



La "LETTRE" de l'ATSCAF Cyclo 69 n°672

22 Septembre 2015



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

Randonnée Jonageoise

19/09/2015

JONAGE



Françoise FOUILLANT - Patricia JOHANNES
Alain DERRAC - Daniel ROTHWILLER - Frédéric VARILLON
Jean Pierre CHECCACCI - Kevin DERRAC - Pierre FOUILLANT - Pierre DUMAS
Raymond CHATENAY - Sébastien TORRENT - Yann BRIZAIS - Yves BADINA

La météo est maussade quand nous nous retrouvons au départ du Rallye.

La pluie prévue que l'après-midi sera en avance. Seulement une centaine de cyclos sont présents.

Yann et Yves, arrivés de bonne heure, sont déjà partis sur le 115km. Patricia et Raymond ne tardent pas à les suivre. Pour les autres, la motivation fluctue en fonction du coin où on regarde le ciel.

Des nuages menaçants d'un côté, un semblant de ciel bleu de l'autre.

Daniel et Fred donnent l'exemple en s'engageant sur le 88km.

Jean Pierre n'aurait pas dû être présent. Il a subi une opération à l'œil cette semaine et il doit le protéger.

L'envie de rouler a été la plus forte mais sagement il renonce.

Nous faisons la connaissance de Sébastien TORENT, employé à la ville de Lyon. Il a découvert notre club et est venu rouler avec nous pour la première fois. Sébastien n'est pas un débutant et a un beau coup de pédales.

Il trouvera facilement sa place dans un groupe.

Des pluies éparses sont annoncées. C'est bien le cas et nous prenons le départ avec l'une d'entre elles. Elle ne dure pas et surtout elle n'est pas violente. Nous en subissons d'autres dans la première moitié du parcours mais rien de sérieux. La seconde moitié se fera au sec et presque avec le soleil.

Après avoir admiré Pierrot FOUILLANT réparant une crevaison, nous atteignons Ste Julie où est situé le ravitaillement. Une dégustation de boudin y est aussi organisée. Jacques DELMAS n'étant pas là, nous résistons à la tentation. C'est vrai qu'il n'avait pas besoin d'insister.

Les organisateurs nous proposent de nouveaux circuits. Ils ont aussi modifié leur fléchage, se souvenant certainement des péripéties de notre camarade Raymond CHATENAY, qui, l'année dernière, avait passé son temps à rechercher des parapluies roses.

Je ne sais pas comment Patricia et Raymond ont retrouvé leur chemin cette année car les flèches vertes sur fond noir étaient difficilement repérables. Bien évidemment nous en ratons une et nous nous retrouvons à Chazay d'Ain que l'AS Jonage n'avait pas prévu sur le parcours. Nous ne sommes pas les seuls car nous y croisons plusieurs cyclos, eux aussi à la recherche de la bonne route. Rien de grave car cela nous donne l'occasion de découvrir un magnifique château. Nous retrouvons rapidement notre chemin.

Daniel et Fred nous rattrapent à une dizaine de km de Jonage. C'est ensuite Yann qui nous dépasse dans le dernier raidard avant l'arrivée.

C'est donc presque groupé que nous terminons notre rallye.

Le soleil est maintenant bien présent et nous pouvons apprécier le casse-croute final à l'extérieur.

Yves BADINA a roulé avec le SAL et nous rejoint quelques instants avant que nous nous séparions.

Sur le 115km, les participants ont dû affronter de fortes pluies dans le Bugey.

L'ATSCAF est le club le mieux représenté et hérite d'une nouvelle coupe.

Une coupe aussi pour Kevin DERRAC, le plus jeune.

Mais que sont devenus Patricia et Raymond ?

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

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

Randonnée Jonageoise

19/09/2015

JONAGE

Pieds mouillés et cuissard sec

« Jonage un samedi matin du mois de septembre, à une heure trop matinale, sous un ciel d'automne maussade avec ses pluies intermittentes.

La canicule n'est plus là, ça nous manque maintenant, il faut commencer à changer de vêtements et sortir la veste de pluie.

Quelques cyclistes colorés à queue de pie courte, juste pour protéger les fesses, se croisent en courant sur un parking humide entre 2 averses.

Quelques Atscafiens sont là, **Pierre D**, **Alain D** et **fiston** passent dignement en faisant mine de ne pas avoir sommeil, **Fred V** s'est installé à côté de la cafetière appréciant le bien fait du café chaud fumant, **Jean-Pierre C**, assis sous la tonnelle d'été, attend patiemment d'autres courageux Atscafiens en rêvant à des balades sous un soleil chaleureux. **Yann** et **Yves B** sont déjà partis nous apprend Jean Pierre. **Françoise** et **Pierrot** arriveront plus tard, ça on en est sûr, parce qu'ils nous ont remis sur le bon chemin de l'écurie alors qu'ils retournaient sur Lyon et que nous partions vers Pétaouchnock. Merci à eux, ils nous ont évité une belle douche.

Le ciel s'éclaircissant nous pousse à partir rapidement avec **Pat**.

Et nous voilà sur la route en moulinant hardiment pour se réchauffer et en espérant trouver des cioux plus cléments.

Nous rejoignons les sportifs de Velocio 69, petit groupe bien uni, quelques mots puis chacun reprend son allure.

Vive Velocio 69, roulez bien et bonne chance.

Puis nous nous ferons rejoindre par des cyclos de Décines et de Lagnieu qui nous amèneront au premier ravito à bonne allure.

Rapide ravitaillement car le ciel n'incite pas au farniente.

Nous repartirons seul car nos locomotives bifurqueront sur le 60 km après le ravito.

Lagnieu arrive vite, un groupe nous rattrape mais bifurque sur le 88 km, nous continuons sur le 115 km toujours au sec.

Quand on roule on croit toujours que la chance est avec soi, alors pourquoi se priver d'une belle sortie parce qu'il y a des nuages sombres, denses couvrant toute la montagne du Bugey d'autant plus que les bénévoles du 2ème ravito de Cleyzieu nous diront que « ça peut tenir comme ça »

Un peu avant ce ravito nous avons passé la bosse après Vaux en Bugey pour arriver sur la vallée de l'Albarine que nous remontons sur quelques km avant d'attaquer la montée qui passe à Montferrand et Cleyzieu. Route que nous ne connaissions pas et qui ne manque pas de charme. A refaire.

Au ravitaillement de Cleyzieu nous trouvons **Yves B** avec le groupe du SAL, tous en train de méditer les prévisions encourageantes de nos bénévoles en regardant le ciel d'un noir remarquable.

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

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

Randonnée Jonageoise

19/09/2015

JONAGE



Douche dans le BUGEY

photo Christian POIZOT

Aussitôt quitté le ravitaillement, les premières douches arrivent et nous font changer d'idées quant à la pertinence des prévisions de nos amis de l'ESJ. Tout le monde s'arrête pour enfiler d'urgence les vestes de pluie avant d'être transpercé. Nous aurons droit à 1h30 de pluie gros débit.

Bof.. ! finalement une fois que les pieds pataugent dans les chaussures on se dit que c'est normal, que les vacances sont finies et que ça fait longtemps qu'on s'est pas fait tremper comme ça. On est presque content d'avoir affronté cette pluie d'automne.

La pluie s'arrêtera au fur et à mesure que nous quittons le Bugey et nous arriverons au 3ème ravito (85 km) presque sec.

Nous rentrerons sous un beau soleil et un vent du Nord qui se lève mais sans nous gêner. Nous perdrons nos amis du SAL avec Yves à Leyment pour avoir loupé une flèche et nous perdrons encore un peu de temps pour ne pas avoir vu une autre flèche 1km avant l'écurie, mais heureusement que les Fouillant étaient là. Ouf !

Bien contents d'être rentrés juste à temps avant qu'un vilain nuage n'éclate alors que nous étions en train d'engloutir le petit casse-croute offert par l'ESJ.

Rallye toujours bien agréable et sympathique, merci à l'ESJ et ses bénévoles.

A la prochaine. »

RAYMOND

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

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

Triathlon de Vaulx en Velin

20/09/2015

PARC DE MIRIBEL-JONAGE



9h00 Parc de Miribel-Jonage : le soleil est présent, une dizaine de degrés avec le vent du nord. Ce ne donne pas envie de se jeter à l'eau. C'est pourtant ce que vont faire les 500 participants du Triathlon.

Parmi eux, **Dominique PEREIRA**, **Alain GIACOMAZZO**, **Rudy THULIE** et son fils **Remy**.

Au programme :

750m de natation pour se réveiller, 20km de vélo pour se sécher et 5km de course à pied pour se réchauffer.

Remy termine le parcours en 1h25. Moins de 1h40 pour Dominique, Alain et Rudy.

Pour leur premier triathlon c'est une belle performance.



Alain avant le départ



**Dominique dans la transition
nage-vélo**



Même pas fatiguée



Alain, Dominique, Remy, Rudy

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

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

Dimanche prochain

Brevet Audax club 200km à JOYEUX

27/09/2015



Voici toutes les infos pour le brevet Audax du club de ce week-end.
Comme les années précédentes, le parcours est composé de 2 boucles dans la Dombes que nous allons parcourir à 22,5km/h de moyenne sous la conduite de capitaine(s) de route.

On ne les dépasse pas, sinon il(s) se vexe(nt)).

Le départ se fait à Joyeux à 7h précise (donc rendez-vous à 6h45)
pour une boucle de 120km

<http://www.openrunner.com/index.php?id=1906491>

Cette première boucle a été légèrement revue par rapport aux précédentes éditions pour éviter les trop longues lignes droites de la seconde partie du parcours. Sur cette boucle, nous ferons 3 pauses de 15 minutes (Servas, Saint-Trivier sur Moignans et Saint-Jean de Thurigneux), ce qui nous permettra de revenir à Joyeux pour 13h00.

Là, nous aurons 1h15 pour manger avant de remonter sur nos vélos pour une seconde boucle de 80km

<http://www.openrunner.com/index.php?id=1909038>

Sur cette seconde boucle, nous ferons 2 pauses de 15 minutes (Dompierre sur Veyle et Saint-Eloi).

Nous serons donc à Joyeux pour 18h20.

Le départ étant matinal, il est important de prévoir les éclairages (avant et arrière) et les chasubles réfléchissantes. Je peux en prêter si besoin, il suffit de me prévenir samedi soir au plus tard.

La feuille de route est en pièce jointe.

En fonction du nombre que nous serons, j'aurais éventuellement besoin de quelqu'un pour jouer le rôle de serre-file.

Si le groupe est du même niveau que l'an passé, j'ai une autre boucle en réserve, un peu plus difficile car elle quitte la Dombes pour aller faire un petit tour dans les Gorges de l'Ain

<http://www.openrunner.com/index.php?id=4082946>

Dans ce cas, les pauses auront lieu à Ponçin, Thoirette (fontaine) et Neuville/Ain

FLORIAN

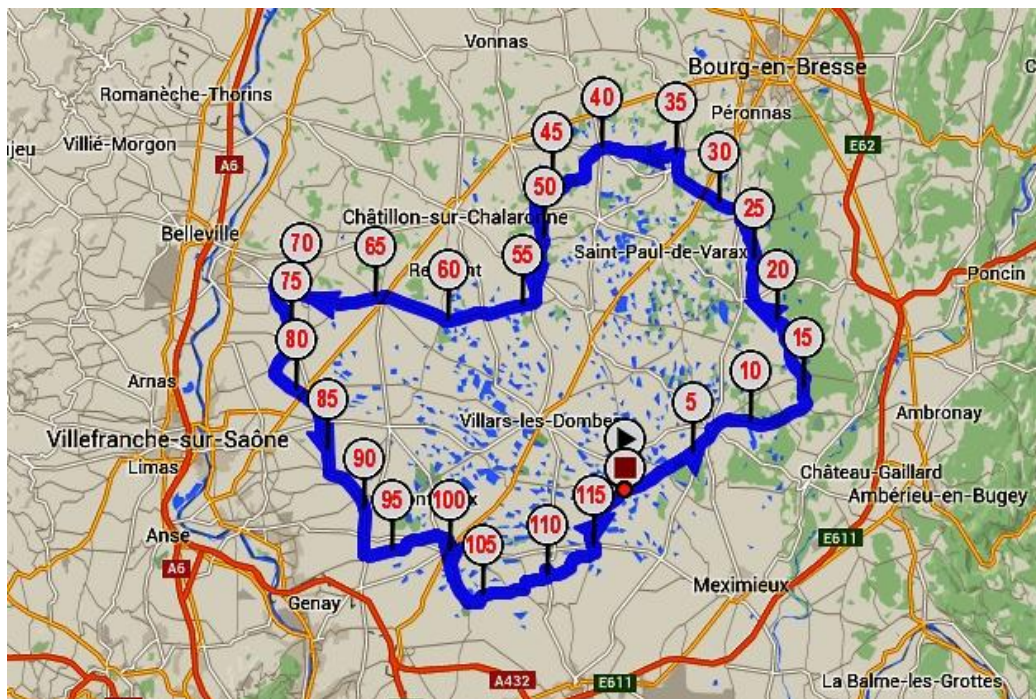
*A.T.S.C.A.F. : Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations
Financières.*

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

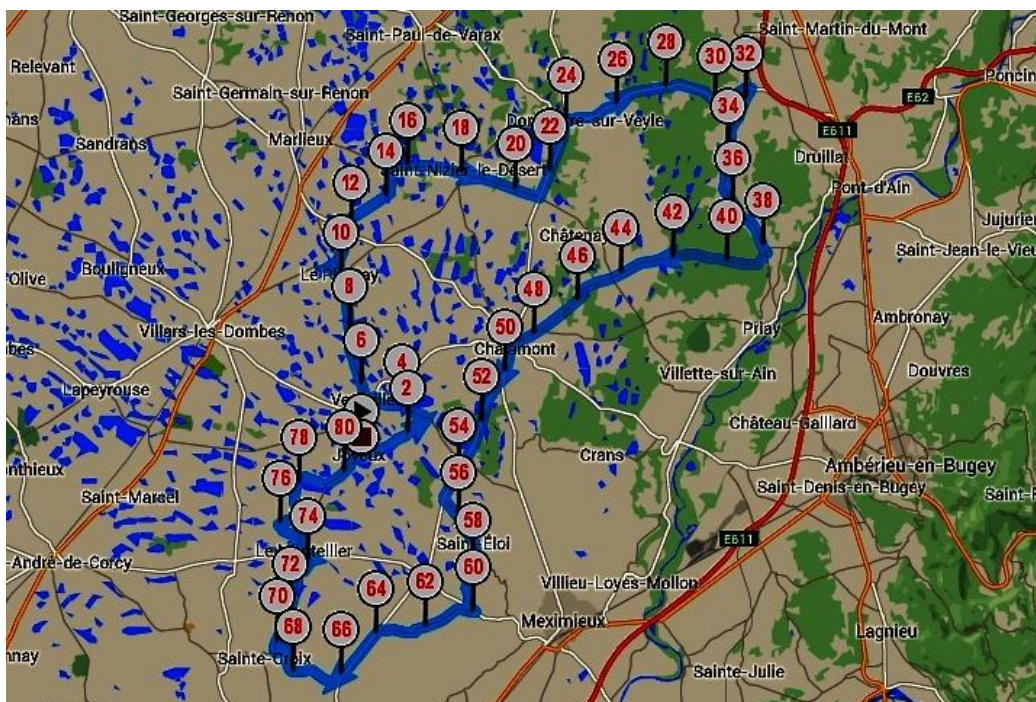
Dimanche prochain

Brevet Audax club 200km à JOYEUX

1ere boucle : 120km



2eme boucle : 80km



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

La Grande Traversée des Alpes

22/29 Juin 2015

Samedi 27 juin - Réveil à 7 heures pour prendre le petit déjeuner à 8. Le fond de l'air est encore frais quand je mets le nez dehors. Normal vu l'altitude où je me trouve : 1 987 m. Le départ sera pris à 8h35 pour une étape de 100 kilomètres au cours de laquelle je cumulerai plus de dénivellée négative que de positive (à la fin de la journée mon *Garmin 800* m'indiquera 1 695 m d'ascension pour 2 527 m de descente).

Il est vrai qu'en partant à moins de 2,2 km du sommet du *col de Vars* je ne pouvais prétendre à l'inverse. Mais ce sera parfait pour me mettre en jambes et m'échauffer un peu. Je pars donc avec le coupe-vent pour être prêt à attaquer la descente sur *Barcelonnette*. Au revoir les Hautes-Alpes, *St-Paul-sur-Ubaye* n'est qu'à 13 km. Je ne croiserai qu'un cyclo-randonneur au long cours, 2 km après le sommet du *col de Vars* en redescendant sur *La Condamine*. À *Jausiers*, je croise un peloton de cyclos revêtus d'une même tunique. Et plus j'avance vers *Barcelonnette*, plus ces groupes sont nombreux. Le flot sera régulier sur les 8 km qui me mènent dans la capitale de l'*Ubaye*. Mais cela ne ressemble pas à une cyclo-sportive ! Que se passe-t-il par ici ? J'aurai la réponse en arrivant à *Barcelonnette* ; nous sommes le samedi 27 juin et c'est le jour du **Défi des fondus de l'Ubaye**. Une aventure lancée en 2000 dont c'est la 15^e édition. L'objectif des organisateurs est de récolter des fonds pour aider les recherches médicales pour lutter contre la mucoviscidose. Vu les effectifs que j'ai croisés sur la route de la *Bonnette*, j'imagine que ce fut une grande édition. En tout cas impossible à rater et je laisserai mon écot en passant près des organisateurs qui animent le podium sur la place *Aimé Gassier*. Si vous ne connaissez pas, voici le programme de cette manifestation : grimper au minimum jusqu'à la *Cime de la Bonette* et revenir à *Barcelonnette* en moins de 7 heures et pour les plus ambitieux : réaliser l'ascension des 7 cols de l'*Ubaye* en revenant à *Barcelonnette* en moins de 24 heures pour prétendre au titre de Grand maître de la confrérie. Toutes les infos sur <http://fondubaye.free.fr/>.



Ayant à mon programme du jour l'ascension du col de la *Cayolle* - un de ces sept cols de l'*Ubaye* - je croiserai donc des cyclos engagés dans ce défi une bonne partie de la journée. En attendant je reprends ma route en me fixant de rejoindre le hameau de la *Bayasse* où j'aimerais bien tester l'hôtel-refuge qui a rouvert en mai 2014 après une grande campagne de travaux. Ce que j'avais vu sur internet me donnait envie d'y faire étape.

Pour grimper là-haut il faut d'abord s'engager dans la vallée du *Bachelard* qui s'est tracé un étroit débouché sur la vallée de l'*Ubaye* par des gorges rugueuses où la route trouve tout juste sa place. A la sortie des gorges, la route continue tranquillement de monter sur l'adret de la vallée pour arriver à *Fours-Saint Laurent*. Le hameau est réputé pour son auberge où *Madame Arnaud* s'active toujours pour vous faire déguster ses ravioles. À défaut, vous pourrez vous arrêter là pour remplir votre bidon à la fontaine. L'hôtel-refuge de la *Bayasse* se trouve 4,5 kilomètre plus loin - avant de franchir le torrent. J'avoue que cela vaut le détour, d'autant que la demi-pension est à 46€, n'hésitez pas. Après ce petit arrêt qui ne m'a pas déçu, retour aux réalités de la vie du cyclo-randonneur pour les 9 derniers km. Juste après le pont l'ascension reprend par 4 beaux lacets mais le *col de la Cayolle* n'est pas trop violent de ce côté là.

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

La Grande Traversée des Alpes

22/29 Juin 2015

Vous ne trouverez les suivants que 4 km plus loin. Une montée plutôt tranquille avec une pente moyenne inférieure à 6 %. Toujours des « Fondus de l'Ubaye » que je croiserai jusqu'au sommet où les attend le contrôleur chargé de valider leur passage. Et ensuite, fin de l'agitation et changement de département : j'entre dans celui des *Alpes-Maritimes*. J'attaque là, la descente la plus longue de la journée et de mon voyage. Elle me conduira jusqu'à *Guillaumes*.



Quelques beaux lacets pour perdre de l'altitude (200 m en moins de 2 600 m). Un peu de culture géographique en découvrant que le *Var* prend sa source à *Estenc* au pied de la *Cayolle*. Toujours friand de descente, j'oublie les mouches qui m'avaient accompagné pendant toute l'ascension. Maintenant ma vitesse de croisière dépasse les 15 km/h et cela leur fait trop de vent, elles abandonnent la partie. Je serai tranquille pendant les 32 km qui me mèneront jusqu'à *Guillaumes* où j'avais prévu de m'arrêter. Petit problème d'hébergement là-bas car mon hôte *Warmshowers*, à qui j'avais oublié de préciser ma date d'arrivée, n'est plus disponible pour m'accueillir. Je fais donc une petite halte dans ce village pour consulter mon guide *VTOPO* décrivant l'itinéraire de la *GTA*. Il m'indique 3 hôtels à *Péone*. Ce petit village est situé 6 km plus loin, je décide donc de continuer jusque-là. Arrivé sur place un seul établissement et aucun des établissements référencés dans le guide. Il y a sur la place centrale du village un hôtel-restaurant qui peut m'héberger. Comme les hôtels suivant se trouvent à *Valberg* - 9 km plus loin et 500 m plus haut - je décide donc de m'arrêter là. Je dormirai à l'*Hôtel du Col de Crous* et je comprendrai plus tard qu'il ne faut pas confondre territoire communal et nom de localité pour localiser ses hébergements.

YVES

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

Trophée National de Cyclisme ATSCAF
19/20 Septembre 2015



Ce WE se déroulait en Normandie le 27e Trophée National de cyclisme ATSCAF, organisé cette année à Forges les Eaux, par la section de Seine Maritime.

J'y participais une 3ème fois pour l'équipe du Rhône, avec Jacques GAILLAN. Une équipe réduite de moitié suite aux désistements de Pascal WEBER et d'Eric PECRIAUX pour cause de maladie.

Hormis la météo, toutes les conditions ont été réunies par les organisateurs de l'Atscaf 76 pour que cette manifestation soit un succès. Une organisation sans faille, un accueil chaleureux et convivial, un hébergement de qualité au VVF de Forges les Eaux et même (pour la 1ère fois) l'assistance du Team SHIMANO lors de la Course en Ligne.

Après l'accueil jeudi soir et la reconnaissance des circuits vendredi matin, le départ de la Course était donné à 14h30 (un circuit de 14 km à faire 4 fois pour les Féminines et 6 fois pour les Hommes).

Hélas! la météo ne s'était pas trompée et les orages annoncés se sont déversés pendant la 1ère heure de course ... pluies violentes, rafales de vent et même de la grêle (...dur, dur pour une "cyclote" qui ne veut jamais rouler sous la pluie!). L'assistance a également été mise à rude épreuve avec 30 crevaisons secourues pendant les 2 heures de course.

Samedi matin, il ne pleut plus pour l'épreuve du Contre-La-Montre individuel sur un circuit de 15,600 km. La 1ère concurrente s'élance à 9h (avec un départ toutes les minutes, dans l'ordre inversé du classement de la veille).

*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

Trophée National de Cyclisme ATSCAF

19/20 Septembre 2015



Compte tenu du niveau des participantes, de mon entraînement (...plutôt restreint!) mais aussi de mon manque de motivation et d'implication dans une équipe, je suis relativement contente de ma 3e place sur le podium.

Jacques Gaillan monte également sur les marches en se classant 2e de sa catégorie.

Les épreuves terminées, différentes options étaient proposées aux concurrents pour l'après-midi (dont la visite guidée de ROUEN, choisie par la majorité). Avec Jacques, nous avons découvert cette ville magnifique sous un grand ciel bleu. Enfin, après la remise des trophées la soirée s'est clôturée par un dîner de gala et un spectacle.

...Au final, j'étais super contente de ces 3 jours passés en Normandie dans une ambiance amicale et sportive, qui me permet, de plus, de retrouver des copains et copines d'autres départements participant également au Trophée de ski à Méribel

CHRISTIANE



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

Séjour des féminines à VOGUE (07)

18/21 Septembre 2015



99 féminines ont participé au séjour organisé par la ligue Rhône Alpes du 18 au 21 septembre, à Vogüé. Les 8 départements étaient représentés!

Soleil, ciel bleu, température agréable, bonne ambiance, tous les ingrédients étaient réunis pour la réussite de ce week-end!

Les superbes circuits tracés par les deux filles de la commission féminines de la Ligue nous ont fait découvrir ou revoir les beaux villages de l'Ardèche méridionale, par des petites routes pittoresques, sans oublier les incontournables gorges, bref quatre jours de pur bonheur!

Nous nous sommes données rendez-vous l'année prochaine pour le voyage itinérant à Strasbourg, et tout ça s'est terminé..... en chanson.

MONIQUE



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



- **Jeudi 24 Septembre**
Réunion du CODIR à BRON
- **Dimanche 27 Septembre**
Sortie club à JOYEUX
et
Parcours AUDAX Club de 200km à JOYEUX
- **Dimanche 27 Septembre**
Souvenir VELOCIO - Concentration nationale d'automne au col de PAVEZIN
- **Dimanche 04 Octobre**
Rallye du Beaujolais à VILLEFRANCHE SUR SAONE
- **Dimanche 11 Octobre**
Randonnée Sang et Or à ST PRIEST

Le **RALLYE** des **PIERRES DORÉES** prévu le 18 Octobre au départ de BULLY ne sera pas organisé cette année.

Le calendrier des sorties club du dernier trimestre sera publié après la réunion du CODIR du 24 Septembre

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

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