



# La "LETTRE" de l'ATSCAF Cyclo 69 n°662

09 Juin 2015



Photo Christophe LABAUNE

**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)*

# La sortie du SAMEDI

06/06/2015

SAINT BERNARD



Photo Christophe LABAUNE

Françoise FOUILLANT - Helene BONNARD - Murielle LABAUNE  
Christophe LABAUNE - Daniel BUZON - Daniel ROTHWILLER - Frédéric VARILLON  
Jean Pierre CHECCACCI - Pierre FOUILLANT

Si les dernières sorties étaient plutôt fraîches, ce n'était pas le cas samedi au départ de St Bernard.

Les premières discussions portaient d'ailleurs sur les températures affichées aux compteurs. Nous étions déjà à 24°.

Pas le temps de profiter de cette relative douceur, nous prenons tout de suite un bon coup de chaud avec une sévère montée vers Pommiers.



Cette pente aura raison du courage de Jean-Pierre et de Pierrot qui préfèrent renoncer à la balade du jour. Françoise était encore bien vaillante et n'avait pas l'air de souffrir de la pente, mais comme elle accompagne Pierrot, la voilà obligée de faire demi-tour.

La suite est nettement plus calme et la route en crête nous permet d'apprécier les paysages du beaujolais. Daniel Buzon, le régional de l'étape, connaît les routes par cœur et nous le suivons en toute confiance. Le parcours évite soigneusement Villefranche par de petites routes ombragées et ne s'élève à nouveau qu'à l'approche du Mont Brouilly.

*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)

# La sortie du SAMEDI

06/06/2015

SAINT BERNARD

Il est déjà tard, il fait bien chaud, et comme nous avons rendez-vous chez Gilbert, nous décidons d'opter pour le petit circuit.



Hélène s'interroge :

Alors le but de la sortie, c'était en fait de prendre l'apéro chez Gilbert ??

Heuuu, eh bien oui, en quelque sorte...

Ah ces sportifs !! Mais il nous en faut

de la motivation pour aller prendre

l'apéro. Personne ne se souvient

exactement de l'adresse et comme nous

n'avons pas rentré son n° de téléphone

dans nos répertoires...

On essaye d'appeler notre bien-aimé Président pour qu'il nous sorte de ce faux pas : pas de réponse. Heureusement, Hélène nous sauve la mise car elle se souvient d'avoir contacté Gilbert pour sa commande de tenues cyclo. Elle a son N°.



Christiane et Gilbert nous accueillent avec leur gentillesse habituelle. Ils ont prévu boissons fraîches et amuses gueules en quantité. Nous profitons un bon moment de la fraîcheur de la cour ombragée, et faisons honneur à toutes les bonnes choses qu'ils nous avaient préparées.

Il faut bien finir le circuit, et après avoir remercié Christiane et Gilbert, nous repartons sous la chaleur (les thermomètres indiquent 39° au soleil).

Plutôt que d'emprunter la grande route qui longe la Saône, nous sommes remontés sur le plateau. La circulation y est plus tranquille et le vent du nord nous pousse rapidement vers St Bernard.

Un dernier panorama sur le beaujolais, malgré la chaleur, c'était une sortie bien sympa.

*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)

# Cyclo-Montagnarde du Haut Bugey

Samedi 06 et Dimanche 07/06/2015

HAUTEVILLE

## Grande aventure !



Odile SAVEY

...c'est ce que j'ai vécu dimanche. Il est certain que ça n'a rien de comparable avec ce que font beaucoup de copains/copines du club mais à mon niveau c'est ce que ce fut !

Alain s'est inscrit à la cyclomontagnarde du Haut Bugey, qui part d'Hauteville, et depuis mercredi m'a implanté l'idée que je pouvais m'inscrire sur le parcours de 110 km.

L'idée que je ne pouvais même pas envisagée au départ a fait son chemin et comme nous passions à Hauteville samedi, je me suis inscrite pour le lendemain.

J'avais beaucoup d'appréhension et ça ne s'est pas arrangé à l'inscription car toutes les conditions n'étaient pas réunies !

Nous nous sommes rendu compte que le parcours décrit sur le site (et enregistré sur mon GPS) avait changé. De plus, le carton sur lequel sont notés le nom des communes traversées était faux en ce qui concernait le 110...

Heureusement, il reste le fléchage (petits papiers de 15x5 cm vert pâle collés sur les bordures de trottoirs ou directement sur la route) !

Je suis malgré tout partie à peu près confiante sauf en ce qui concerne ma forme physique mais bon...

J'ai roulé doucement pour me garder des réserves que je n'étais pas sûre d'avoir. J'ai ainsi pu admirer le paysage même s'il ne m'est pas inconnu ; je ne m'en lasse pas.

*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)

# Cyclo-Montagnarde du Haut Buguey

Samedi 06 et Dimanche 07/06/2015

HAUTEVILLE

Ça m'a également permis de ne pas me laisser trop surprendre par le fléchage car il n'y avait aucune indication avant les carrefours ; seulement pendant et après. :/ De plus, avec l'orage de la veille au soir certaines étaient à peines visibles ...évident, je me suis loupée malgré tout et j'ai rajouté quelques petites fantaisies au parcours : un petit passage sur le 200 puis demi tour, une jolie montée loooooonngue et régulière (début du col de Richemond) avant d'arriver à Hotonnes plutôt que de suivre le circuit à peu près plat sur cette partie.

Au 77ème km je commençais sérieusement à saturer lorsqu'il à fallu attaquer le col de Coillard. Pas très long, 6 à 7 km (j'ignore où il fini et où commence celui de Belleruche, beaucoup plus doux) mais je ne crois me tromper en disant que le pourcentage moyen est supérieur à 7.

J'ai trouvé dur et je me sentais un peu seule : tous les cyclistes rencontrés, ou presque se sont contenté de me doubler !

Et puis j'ai entendu, derrière moi une voix connue, celle de Patricia. J'étais trop contente, je me retourne elle parlait avec Alain suivi de Raymond.

Ils arrivent à ma hauteur, nous disons 2/3 mots, je pose une question à Patricia qui me répond en continuant à son rythme, ce qui fait que je n'ai jamais entendu la fin ! Ça m'a trop fait rire !

A partir de là, Alain est resté à ma hauteur et même si les 3/4 du parcours étaient faits, j'ai vraiment apprécié car j'avais du mal et ça m'a encouragée.

J'ai donc fini après avoir fait les cols de la Rochette, les 2/3 de Richemond, Bérentin, Coillard, Belleruche, de la Cheminée, du Cruchon et de la Berche.

C'était très chouette. Je ne connaissais qu'une petite partie des routes à vélo.

J'étais passé sur d'autres en voiture seulement et certaines m'étaient inconnues.

De plus, il y a eu très peu de circulation à moins que je ne les aie pas vue à cause de mon état second !

Le parcours était initialement de 111 km et 1616 D+. Mon GPS indiquait à l'arrivée 115 km et 2220 D+ suite à mes "fantaisies".

J'étais dans un état quasi lamentable mais malgré tout ravie.

...mais pour le moment QU'ON NE ME PARLE PAS DE VÉLO !!!

Bises

ODILE

*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)

# Cyclo-Montagnarde du Haut Buguey

## La cyclo en 2 jours avec Raymond et Patricia

Pour une fois le ciel a préservé cette cyclo-montagnarde.

Il a plu avant, après, un peu plus loin, mais jamais là où les cyclotouristes passés, sauf pour Alain qui est probablement à l'origine de la colère de Zeus pour avoir tenté de défier les Dieux en prévoyant de faire 2 fois la Cyclo-1 jour en continu.

Nous nous donnions des nouvelles par SMS pendant la journée et en notant le soir, alors que nous étions attablés, qu'il attendait sous un abri à Bellay que l'orage violent cesse, nous lui avons réservé une place à table et trouvé un lit alors que l'organisateur était très embarrassé de ne pas trouver son nom sur la liste des participants. Mais Alain n'est jamais passé à l'hébergement, ce n'était pas son programme et nous n'avions pas réalisé qu'il voulait tenter cet énorme défi en continu ! C'est sûr que Zeus peut se rhabiller avec son petit Olympe qu'il n'a fait qu'une fois et en descendant (du ciel) en plus. Pas du tout content le Monsieur et il nous l'a fait comprendre avec ses milliers d'éclairs lancés n'importe où et ses tonnes d'eau lâchées sur toute la région. Zeus est un gros maladroit, Alain est toujours vivant, et il va même très bien, il n'a fait qu'obliger Odile à aller chercher son homme tout mouillé et même pas roussi. Nous les reverrons tous les deux, souriants, le dimanche sur un parcours classique en 1 jour, 110 km pour Odile et 140 pour Alain.

Quant à Yann ? pas vu.

Et vous ? Non plus ? Alors lisons la Lettre pour savoir où il est passé.

Nous avons ensuite eu droit à une magnifique matinée dimanche matin pour grimper la bosse du Grand Colombier depuis Culoz, ciel clair, air limpide, température idéale, panorama grandiose avec le lac du Bourget et le Rhône qui s'étendent de chaque côté du Mont du Chat et de celui de la Charvaz, avec le majestueux Mont Blanc dominant la région derrière les premiers reliefs des Alpes.

Grimpée joyeuse et fougueuse pour tout le monde qui semblait vouloir profiter des ces conditions merveilleuses. Je ne vous dis la perf de Patricia ! encore une raison pour Zeus de n'être pas content du tout.

Le parcours cette année présentait beaucoup de routes nouvelles et certainement un enchaînement de paysages pittoresques et reposants. A faire et à refaire ce circuit pour son plaisir.

Si le paysage était reposant, ce n'était peut-être pas le cas du circuit du samedi après midi rendu difficile par une température assez musclée; 41° au soleil pour grimper les 7 km de la côte qui mène de la vallée d'Albarine (D1504) à Ordonnaz.

Finalement nous sommes arrivés à Hauteville le dimanche après midi avec un ciel plus noir que le noir profond et les grondements infernaux d'un orage prometteur. Mais pfttt.. pas de pluie.

On espère qu'Odile et Alain ont aussi pu arriver sans pluie ? Mais il faut dire qu'Alain traine une casserole avec son défi à Zeus et qu'il vaut mieux ne pas trop rouler avec lui ces temps-çi sous peine de complicité et sanctions immédiates.

Bonne chance à Alain et Florian pour le week-end prochain avec un défi aussi fou.

Allez l'Atscaf, ne vous découragez pas, le plaisir à vélo est partout.

Amicalement

**RAYMOND**

*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)

# Lyon - Mt Blanc et retour

## Samedi 06 et Dimanche 07/06/2015

### En mode AUDAX avec Florian

"Départ de Bourgoin-Jallieu à 6h30 pour le groupe Audax, destination : Saint-Nicolas-la-Chapelle, dans la vallée de l'Arly. Nous sommes 3 capitaines de route (Georges, du Pèpère-Club, Jean-Claude du CT, 2 grands habitués des Audax, et moi) mais nous aurons quelques renforts parmi les costauds du groupe (principalement Tanguy et Damien, merci à eux pour le coup de main). Départ relativement plat en direction du Bugey que nous traversons en contournant les bosses. Le Grand Colombier nous tend les bras, mais nous l'évitons soigneusement pour aller gravir le Mont-Clergeon. Une belle montée, assez pentue et bien exposée au soleil. La montée se fait à allure libre et les plus rapides attendront le reste du groupe au sommet. Grimper vite n'a pas que des avantages puisqu'il faut se battre avec les mouches et les taons qui n'attendaient que nous pour leur festin.

La suite du parcours est un peu plus vallonnée, on se rapproche des montagnes. Il fait chaud et les fontaines sont les bienvenues. Il faut être prudent dans la traversée d'Annecy, mais tout se passe bien. La chaleur va faire une victime dans le groupe, le malheureux n'arrive plus à s'alimenter et décide finalement de monter dans la voiture balai, après une mauvaise nuit, il ne repartira pas le lendemain. Il faut dire que nous sommes maintenant au pied du col de la Croix-Fry. Une montée rude et toujours exposée au soleil, plusieurs vont un peu coincer dans ce col méconnu, mais tout le monde arrivera en haut.

Vu les écarts qui se sont fait dans la montée et l'orage qui menace, le groupe se sépare. Georges et Jean-Claude restent derrière et je pars devant. Nous avons droit à quelques gouttes dans la montée des Aravis et la route est détrempée à la descente jusque Flumet. Plus que 3 km à gravir, et nous serons arrivés au gîte. Chacun fait la montée à sa main et les derniers nous suivent de peu...

Le lendemain, à peine redescendu (prudemment, il y a des pierres sur la route suite aux orages de la nuit) de l'hébergement, il l'étape commence par une petite bosse pour rejoindre Héry. Ceux qui ont fait les BCMF des Aravis il y a quelques années s'en rappellent peut-être. Pas très long, mais avec les efforts de la veille et les muscles encore froids, ça tire dans les jambes.

La suite sera descendante, le long de l'Isère : Ugine, Albertville. On se rapproche doucement de Chambéry. Sur crevaison, nous allons perdre un 2ème participant. Son pneu est fichu et personne n'en a sur lui. L'organisateur en avait 1 en stock qui a été utilisé la veille, pas de chance.

Nous sommes au pied de la première des 2 grosses difficultés du jour : le col du Marrocaz. Là encore, chacun grimpe à sa main et nous nous regroupons au sommet. Il fait chaud, mais moins qu'hier. Au sommet, nous basculons sur Chambéry où un ravitaillement nous attend. Ça tombe bien, il est l'heure de manger.

Il faut prendre des forces, mais ne pas trop s'alimenter non plus car il y a les 12 km du Granier à gravir peu après. Là encore, chacun les fera à sa main et nous regrouperons au sommet où un ravitaillement improvisé a été ajouté.

On redescend ensuite le Guiers (je ne sais plus si celui-là est mort ou vif). Il ne fait pas bon traîner là, quelques gouttes se font sentir à la descente. Du bas, nous voyons les nuages s'accumuler sur les sommets, nul doute qu'il va pleuvoir dans quelques heures sur le massif de la Chartreuse. Le gros du parcours est derrière nous, on fini tranquillement. La bosse de Dolomieu qui avait fait mal aux jambes de certains l'an passé et avalée sans problème cette fois-ci.

Arrivée à Bourgoin-Jallieu où les organisateurs du CT n'attendent plus que nous...

Un beau week-end, une bonne ambiance dans le groupe, et un joli parcours. Les capitaines ont déjà signé pour l'an prochain..."

**FLORIAN**

*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)

# RALLYE DE QUINCIEUX

Dimanche 14/06/2015

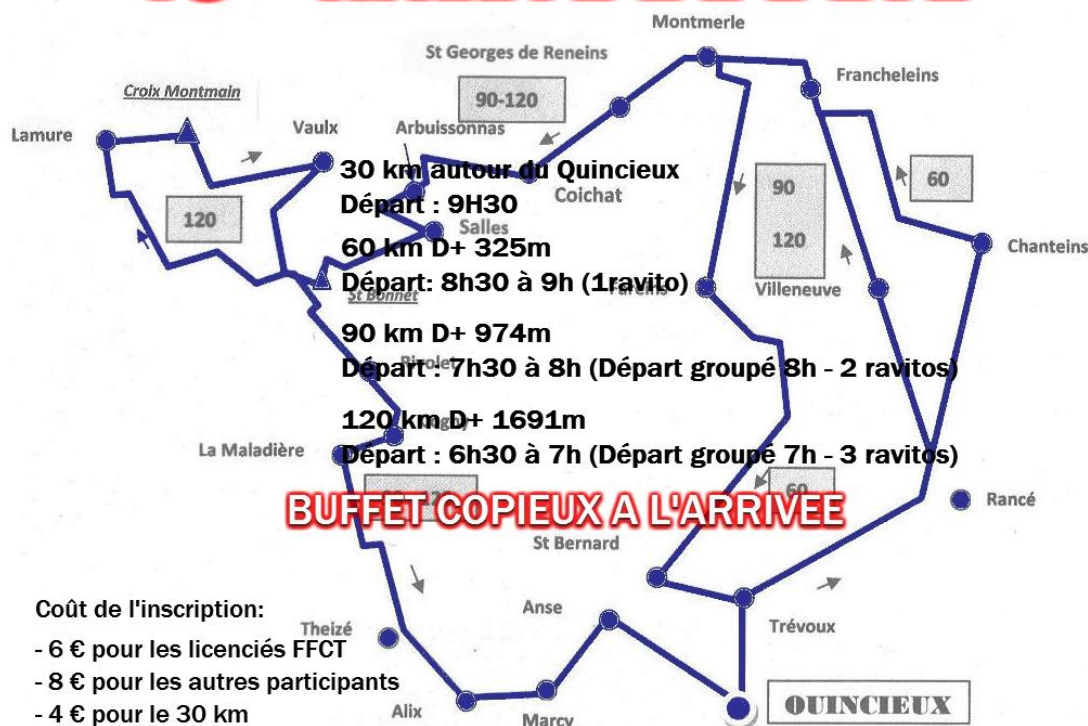


4 parcours CYCLO:  
30, 60, 90 et 120 Km



## DIMANCHE 14 juin 2015

### 16<sup>e</sup> RALLYE DE L'ETE



Coût de l'inscription:

- 6 € pour les licenciés FFCT
- 8 € pour les autres participants
- 4 € pour le 30 km
- Gratuit pour les -14ans

**Départ : Espace Maurice-Plaisantin**

6 chemin de St Laurent

69650 Quincieux

Site Web: <http://mjc-quincieux.zz.mu/index.php/le-rallye-de-quincieux>

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)



# RALLYE DE QUINCIEUX

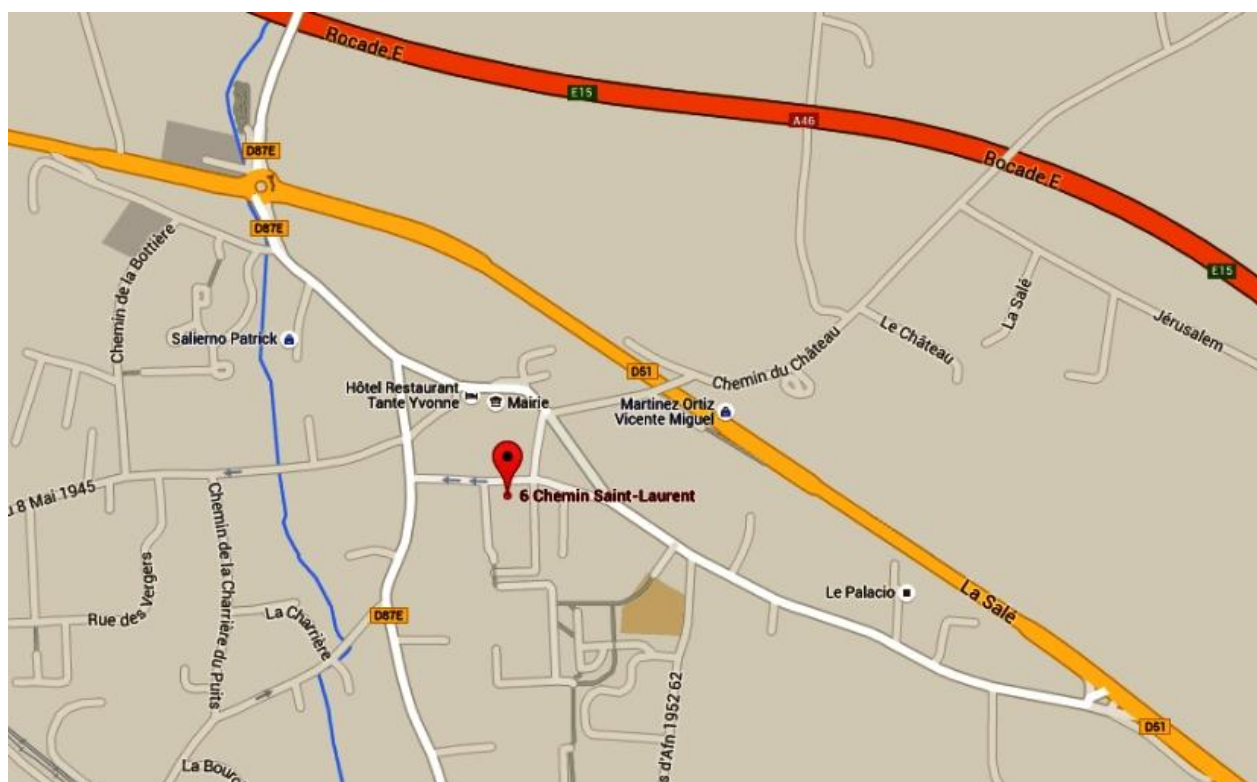
Dimanche 14/06/2015

Rendez vous  
Espace Maurice-Plaisantin  
6 chemin de St Laurent  
69650 QUINCIEUX

7h00 pour le 120km

8h00 pour le 90km

8h30 pour le 60km



Sur « le 60 km », vous effectuerez une randonnée paisible entre étangs et châteaux de la Dombes sur de petites routes tranquilles. En choisissant « le 90 km », vous ajouterez du dénivelé dans le magnifique cadre du Bas-Beaujolais et des villages des Pierres Dorées. En optant pour « le 120 km », vous diversifierez encore les paysages dans les forêts de la vallée d'Azergues tout en faisant un parcours sportif.

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 NOUVELLES DU CLUB

## LE TOUR DE L'HEXAGONE

Du 08 Juin au 06 Juillet



Evelyne et Bernard ont commencé leur Tour de l'Hexagone (partie Ouest) par une étape qui les menait de Honfleur à Cherbourg. 143km pour cette première journée avec presque 1000m de D+.

Evelyne a pu se connecter sur le site du club pour donner des nouvelles.

C'est rassurant pour la suite, nous pourrons suivre leur aventure durant tout ce mois.

« 1ere journée finie, 143 km et 929 D+.

L'ATSCAF n'a pas démerité. Nous ne sommes arrivés hors délais ni au repas de midi, ni à l'hébergement.

Beau temps mais beaucoup de vent. Pour une fois il nous a été favorable. Nous avons fait les 10 derniers km à 30 à l'heure. Quand on nous connaît, c'est un exploit!!!!

Le circuit est superbe, on passe dans des coins magnifiques. Dommage que l'on ait pas eu beaucoup de temps pour visiter plus à fond. Mais, demain l'étape est plus courte on aura donc plus de disponibilité. Honfleur, Deauville, Cabourg, Aromanches, Port en Bessin, la pointe du hoc. ....que de belles choses à retenir.

Les villes étaient toutes pavoisées, j'ai cru que c'était pour nous, mais en fait c'était pour la commémoration du jour J. On à croisé un nombre impressionnant de militaires du débarquement et des jeeps en veux tu en voilà.

Le groupe est sympa. Il y a beaucoup de cadors, mais quelques cyclo-cyclotes, sont plus à notre image. Je pense que nous ne roulerons pas seuls.

L'organisation est au top, nous avons un repas chaud à midi pour 30 cyclo !! Pas mal. »

**Evelyne et Bernard**



**CHERBOURG**

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

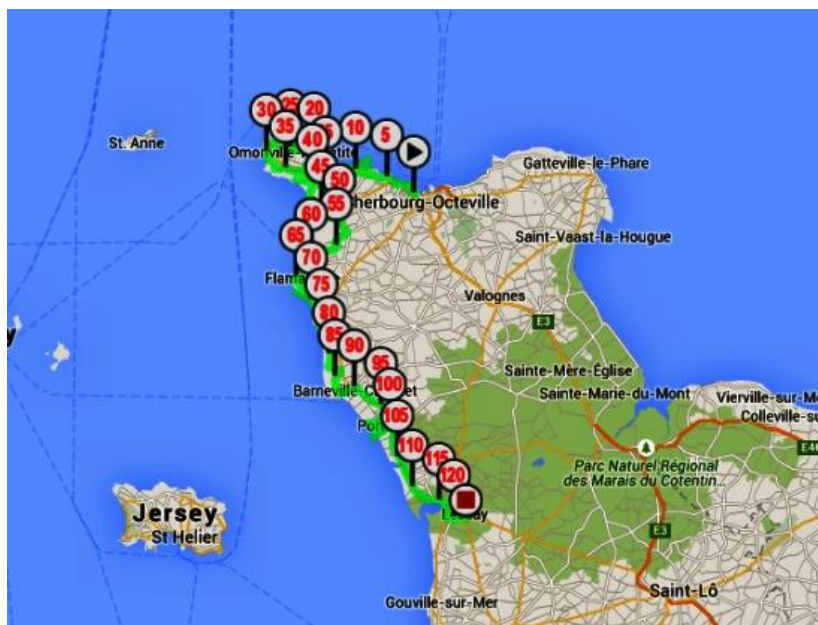
Courriel [cyclo.atscaf69@gmail.com](mailto:cyclo.atscaf69@gmail.com) Site [atscaf69.cyclo.free.fr](http://atscaf69.cyclo.free.fr)

# LES NOUVELLES DU CLUB

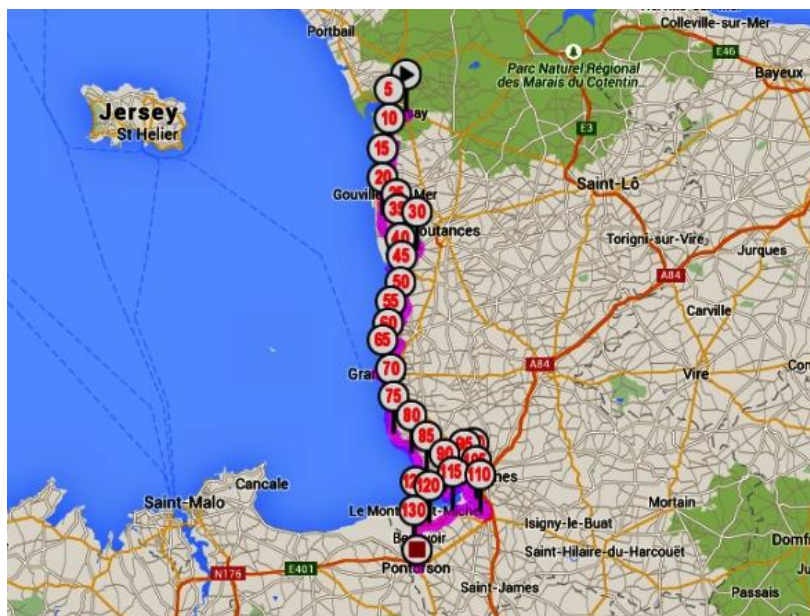
## LE TOUR DE L'HEXAGONE

Du 08 Juin au 06 Juillet

Mercredi 10 Juin : CHERBOURG - LESSAY 121km



Jeudi 11 Juin : LESSAY - MT ST MICHEL 133km



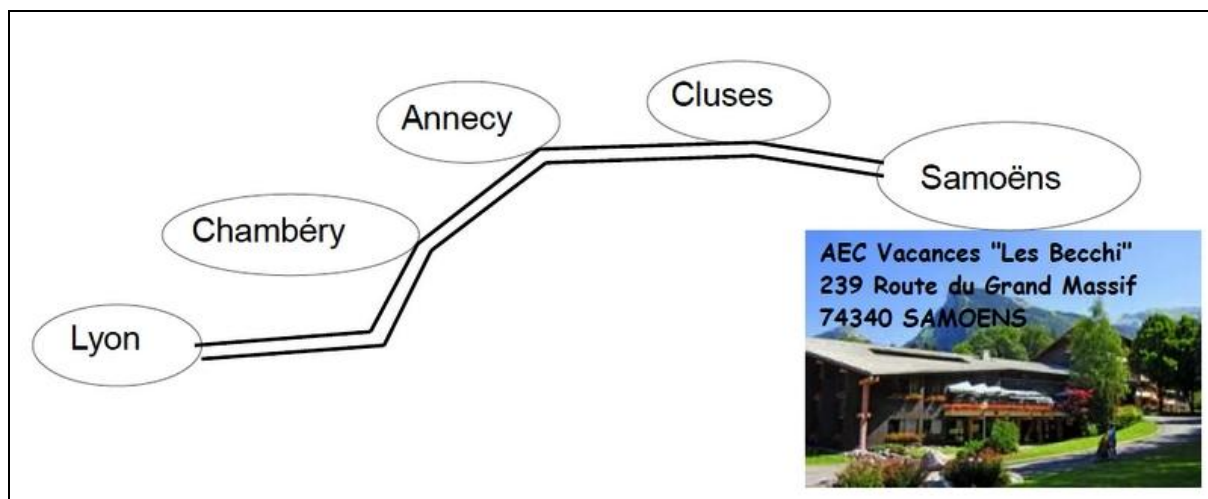
A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

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

# WEEK-END MYTHIQUE

Du Jeudi 18/06 au Dimanche 21/06/2015

**SAMOENS**



**AEC Vacances « LES BECCHI »**

**239 Route du Grand Massif**

**74340 SAMOENS**

**Contact direct de 8h à 12h et 17h à 19h30 - Tél. 04 50 34 46 52**

*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 13 Juin - Dimanche 14 Juin**  
BCMF du VERCORS à CHABEUIL
- **Dimanche 14 Juin**  
Rallye de QUINCIEUX
- **Vendredi 19 Juin - Dimanche 21 Juin**  
Week-End Mythique à SAMOENS
- **Samedi 27 Juin**  
Sortie club à VERNAISON
- **Samedi 04 Juillet**  
Sortie club à AMBRONAY
- **Samedi 11 Juillet**  
Sortie club à GENAS
- **Samedi 11 Juillet - Dimanche 12 Juillet**  
Brevet de Randonneur des Alpes à VIZILLE
- **Mardi 14 juillet :**  
Rallye La Villardoise à VILLARS LES DOMBES

*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)*