



## La "LETTRE" de l'ATSCAF Cyclo 69 n°703

24 Mai 2016



**atscaf cyclo 69.**  
**Club FFCT n° 07061**

*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)

# RANDONNEE DOMBES-COTIERE

SAMEDI 21/05/2016

MONTLUEL



Christiane AUGAY - Françoise CHENAIS - Françoise FOUILLANT - Monique PECH  
Odile SAVEY - Patricia DURAND  
Alain SAVEY - Daniel ROTHWILLER - Jean François LAMURE - Philippe ROURE  
Pierre DUMAS - Pierre FOUILLANT - Yves BADINA



Le départ de « Toutes à Strasbourg » approche. **Christiane et Monique** se préparent sérieusement et sont venues de Lyon à vélo. Avec le circuit du jour et le retour, elles vont parcourir 120 km.

Quand à **Odile**, c'est le BCMF des Aravis qui est son objectif.

Elle est accompagnée de son entraîneur personnel et s'inscrit sur le 95km.

« Les 95 km se sont transformés en 102 au compteur et les 800 D+ en 1035 ! Il est vrai que nous avons rallongé de 3 km environ suite à une flèche loupée mais ce ne sont pas eux qui ont fait le dénivelé. Ce que j'ai trouvé dur surtout c'est que toutes les montées étaient regroupées sur le dernier tiers du parcours avec plusieurs passages entre 8 et 11% (c'est même monté plusieurs fois au dessus).

J'ai bien essayé de faire monter ma moyenne à 20 en roulant entre 25 et 30 dans la dernière ligne droite (merci à Alain de m'avoir coupée du vent !) mais mon compteur est résolument resté sur 19,8  
□...je m'en contenterai donc

Par contre j'ai beaucoup apprécié toutes ces petites routes champêtres et tranquilles, c'était vraiment très agréable, quand ça ne montait pas ! ...et aussi le comté du ravito  
...et j'ai super bien dormi... étonnant, non ? »

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)

# RANDONNEE DOMBES-COTIERE

SAMEDI 21/05/2016

MONTLUEL



112 cyclos sont présents sur ce rallye convivial et le local ou le RC Montluel nous accueille est bien agréable. **Pierrot** et **Françoise** partent sur le 40km, le reste du groupe sur le 60 km. Enfin une belle journée, la température frise les 30°. Le vent du sud léger mais constant va nous tenir compagnie. Après un tour de chauffe autour de Montluel et une bosse de 2 km nous arrivons sur le plateau de la Dombes.

La première partie du circuit emprunte des petites routes que nous découvrons pour la plupart. Le groupe reste bien soudé jusqu'à l'approche du ravitaillement de St Eloi ou **Daniel** décide de passer à la vitesse supérieure et impose un rythme plus soutenu. Il faut dire qu'au cours d'un arrêt il nous a fait saliver avec sa recette du poulet au curry et nous attendions le ravito avec impatience.

Nous y arrivons un peu dispersés et apercevons **Odile** et **Alain** qui le quittent.

Comme **Odile** nous goûtons au Comté qui nous est proposé.

Nous pensions revenir tranquillement sur Montluel mais les organisateurs nous offrent quelques raidards dont celui de Bressolles que certains ont un peu de mal à digérer.



INSCRITS : 112  
FFCT : 92  
+ Jeune : 2007 (ECHB)  
+ Expérience : 1930 (cc Dombes)  
Clubs ATSCAF (13)  
CT DOMBES (11)



Retour sur Montluel en pente douce et vent de face. Nous apprécions le casse-croûte final pris au soleil. Avec 13 participants, l'ATSCAF est le club le mieux représenté et les féminines reçoivent les félicitations et remerciements des organisateurs.

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'OCTOCOTE

## DIMANCHE 22/05/2016

### FONTAINES ST MARTIN



Andrée DECLERIEUX - Françoise CHENAIS - Monique PECH  
Jean François LAMURE - Jean Jacques PECH - Marc STEFFEN - Philippe ROURE - Pierre DUMAS



En 1 nuit nous passons du printemps à l'automne. La pluie ne devrait arriver qu'en milieu de journée.

On veut bien y croire mais d'épais nuages gris nous menacent.

Malgré cette météo peu encourageante, l'Octocote enregistre près de 800 participants.

Je retrouve **Françoise** et **Philippe** avec qui je pars sur le 60 km. **Jean-François** et **Marc** sont venus avec leurs copains vététistes pour des circuits musclés dans les Monts d'Or.

Le vent du sud est toujours là. On le maudit ou on l'aime en fonction des changements de direction. Nous commençons par le plateau de la Dombes que nous quittons à Neuville pour y remonter aussitôt. Nous traversons la Saône à St Bernard où le soleil fait une timide et courte apparition. Après Anse nous évitons avec plaisir la cote de Lachassagne et prenons une petite route qui domine la vallée de la Saône pour nous diriger vers le ravito de Lucenay où **Monique** et **Jean Jacques** nous rejoignent. Comme la veille, les organisateurs nous proposent les bosses les plus difficiles après le ravito. Après un passage bien cabossé, nous retrouvons la plaine de Chasselay puis St Germain au Mont d'Or où nous recevons les premières gouttes de pluie. La première averse sérieuse se produit qu'après notre arrivée à la salle des fêtes où il règne une chaude ambiance. Les personnalités remettent les récompenses.

Surprise ! Les féminines de l'ATSCAF sont à l'honneur et remportent la coupe de la meilleure participation féminine ... avec 3 inscrites seulement !

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)

# SORTIES TEMPS LIBRE

MERCREDI 18/05/2016

COLLONGES AU MONT D'OR



Christiane AUGAY - Evelyne LEFRANCOIS - Françoise CHENAIS  
Daniel ROTHWILLER - Gérard BARGER - Pierre DUMAS



**Daniel** nous a donné rendez-vous devant une auberge célèbre du bord de Saône. Pas pour y déjeuner malheureusement mais pour une sortie « Temps Libre ». C'est aussi bien. Il nous présente le menu du jour avec comme hors d'oeuvre la grimpe du Mt Verdun par Poleymieux. En cette période de contestation sociale, une majorité des cyclos présents refuse catégoriquement de débiter la balade par cette ascension. Daniel retire son projet et nous propose de démarrer en douceur le long de la Saône et de monter ensuite à Charnay. Nous acceptons sa proposition à l'unanimité.



C'est sous le soleil et après une ascension en palier que nous atteignons ce joli village. Nous y faisons la pause banane et le plein des bidons avant de rejoindre Lachassagne où nous bénéficions aujourd'hui d'une belle vue sur le Val de Saône. Sur la route du retour, nous croisons un cyclo solitaire qui porte les couleurs de l'ACC. Il s'agit de **Daniel BUZON** qui termine lui aussi sa sortie Temps Libre.

Courte pause au milieu des vergers pour se saluer et nous terminons la sortie en retrouvant le bord de Saône. Nous nous séparons devant l'auberge de Paul. Il est trop tôt pour le repas du soir.

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)

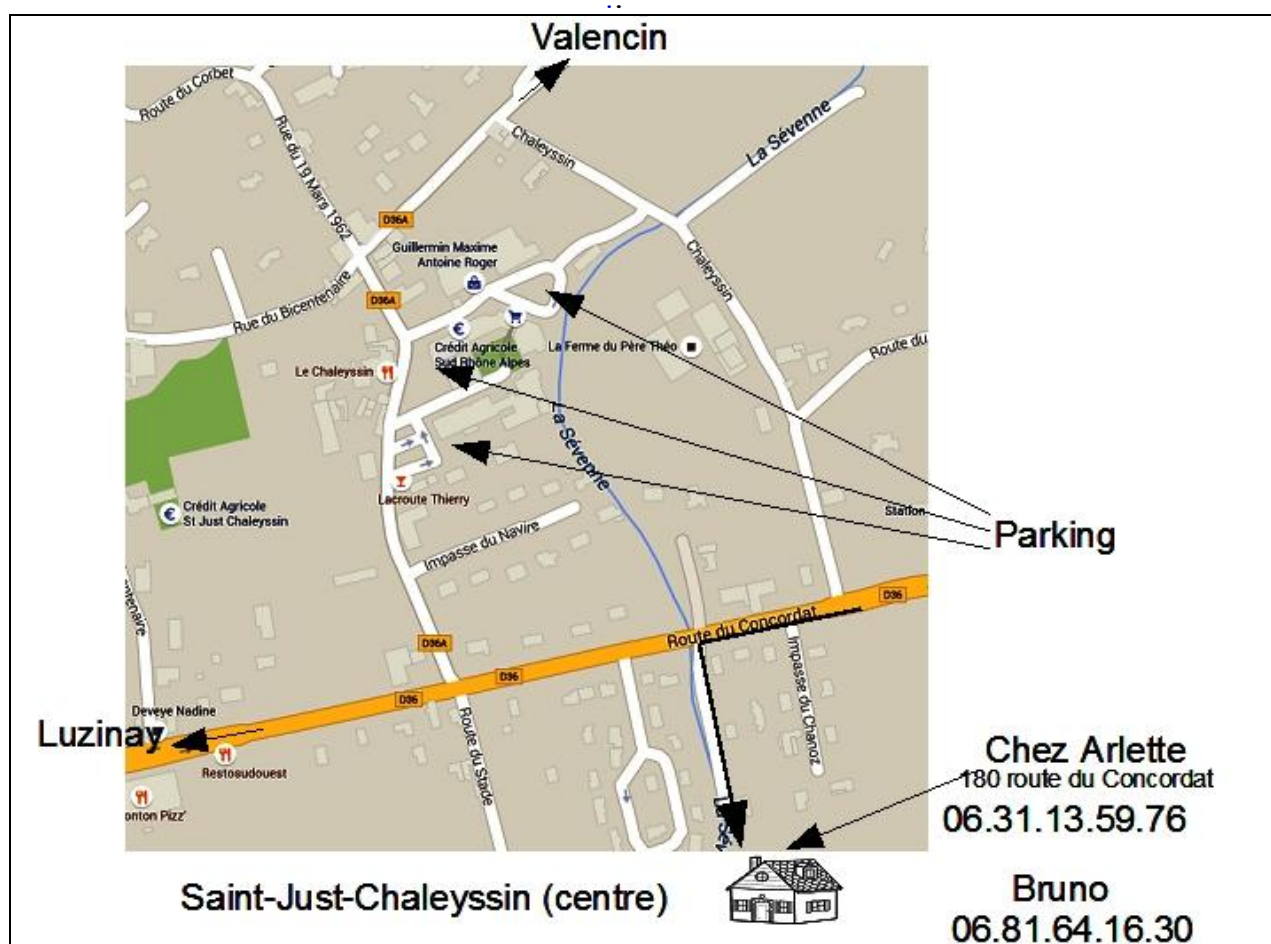
# SAMEDI PROCHAIN

28/05/2016

ST JUST CHALEYSSIN



Rendez vous à 8h00 à St JUST CHALEYSSIN



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)

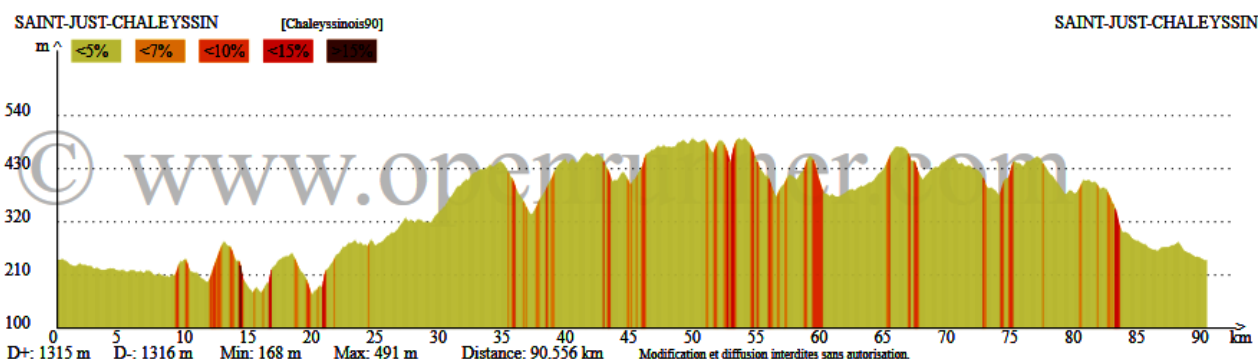
# SAMEDI PROCHAIN

28/05/2016

## ST JUST CHALEYSSIN

Circuit 90 km D+ 1308m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6063963>



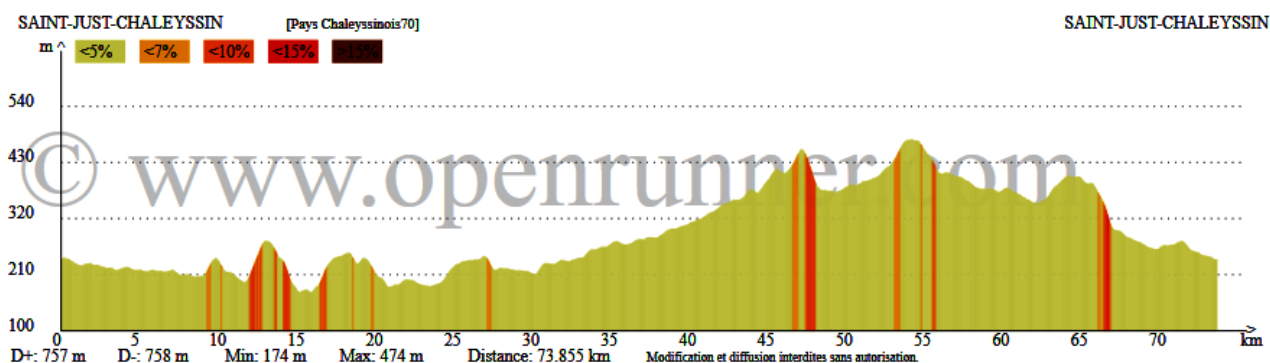
Attention il y a du dénivelé, après les deux cotes (+10%) avant Vienne, c'est un très long faux plat pour descendre sur Cour-et-Buis.

C'est après Primarette que l'on attaque une série de bosses (+12%).

La fin du parcours est très roulante avec une bosse pour arriver à St-Georges-d'Espéranche

Circuit 73 km D+ 757m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6050692>



Le parcours est commun avec le 47km jusqu'à Estrablin puis on bifurque pour rejoindre St-Jean-de-Bournay par un très long faux plat en passant par Eyzin-Pinet et Meysses.

La fin du parcours est très roulante avec une bosse pour arriver à St-Georges-d'Espéranche.

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)

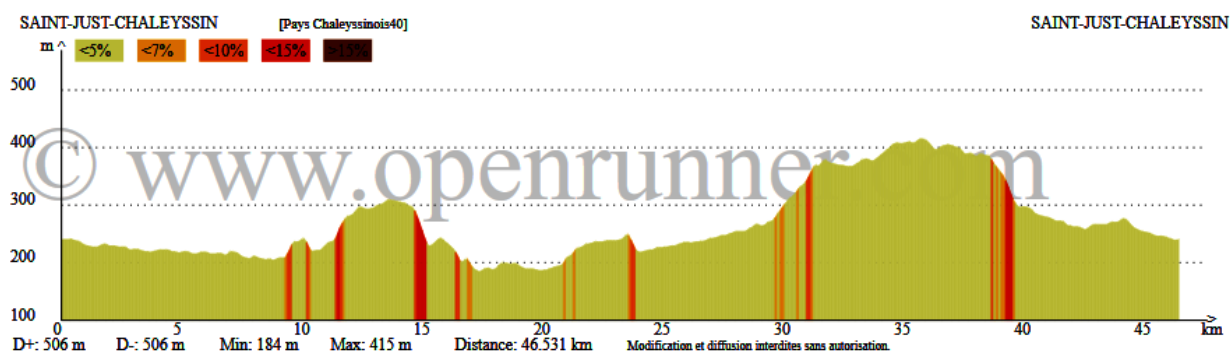
# SAMEDI PROCHAIN

28/05/2016

## ST JUST CHALEYSSIN

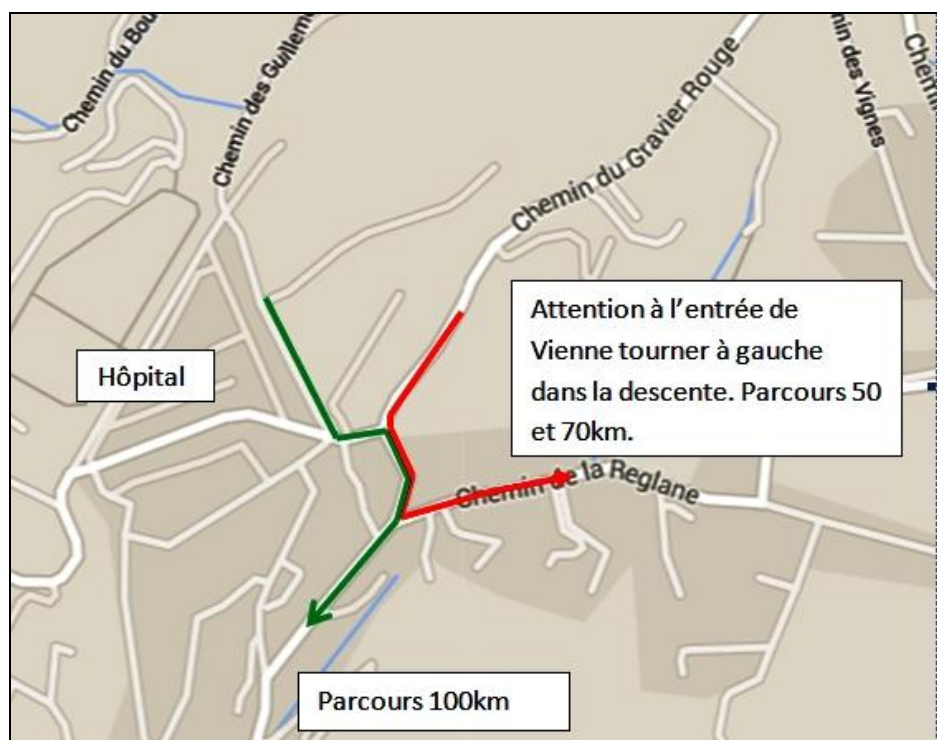
Circuit 47 km D+ 506m

<http://www.openrunner.com/index.php?id=6050580>



Il présente peu de dénivelé. On trouve quelques bosses avant Vienne puis deux faux plats après Moidieu-Détourbe. A la sortie de St-Georges-d'Espéranche on emprunte une petite route très descendante pour rejoindre Olbas et St-Just-Chaleyssin.

Surtout faire attention en entrant dans Vienne, dans la descente bien prendre à gauche "Serpaize, Carcanne".



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

## Prélude de l'été

Samedi 21 mai Daniel et Daniel ont représenté l'ATSCAF et les Cyclos Cardiaques au rallye « Prélude de l'été » organisé dans la Loire par Les Cyclotouristes Roannais.



Daniel et Daniel avec le président du CT Roannais

Très bon accueil par le président et son équipe au Barrage de Villerest. Nous avons opté pour le circuit de 75 km avec 1150 m de dénivelés. Temps magnifique, un peu de vent au départ, pas de cols mais beaucoup de bosses dont une dès le départ. Routes tranquilles en pleine campagne avec de beaux points de vue sur la Loire dont le château de la Roche. Une occasion de découvrir de nouveaux sites.

**Daniel SOUZY**

## BIARRITZ : terminus pour Michel



Vendredi soir, Biarritz sous un chaud soleil.

Le viron est bouclé et je suis crevé.

Quinze jours de vélo, c'est long, surtout que nous avons eu quasiment tous les jours notre lot de grimpettes.

Faites la moyenne, quinze étapes, 1581 km, 19 570 m de D+, pas loin de 100 heures de selle avec les sacoches.

Une semaine froide et pluvieuse, une deuxième semaine plus clémente voire chaude les après-midis.

Mis à part nettoyer le vélo puis le porter chez le mécanicien, je n'ai guère envie de rouler pour quelques jours.

Avez vous bien profité de ce weekend qui a attendu l'après midi pour arroser le terrain? Je vous suivrai sur la lettre...

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)

# AGENDA



- **Samedi 28 Mai**  
Sortie club à ST JUST CHALEYSSIN (+barbecue)
- **Dimanche 29 Mai**  
Départ 'TOUTES A STRASBOURG » à BOURGOIN-JALLIEU
- **Samedi 04 Juin**  
Sortie club à SAINT BERNARD (+repas de midi à Fleurie)
- **Samedi 04 Juin - Dimanche 05 Juin**  
LYON - MONT BLANC
- **Dimanche 05 Juin**  
Rallye de l'Eté à QUINCIEUX  
La Décinoise à DECINES
- **Samedi 11 Juin**  
Sortie club à SATHONAY CAMP
- **Samedi 11 Juin - DIMANCHE 12 Juin**  
BCMF des ARAVIS
- **Dimanche 12 Juin**  
La Saint Maurice à SAINTE CROIX
- **Samedi 18 Juin**  
Sortie club à THURINS
- **Jeudi 23 Juin - Dimanche 26 Juin**  
WEEK-END Mythique à LAVEISSIERE

*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)