



La "LETTRE" de l'ATSCAF Cyclo 69 n°691

01 Mars 2016



atscaf cyclo 69.
Club FFCT n° 07061

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

LES 1ERES PEDALEES 2016

SAMEDI 27/02/2016

FONTAINES ST MARTIN



Evelyne LEFRANCOIS - Hélène BONNARD - Magali MAILLOL - Monique PECH - Odile SAVEY
Patricia DURAND - Patricia JOHANNES

Alain GIACOMAZZO - Alain SAVEY - Antoine PRATS - Bernard CHAREYRON

Daniel BUZON - Daniel ROTHWILLER - Gérard BARGER - Jean Jacques PECH - Frédéric VARILLON
Jean Pierre CHECCACCI - Pierre DUMAS - Raymond CHATENAY - Yann BRIZAIS - Yves BADINA

Avec 1610 participations et un chèque de 6100 à remis à la Ligue contre le Cancer, les Prem  res P  dal  es 2016 ont connu un grand succès. C'est le record et les conditions météo nous ont bien aidés. Nous sommes 490 pour cette dernière étape. Le ciel est gris, vent léger du Nord, 7 degrés. Le soleil daignant se montrer, les températures ne monteront pas.



L'accueil est parfait dans la grande salle des fêtes.

21 Atscafiens sont présents auxquels il faut rajouter **Jean François LAMURE** et **Jean Pierre FALGUIER** qui ont échangé leurs VTT contre un vélo de route. **Jean Jacques** ayant terminé son sandwich, à 13h00 piles nous prenons le départ direction le plateau de la Dombes



Yves BADINA, membre du CODEP, doit revenir au plus tôt pour préparer la cérémonie de cloture. Il s'engage donc sur le 25km.

C'est un parcours dans la Dombes que nous proposent les organisateurs. Le fléchage de l'AC3F est réputé pour son efficacité et aujourd'hui encore personne n'avait le droit de se perdre sur la route.

Un beau parcours qui aurait mérité un peu de soleil mais ne nous plaignons pas.

Après quelques kms parcourus en groupe, un violent courant d'air venu de l'arrière nous surprend. C'est le Trio Grande Vitesse qui nous rattrape. Il est composé de **Patricia J.**, **Raymond C.** et **Yann B.** Nos trois amis ont le temps de nous adresser quelques mots d'encouragement avant de disparaître à l'horizon en 2 coups de pédales. Ils arriveront 1 heure avant nous, certainement la crainte de ne pas avoir leur casse-croûte final.

Une belle descente nous permet de rejoindre St Maurice de Beynost. Cela veut dire qu'il faudra remonter sur le plateau. Ce sera la seule difficulté de la journée. Une montée bien sympa que nous n'avons pas l'habitude d'emprunter et qui nous permet de nous réchauffer un peu.

En attendant que le groupe se reforme, **Patricia** et **Hélène** se protègent du vent derrière un muret.

Il est temps de revenir sur Fontaines ST Martin pour la remise des Césars ou nous sommes nommés dans les categories des meilleures actrices et de la meilleure équipe.

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

LES 1ERES PEDALEES 2016

SAMEDI 27/02/2016



CHALLENGE PREMIERES PEDALEES

(nb de participants)

Impossible de rivaliser avec le **CASSC** et les clubs ayant une école cyclo venus en nombre.

L'**ATSCAF** est dans le top 5.

Florence récupère la coupe du challenge au nom de son club.



CHALLENGE LOIC DUPRE LATOUR

(au prorata du nb de participants/effectif du club)

Une belle 2ème place pour l'**ATSCAF**
En tête de ce classement à l'issue de la 3ème journée, nous avons été battus par le club de l'**ASCEM**.
Bravo à eux



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

LES 1ERES PEDALEES 2016

SAMEDI 27/02/2016

CLASSEMENT DES FEMININES

Les féminines du **CASSC** remportent ce challenge. Ayant déjà la coupe du Challenge des Premières Pédalées, la coupe des féminines revient à l'**ATSCAF**



CLASSEMENT DES JEUNES

Bravo au **BCP** qui remporte le challenge des jeunes



Et le principal



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

SAMEDI PROCHAIN

SAMEDI 05/03/2016

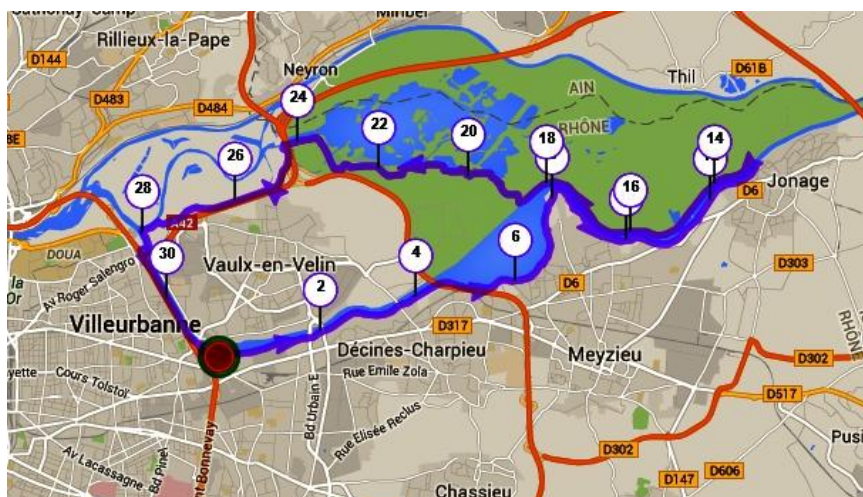
L'ANNEAU BLEU

A l'est de Lyon, le Rhône se divise en deux canaux, au nord, le canal de Miribel, initialement dédié à la navigation fluviale, et au sud, le canal de Jonage chargé d'alimenter la centrale hydroélectrique de Cusset, qui, à sa construction à la fin du XIX^{ème} siècle, est alors la plus puissante au monde. De fait, l'essentiel du débit du Rhône se retrouve dans le canal de Jonage (600 m³/s), qui prend des allures de fleuve.

Le vaste secteur (3000 ha) situé entre les deux canaux porte depuis une dizaine d'années, le nom d'Anneau Bleu, support de différentes actions de sauvegarde et de valorisation des espaces naturels, agricoles et de loisirs. Parmi ces actions, le projet de requalification des berges des deux canaux (60 km) est lancé en 2003, mais n'a abouti pour l'instant à la création de voies vertes que sur les berges sud et ouest du canal de Jonage.

Contrairement à ce que son nom pourrait laisser penser, la voie verte de l'Anneau bleu n'est donc pas circulaire. Cependant, combinée avec la voie verte des Berges du Rhône, elle offre plus de 30 km de sites propres, en grande partie continus, pour entrer ou sortir de l'agglomération, à travers un environnement des plus agréables, un itinéraire emprunté par la veloroute Via Rhôna, du Léman à la Méditerranée.

30 km <http://www.openrunner.com/index.php?id=5644478>



50 km <http://www.openrunner.com/index.php?id=5644513>



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

SAMEDI PROCHAIN

SAMEDI 05/03/2016

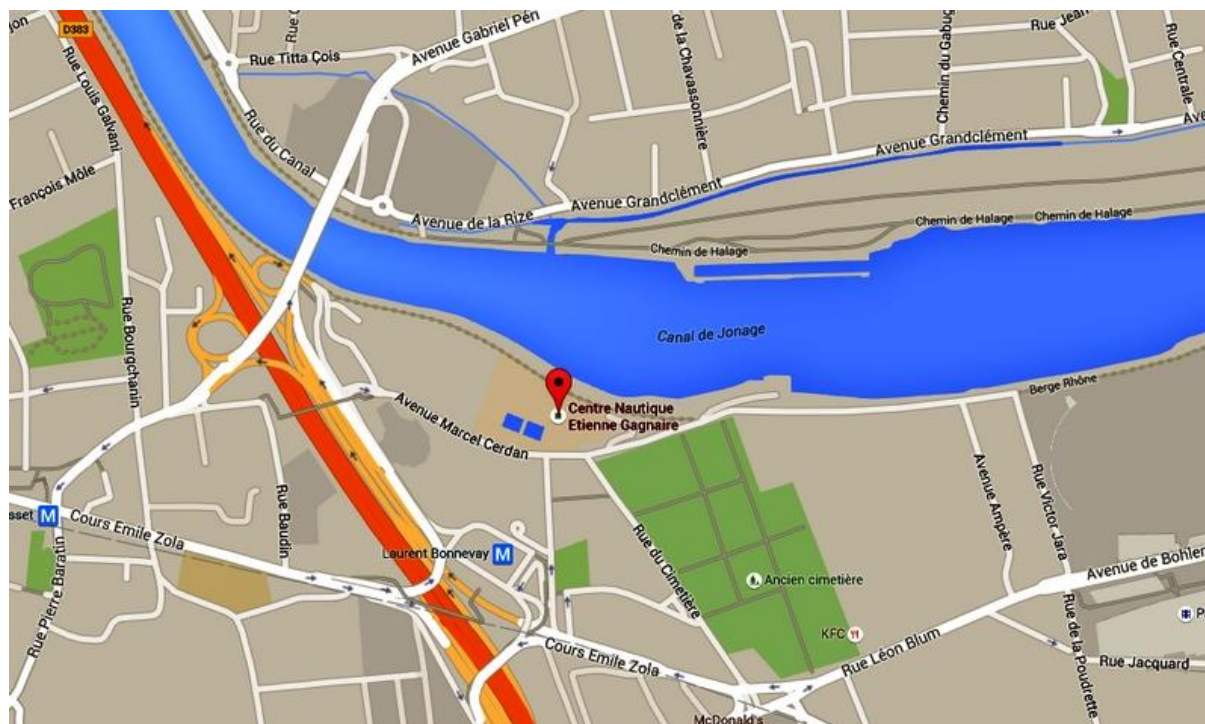
L'ANNEAU BLEU



Rendez vous à 12h45

Villeurbanne devant la piscine de Cusset

Centre nautique Etienne Gagnaire



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

LA CYCLO DE LYON

Dimanche 06/03/2016

PARILLY

Rallye organisé par Cyclo Sport Lyon 8

Le départ du rallye est situé dans le parc de Parilly
25 rue du Clos Verger, 69200 Vénissieux
En face de la Brasserie bien connue.

Rendez vous à 07h45 pour les 85 et 105km
Rendez vous à 08h45 pour le 60km



Parcours 60 kms Dénivelé : 450 m

Ce parcours sans difficultés majeures permettra aux cyclistes en manque de kilomètres de passer un bon moment, et de retrouver une forme certaine.

Parcours Route 85 kms Dénivelé : 850 m

Les choses sérieuses commencent avec ce parcours. Vous y roulez dans le nord isère, et vous aurez l'occasion de vous tester sur les différentes montées proposées.

Le retour par le long faux plat descend de BonneFamille, vous permettra de retrouver les sensations de vitesse sans que l'effort soit démesuré.

Parcours Route 105 kms Dénivelé : 1078 m

Ce parcours est réservé aux costauds. La distance est conséquente pour un début de saison, et l'enchaînement des difficultés risque de faire mal aux jambes. Le parcours est magnifique à condition d'avoir la caisse

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

BREVETS AUDAX

Samedi 26 Mars 2016

LYON-PROVENCE



42^e LYON PROVENCE

samedi 26 mars 2016
200 km Audax
Pont Pasteur – Lyon 2^e / départ 5h00
Roussas – Drôme / arrivée 17h00

"Amis cyclos, la saison des Audax est là.

Je rappelle le principe : parcourir 200km à allure contrôlée sous la conduite de capitaines de routes. L'allure moyenne est de 22,5km/h et des pauses régulières ont lieu sur le parcours.

Il est encore temps de s'inscrire pour le **Lyon-Provence du 26 mars** dont l'objectif est de rejoindre la concentration Pascale, qui a lieu cette année à Gigondas. Yves vous l'a déjà présenté il y a quelques semaines, mais sa brochure est à nouveau en pièce jointe.

Date limite d'inscription : 15 mars.

Comme d'habitude, vous me faites passer les inscriptions lors d'une sortie club ou vous me les envoyez par courrier (30 rue du professeur Paul Sisley - 69003 LYON)."

Le 13 mars, nous serons 6 ATSCAFiens à prendre part au Zig-Zag du Pépère-Club

Dominique PEREIRA - Frédéric VARILLON - Rudy THULIE

Alain GIACOMAZZO - Alain SAVEY - Florian CABAJ

FLORIAN

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

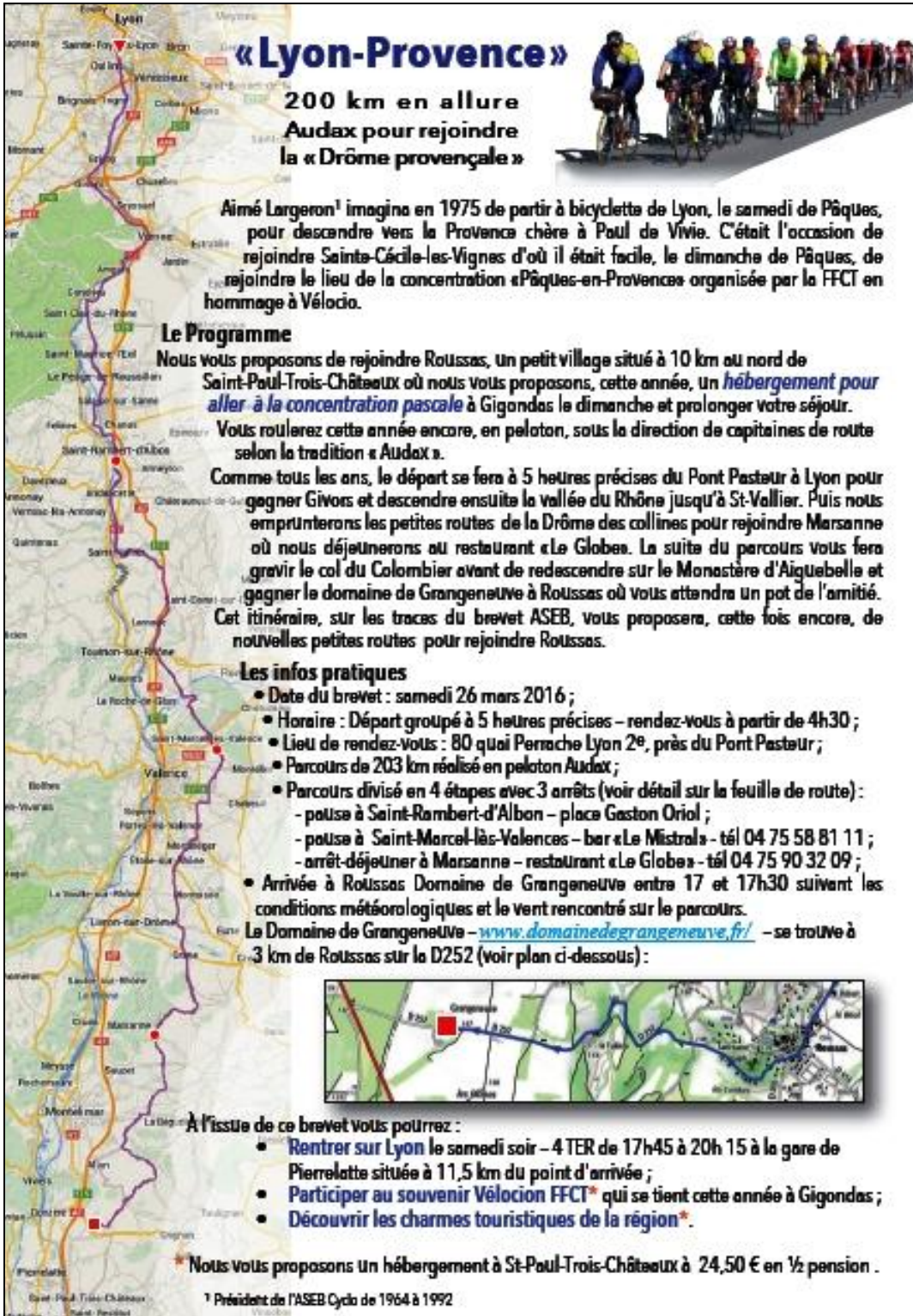
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

BREVETS AUDAX

Samedi 26 Mars 2016

LYON-PROVENCE



«Lyon-Provence»
200 km en allure
Audax pour rejoindre
la « Drôme provençale »

Aimé Langeron¹ imagina en 1975 de partir à bicyclette de Lyon, le samedi de Pâques, pour descendre vers la Provence chère à Paul de Vivie. C'était l'occasion de rejoindre Sainte-Cécile-les-Vignes d'où il était facile, le dimanche de Pâques, de rejoindre le lieu de la concentration «Pâques-en-Provence» organisée par la FFCT en hommage à Vélocio.


Le Programme
Nous vous proposons de rejoindre Roussas, un petit village situé à 10 km au nord de Saint-Paul-Trois-Châteaux où nous vous proposons, cette année, un *hébergement pour aller à la concentration pascale* à Gigondas le dimanche et prolonger votre séjour. Vous roulez cette année encore, en peloton, sous la direction de capitaines de route selon la tradition « Audax ».

Comme tous les ans, le départ se fera à 5 heures précises du Pont Pasteur à Lyon pour gagner Givors et descendre ensuite la vallée du Rhône jusqu'à St-Vallier. Puis nous emprunterons les petites routes de la Drôme des collines pour rejoindre Marsanne où nous déjeunerons au restaurant «Le Globe». La suite du parcours vous fera gravir le col du Colombier avant de redescendre sur le Monastère d'Aiguebelle et gagner le domaine de Grangeneuve à Roussas où vous attendra un pot de l'amitié. Cet itinéraire, sur les traces du brevet ASEB, vous proposera, cette fois encore, de nouvelles petites routes pour rejoindre Roussas.

Les infos pratiques

- Date du brevet : samedi 26 mars 2016 ;
- Horaire : Départ groupé à 5 heures précises – rendez-vous à partir de 4h30 ;
- Lieu de rendez-vous : 80 quai Perrache Lyon 2^e, près du Pont Pasteur ;
- Parcours de 203 km réalisé en peloton Audax ;
- Parcours divisé en 4 étapes avec 3 arrêts (voir détail sur la feuille de route) :
 - pause à Saint-Rambert-d'Albon – place Gaston Oriol ;
 - pause à Saint-Marcel-lès-Valencennes – bar «Le Mistral» - tél 04 75 58 81 11 ;
 - arrêt-déjeuner à Marsanne – restaurant «Le Globe» - tél 04 75 90 32 09 ;
- Arrivée à Roussas Domaine de Grangeneuve entre 17 et 17h30 suivant les conditions météorologiques et le vent rencontré sur le parcours.

Le Domaine de Grangeneuve – www.domainedegrangeneuve.fr/ – se trouve à 3 km de Roussas sur la D252 (voir plan ci-dessous) :



À l'issue de ce brevet vous pourrez :

- Rentrer sur Lyon le samedi soir – 4 TER de 17h45 à 20h 15 à la gare de Pierrelatte située à 11,5 km du point d'arrivée ;
- Participer au souvenir Vélocion FFCT* qui se tient cette année à Gigondas ;
- Découvrir les charmes touristiques de la région*.

* Nous vous proposons un hébergement à St-Paul-Trois-Châteaux à 24,50 € en 1/2 pension .

¹ Président de l'ASEB Cyclo de 1964 à 1992

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

LES PARCOURS DU COEUR

SAMEDI 02/04/2016

PARC DE GERLAND

Samedi 2 Avril de 10h à 17h au Parc de Gerland, la Fédération Française de Cardiologie organise la 8ème édition des PARCOURS DU COEUR de Lyon. L'objectif est simple : faire valoir les bienfaits de l'activité physique et d'une bonne nutrition pour conserver son coeur en bonne santé.

Un programme d'une grande diversité et pour tous les âges

Parcours à pied (course 10km avec le long des berges ; marche nordique, randonnées sur les rives de Saône, Acti'march) ; **Parcours à vélo** (découverte des nouvelles voies, circuit culturel en ville, balade le long des berges, visites guidées en vélo électrique) ; **Parcours à roller** (Initiation et randonnée familiale citadine) ; **Parcours en barque** (initiation barque de sauvetage). Et de multiples animations sportives dans le village : taïchi, gym suédoise, capoeira, escalade, danse latina, gymnastique, badminton, basketball, tests de forme et activités ludiques pour les enfants.

Les Parcours du Coeur offrent à tous une journée dynamique et festive !

Les parcours du Coeur

samedi 2 avril 2016 de 10h à 17h

J'aime mon coeur, je participe

Fédération Française de Cardiologie VAL-DE-RHÔNE

PARC DE GERLAND - LYON 7^e

www.fedecardio-acvr.org gratuit € pour tous

AG2R LA MONDIALE Ariane Casino supermarché Crédit Mutuel fibrillateur equ eeVimMed ALPIL JCDecaux SODIP SYTRAL

Sous le parrainage du Ministère des Affaires sociales, de la Santé et des Droits des Femmes, du Ministère de la Ville, de la Jeunesse et des Sports.

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

SEJOUR MYTHIQUE

Du Jeudi 23/06/2016 au Dimanche 26/06/2016
LAVEISSIERE (CANTAL)



Nous vous proposons deux formules :

- **3 nuits avec une arrivée le Jeudi 23 juin au soir 17h00** et départ Dimanche 26 juin dans l'après-midi.
- **2 nuits avec arrivée le Vendredi 24 juin au soir 17h00** et départ Dimanche 26 juin dans l'après-midi.
(Les chambres doivent être libérées avant 10h le matin).

Prix : en pension complète :
(60€/jour/personne)

- **Pour 3 nuits : 180€ par personne**
- **Pour 2 nuits : 120€ par personne**

Le tarif comprend la pension complète avec $\frac{1}{4}$ de vin au repas, l'apéritif et le café ne sont pas compris cependant le bar est ouvert.

Les chambres disposent de salle de bain et WC individuels.

Inscriptions à envoyer à :

bruno.maillol@yahoo.fr

*Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr*

L'AGENDA



- **Samedi 05 Mars**
Sortie club : Découverte de l'Anneau Bleu au départ de VILLEURBANNE
- **Dimanche 06 Mars**
La Cyclo de Lyon à PARILLY
- **Samedi 12 Mars**
Rallye du CASSC à CHASSIEU
- **Dimanche 13 Mars**
ZIG-ZAG de la Dombes à FONTAINES ST MARTIN
- **Dimanche 13 Mars**
Rallye des Oiseaux à FEYZIN
- **Du Vendredi 18 Mars au Lundi 21 Mars**
Week-end « Remise en forme » à LA MOTTE CHALENCON
- **Vendredi 25 Mars**
Départ du VI vers ST PAUL TROIS CHATEAUX
- **Samedi 26 Mars**
Audax 200km LYON-PROVENCE
- **Samedi 26 Mars**
Sortie club à MARENNES
- **Dimanche 27 Mars**
Pâques en Provence à GIGONDAS
- **Samedi 02 Avril**
Les Parcours du Cœur au PARC DE GERLAND

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr