience de Florian et de Marc qui nous ont attendu durant toute la montée du Parpaillon.

Et au risque de paraître immodeste : par moi même d'avoir réussi à me hisser au sommet du Parpaillon !

### REGRETS

Que Cathy ai été bloquée au centre par un mal de dos sournois,

Que Michel GIRARD, Annick BASTIDE se soient vu contraints d'annuler leur séjour suite à des soucis de santé,

Que notre président n'ai pu faire la montée à vélo. Mais cela nous vaut un superbe reportage photo.

### Mention spéciale à Elliot :

Pour l'aide précieuse qu'il nous a apporté dans la voiture suiveuse !,

Pour la bonne composition dont il a fait preuve tout le long du week-end, se pliant à la vie du groupe sans jamais se plaindre , ni réclamer.

Pour son sourire.

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

*Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com)*

*Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)*

**Samedi prochain**

**07/07/12**

**CHATILLON d'AZERGUES**

Nous allons maintenant reprendre une activité  
« normale ».

Il est déjà temps de préparer le Viron des Gones 2013  
qui proposera de nouveaux circuits.

Pour le moment aucun circuit n'est tracé.

C'est le but de cette journée.

Pour cela nous avons une première proposition de Martine  
CRAVEDI. Il s'agit d'un circuit de 80 km à tester.

**RENDEZ VOUS**

**8h00**

**Sur le parking de la salle du  
Mille-Club**

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

*Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)*

# L'agenda

- **Samedi 07 Juillet**  
Sortie club à Chatillon d'Azergues
- **Dimanche 14 Juillet**  
Rallye « La Villardoise » à Villars les Dombes  
Organisé par les « Cyclotouristes du centre Dombes »
- **Samedi 21 Juillet**  
Sortie club à Ampuis
- **Samedi 28 Juillet**  
Sortie club à Morestel
- **Samedi 04 Aout**  
Sortie club à Loire sur Rhône, découverte de la Via-Rhône avec  
Chrystel et Elliot
- **Samedi 11 Aout**  
Sortie club à Joyeux, préparation « brevet club 200kms »
- **Samedi 18 Aout**  
Sortie club à Chatillon d'Azergues
- **Samedi 25 Aout**  
Sortie jour à Chauffailles

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

*Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)*

# Les ATSCAFIENS de la semaine

## Joyeux anniversaires



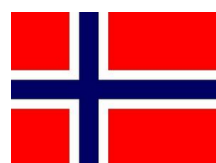
**PATRICIA**



**MAGALI**



**PHILIPPE**



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

*Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)*