



La "LETTRE" de l'ATSCAF Cyclo 69 n°697

12 Avril 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

A SORTIE DU SAMEDI

SAMEDI 09/04/2016

CREMIEU



Dominique PEREIRA - Françoise CHENAIS - Françoise FOUILLANT
Alain GIACOMAZZO - Daniel BUZON - Gérard BARGER - Jean Pierre CHECCACCI
Pierre DUMAS - Pierre FOUILLANT - Yves BADINA



Si nous sommes passés à l'heure d'été à l'occasion de cette sortie, ce n'est pas le cas de la météo. Il fait gris et froid à Crémieu. Yves et Dominique sont pourtant venus à vélo, respectivement de Villeurbanne et Ternay. Françoise, Pierrot, Jean Pierre et moi sur le 50, le reste du groupe sur le 70. Pas d'amateurs pour le 100.

Bizarrement le circuit de 70km comporte moins de dénivelée que celui de 50. C'est sûrement pour cette raison que le groupe du 70 pimente un peu la sortie en s'aventurant sur un chemin de terre, faisant confiance au GPS d'Yves.

Nous ne verrons pas le soleil de la matinée. Dommage car les parcours sont magnifiques mais aujourd'hui nous les apprécions un peu moins.

Heureusement ce ne sont pas les cafés qui manquent à Crémieu pour se réchauffer en fin de sortie et c'est une fois les vélos rangés qu'un beau soleil daigne faire son apparition.

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

RALLYE SUPER 8

DIMANCHE 10/04/2016

Mairie LYON 8eme



Les féminines du CODEP 69 se sont données rendez-vous pour faire ensemble le parcours de 90km. **Helene** et **Odile** font partie du groupe avec **Florence**, la capitaine de route. Un grand nombre de féminines présentes participeront à « Toutes à Strasbourg » au mois de Juin prochain. **Hélène** en fera partie et elle continu aujourd'hui son entraînement pour ce voyage après avoir roulé dans les Monts d'Or la veille. Quand à **Odile**, elle se lance dans les grandes distances



Contrairement à la veille à Crémieu, il fait un temps idéal et le rallye va se dérouler sous le soleil. Avant de partir, **Florence** est interviewée par une équipe de l'ACL8 qui assurait le reportage du rallye. Le départ a lieu devant mairie du 8e arrondissement à 8h00, direction Marennes et l'inévitable col de Bel Air ou tout le monde se regroupe avant le ravitaillement à Villette de Vienne. Ce sera ensuite la rive droite du Rhône et les monts du Lyonnais par Mornant, Taluyers, et Orlenas. 800m de dénivélés annoncés qui n'ont bien sur posé aucun problème à toutes les participantes. Il reste encore quelques semaines avant le départ pour Strasbourg.

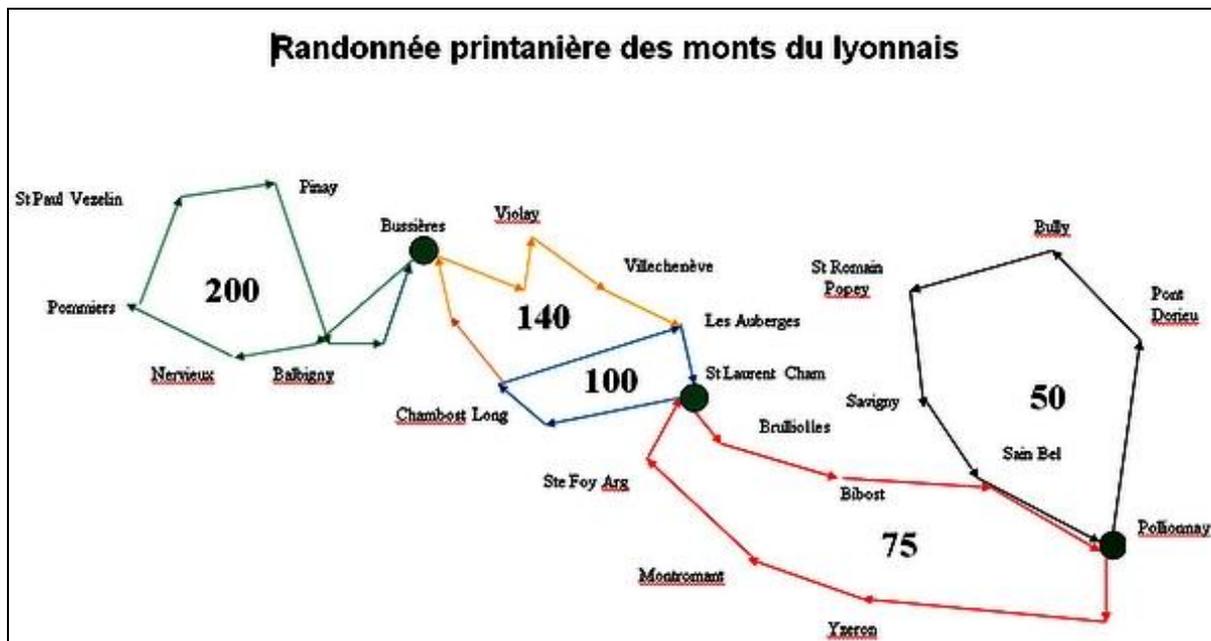
Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com Site atscaf69.cyclo.free.fr

RANDONNÉE PRINTANIÈRE de l'ASPTT

Samedi 16/04/2016

POLLIONNAY

Randonnée printanière



Parcours de 50, 75, 100, 140 et 200 km

DÉPART : Stade de POLLIONNAY

7 h à 8 h pour le 200 km Dénivelée 2800 m
7 h à 9 h pour le 140 km ; dénivelée 2500 m
7 h à 10 h pour le 100 km ; dénivelée 1600 m
8 h à 13 h pour le 75 km ; dénivelée 1400 m
9 h à 14 h pour le 50 km ; dénivelée 650 m

ARRIVÉE : Stade POLLIONNAY.

Contrôle fermé à 18 heures. Repas chaud

RENDEZ VOUS

6h45 pour les circuits de 100 - 140 et 200 km

7h45 pour le circuit de 75 km

8h45 pour le circuit de 50 km

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

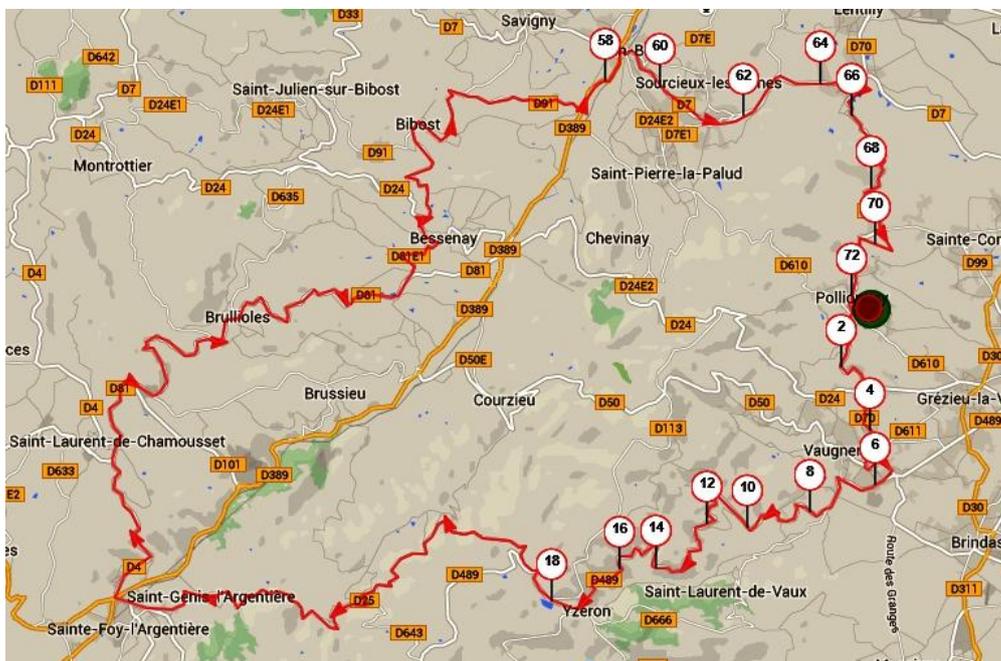
RANDONNEE PRINTANIERE de l'ASPTT

SAMEDI 16/04/2016

50 km - Dénivelée 650 m



75 km - Dénivelée 1400 m



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

LES NOUVELLES DU CLUB

SEJOUR DE LA LIGUE A LA LONDE LES MAURES

Du 03/04/16 au 10/04/16

5 atscafiens ont participé au séjour organisé par la ligue Rhône Alpes à la Londe les Maures, avec au programme de belles ballades dans le massif des Maures, en empruntant le plus petit col de la région : le Pas de la Griotte, 62m, au dessus du joli village de Bormes les Mimosas, mais en grim pant aussi le point culminant du massif: le Sanctuaire de Notre Dame des Anges à 780m.



Nous n'avons pas rencontré de président au Fort de Brégançon, ni de stars à St Tropez, même si nous y avons pique niqué, mais qu'à cela ne tienne, nous avons gravi le Col de Babaou par la route des crêtes avec des vues imprenables sur la corniche des Maures, les îles de Port Crau et Porquerolles, et fait pointer les cartons à Collobrière, BPF du Var, sans oublier de déguster la glace à la châtaigne, spécialité de la région.

Sur la côte, nous avons pu emprunter la route du sel, praticable malgré le sable, (ouverte seulement une partie de l'année), pour une petite virée sur la Presqu'île de Giens, jusqu'à la Tour Fondue, un ancien Fortin du XVIIe.

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

LES NOUVELLES DU CLUB

Au port de Toulon, nous avons pris le bateau-bus avec nos vélos, pour traverser la rade, jusqu'à St Mandrier sur Mer où nous avons musardé une heure, et même grimpé sur la colline pour profiter de la vue panoramique sur le port de pêche et de plaisance de ce joli village du Var.



Un circuit arrivait même au célèbre Mont Faron, bref, il y en avait pour tous les goûts, tous les niveaux et ce fut une semaine de vélo fort agréable, dans une bonne ambiance, avec des cyclos venus des quatre coins de l'héxagone. A refaire, surtout à cette période, où les touristes n'ont pas encore envahi les lieux, où l'air frais embaume la glycine et multitudes fleurs!

Un grand bravo aux organisateurs!



MONIQUE

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

LES BCMF 2016



"Avec l'arrivée des beaux jours, nous commençons à nous aventurer sur des terrains plus vallonnés. L'entraînement idéal en vue des cyclo-montagnardes.

Je rappelle le principe, un parcours autour 200km et d'environ 4000m de dénivelé à parcourir en 2j (ou 1 seul pour les plus costauds).

Il y a une cyclo-montagnarde par massif montagneux, cette année le programme est le suivant

- 4 et 5 juin : le Jura au départ de Lons-le-Saunier

(<http://ffct.org/randonner-a-velo/ou-quand-pratiquer/les-evenements/cyclomontagnarde-du-jura/>).

- 11 et 12 juin : les Aravis au départ d'Annecy

(<http://ffct.org/randonner-a-velo/ou-quand-pratiquer/les-evenements/cyclomontagnarde-annecy/>).

- 25 et 26 juin : les Vosges au départ d'Eguisheim

(<http://ffct.org/randonner-a-velo/ou-quand-pratiquer/les-evenements/cyclomontagnarde-des-vosges/>).

- 2 et 3 juillet : l'Espinousse au départ de Lodève

(<http://ffct.org/randonner-a-velo/ou-quand-pratiquer/les-evenements/cyclomontagnarde-epinousse/>)

Pour les Pyrénées, ce sera la classique Luchon-Bayonne le 25 et 26 juin

(<http://ffct.org/randonner-a-velo/ou-quand-pratiquer/les-evenements/cyclomontagnarde-luchon-bayonne-46e-edition/>).

Vous pouvez télécharger les bulletins d'inscription.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à me contacter.

Comme les années précédentes, je centralise les inscriptions pour que nous soyons tous hébergés au même endroit.

Faites-moi passer vos inscriptions avant la fin du mois à l'adresse suivante :
Florian CABAJ - 30 rue du professeur Paul Sisley - 69003 LYON".

Florian

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

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

AGENDA



- **Samedi 16 Avril**
Randonnée Printanière de l'ASPTT à POLLIONNAY
- **Samedi 23 Avril**
Fléchage circuits du VIRON
- **Dimanche 24 Avril**
VIRON DES GONES
- **Samedi 30 Avril**
Les circuits du VIRON à SARCEY
- **Samedi 07 Mai**
Sortie club à MORNANT
- **Samedi 14 Mai**
Bredin de Bel Air à MARENNES
- **Dimanche 22 Mai**
Rallye l'OCTOCOTE de l'AC3F
- **Samedi 28 Mai**
Sortie club à MIONS
- **Samedi 04 Juin**
Sortie club à SAINT BERNARD