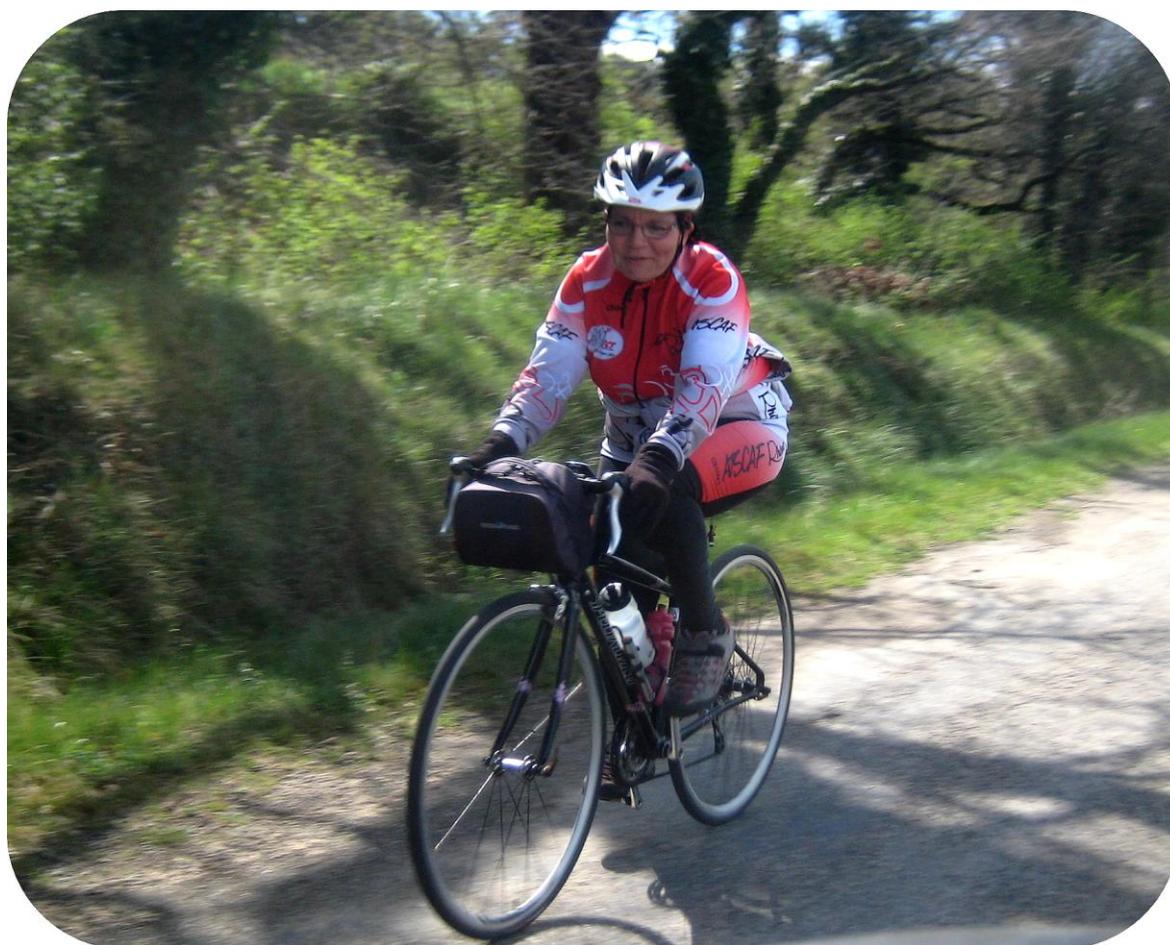




La LETTRE de l'ATSCAF Cyclotourisme n°741

28 Mars 2017



La patronne du Mas du Sillot

ATSCAF Cyclotourisme
Club FFCT n° 07061

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

SEJOUR REMISE EN FORME

JEUDI 23/03/2017

LE TRAJET LYON-GRILLON



Dominique PEREIRA

Alain GIACOMAZZO - Florian CABAJ - Frédéric VARILLON - Patrick GIMENEZ

En début de semaine, les prévisions météo pour Jeudi sont catastrophiques. Pluie et vent du sud sont au programme. Rien de bien encourageant pour parcourir 200 et quelques km.

Le bulletin météo du Mercredi soir laisse espérer une matinée relativement calme le lendemain avant l'arrivée des précipitations. Mais ils avaient déjà pris leur décision : on y va.

Les 70 premiers km sont parcourus au sec avec même parfois un vent favorable mais cela va vite se gâter. Le vent tourne au sud et les 5 cyclos doivent affronter de violentes rafales.

Leur moyenne chute brutalement mais le moral reste au beau fixe lorsque je les retrouve peu après Montoison vers le km 140. Le plus dur reste à faire. Le relief devient plus tourmenté et de gros nuages noirs deviennent menaçants.



Le début de l'ascension du col du Deves se fait encore au sec et à l'abri du vent mais c'est sous une pluie battante et quelques glaçons qu'ils franchissent le col et entament la descente vers Roynac.



Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

SEJOUR REMISE EN FORME

JEUDI 23/03/2017

LE TRAJET LYON-GRILLON

Après une pause pour s'alimenter à Roynac autour d'une fontaine, il faut maintenant rallier Labégude-de-Mazenc au pied du col d'Aleyrac. Le vent défavorable fait son retour et les km suivants sont pénibles, parcourus dans la grisaille et l'humidité.



Labégude-de Mazenc

Le col d'Aleyrac reste à franchir. **Patrick** commence à s'inquiéter pour l'apéro du soir. Va-t-il trouver sa boisson favorite ? L'intendance est là pour régler ce problème et c'est rassuré qu'il se lance avec ses 4 compagnons à l'assaut d'Aleyrac.



Dernière pause au sommet avant de rejoindre Grillon. Il ne reste plus de difficultés mais après une journée dans le vent et sous la pluie, ce ne sont pas les km les plus faciles. C'est vers 19h00, de nuit et encore sous la pluie que le Gîte du Mas du Sillot est atteint. Les 5 cyclos sont accueillis par les atscafiens arrivés dans la journée pour fêter avec eux le début du séjour.

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

SEJOUR REMISE EN FORME

JEUDI 23/03/2017

LE TRAJET LYON-GRILLON

« Après avoir passé les 2 jours précédents avec un oeil rivé sur la météo, le moment du départ pour Grillon est arrivé. Le départ a finalement été avancé d'une heure pour nous donner une marge car nous allons avoir à lutter contre le vent. **Philippe**, qui avait déjà vécu une Trace vélocio dans ces conditions-là, a décidé de déclarer forfait.

Je n'ai quand même pas très bien dormi les nuits précédentes. Nous sommes 5, et il va falloir que tout se passe bien pour tout le monde le long de ces 200km, pas de fringale ni de moral qui flanche, si nous nous voulons tous aller au bout. Le plan B du train est toujours possible, mais ce serait plus satisfaisant de réaliser le trajet prévu.

6h10, je retrouve **Fred** vers le pont de La Mulatière et nous voilà partis. Il est tombé quelques gouttes, mais rien de très méchant. Nous arrivons à 7h à Givors où **Dominique** vient d'arriver.

Patrick et **Alain G.** nous rejoignent peu après.

On retire les éclairages et on repart. Pour l'instant le vent est du Nord, on en profite. Les kilomètres passent assez vite avec le vent dans le dos. Le ciel en direction du Sud est plutôt clair, ce qui est bon signe pour le moment.

Comme tous, les ans, nous faisons notre pause traditionnelle à Saint-Rambert d'Albon, au soleil, devant la mairie. Pas moyen de refaire les bidons dans les toilettes publics, je propose à ceux qui en ont besoin s'il est possible d'attendre Saint-Barthélémy-de-Vals où il sera possible de refaire le plein. Comme il y a une vingtaine de km maximum, cela ne pose pas de soucis.

Nous traversons Saint-Vallier et nous voilà à remonter jusqu'au Pont de Saint-Uze. C'est à partir d'ici que le vent va devenir défavorable. Ne nous plaignons pas, nous avons déjà fait 80km. Après avoir rempli nos bidons nous repartons. Quelques kilomètres plus loin, étonnamment, nous retrouvons le vent de dos vers Chantemerle-les-Blés. Cela ne dure pas et rapidement, il redevient défavorable. Sa direction, n'est pas stable, il tourbillonne un peu, et souffle par rafale, nous obligeant à nous concentrer sur la conduite de nos vélos.

Enfin, nous avons bien avancés ce matin, nous sommes même en avance par rapport à l'an passé à notre passage à Chateauneuf-sur-Isère. On en profite là aussi pour refaire le niveau des bidons. Il est encore un peu tôt pour manger et nous décidons de faire la pause à Saint-Marcel-les-Valence. Le vent a forcé au fil des kilomètres et nous n'avancions pas bien vite malgré un relief facile. Une haie, à l'entrée de la ville, nous offre quelques centaines de mètres de répit.

A la pause, Pierre nous appelle pour prendre des nouvelles. Il indique nous attendre entre Montoisson et Alex. Un café pris au bar où nous faisons la pause lors du Lyon-Provence et nous sommes prêts à repartir.

Nous avons repris des forces et nous repartons plein Sud, contre le vent. Les kilomètres ne passent pas vite. Il faut rester concentré pour ne pas faire d'écart et être attentif à ce que le groupe ne se disperse pas. Chacun prend part à la lutte contre Eole. On y laisse des forces, mais le moral du groupe est bon.

Nous faisons une pause au cimetière de Montoisson, ce n'est pas que nous soyons morts, mais certains ont besoin de remettre de l'eau dans leurs bidons. Je réponds par SMS à **Alain S** qui nous demandait comment cela se passait avec le vent, le message : "On n'a rien compris, on pédale plein Sud et on vient de traverser Dijon en marche arrière".

Enfin, nous retrouvons Pierre. On lui demande s'il n'a pas laissé quelque chose d'ouvert chez lui à Lyon pour qu'il y ait de tels courants d'airs. Malgré le relief qui approche, j'ai bon espoir que nous ayons un peu d'abri dans le col du Devès, et même dans son approche, souvent en sous-bois ou sur des routes bordées de haies.

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

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

SEJOUR REMISE EN FORME

JEUDI 23/03/2017

LE TRAJET LYON-GRILLON

Ce sera bien le cas, mais la pluie va faire une brève apparition à l'entrée de Grane nous obligeant à mettre nos vestes de pluie. Au pied du col, alors que **Patrick** se demande s'il ne faut pas les retirer, celle-ci va faire son retour, avec même un peu de grêle. Je m'attendais à avoir de la pluie dans le secteur, à plusieurs reprises, j'avais pu noter que les nuages avaient tendance à rester accrochés sur ces collines.

Tout le monde a bien passé le col et nous nous retrouvons tous à Roynac où nous pouvons à nouveau remplir les bidons. Il ne nous reste plus que le col d'Aleyrac à passer, mais pour y arriver, il y a une grande plaine à découvert. La forme du groupe est toujours bonne et le moral au beau fixe malgré les conditions difficiles. Je décide donc d'aller chercher le col de la Grosse Pierre lorsque nous traversons le village de Charols. En temps normal, j'aurais sûrement eu de la compagnie pour cette chasse, mais pas aujourd'hui. La montée n'est pas très longue 300m, mais assez pentue, environ 10%. La descente est plus courte, 200m, mais plus raide, 15%.

J'aperçois le groupe qui passe à hauteur de l'intersection par laquelle je vais rejoindre l'itinéraire. Je me dépêche de les rejoindre avant que nous n'arrivions au pied du dernier col. Pierre nous attend à La-Bégude-de-Mazenc. Une dernière pause et nous voilà parti pour cette ascension.

Une longue montée mais qui n'a rien de difficile en temps normal. Tout au long de celle-ci, nous restons groupés afin de nous protéger mutuellement du vent. Comme je le pensais nous sommes assez exposés.

Au sommet, nous nous arrêtons à peine. L'heure commence à s'avancer, il ne faudrait pas trop traîner. Dans la descente, personne non plus pour aller faire le col de Serre Colon, vu la météo, cela s'explique.

Une dernière bosse pour monter en direction de Grignan et nous voilà presque arrivé. Nous voyons maintenant les panneaux directionnels pour Grillon. **Patrick** a vu un gros nuage noir sous lequel il ne ferait pas bon être. Je lui conseille de plutôt regarder la route. C'est surtout que j'ai bien vu que le nuage semblait être pile dans la direction où nous aller après avoir bifurqué quelques centaines de mètres plus loin.

Ça ne rate, nous allons droit dessus, mais avec l'arrivée toute proche, nous ne devrions pas en avoir pour trop longtemps sous la pluie. Pour le final, **Alain** a un coup de moins bien, sûrement une petite fringale. Rien de très méchant, mais pas d'espoir de se refaire dans les 3 derniers km. Je sens que moi aussi je suis un peu juste, je bois abondamment, cela devrait tenir.

Nous prenons la pluie à hauteur de Grillon, mais le gîte n'est plus très loin maintenant. Avec les nuages, la luminosité est limitée, mais Pierre est resté derrière nous avec la voiture pour nous éclairer. Nous apercevons quelques ATSCAFiens qui nous attendent au bord de la route. Nous sommes contents d'arriver. La journée a été éprouvante pour tout le monde. Aujourd'hui, le plaisir n'était pas à rouler sur le vélo, mais d'être dans un groupe qui s'est très bien entendu et très bien comporté malgré les conditions difficiles de notre descente ».

Florian

SEJOUR REMISE EN FORME

JEUDI 23/03/2017



Des Atscafiens sont arrivés à Grillon en fin de matinée.
Les conditions météo sont encore clémentes. Il faut vite en profiter car cela ne va pas durer.



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

SEJOUR REMISE EN FORME

VENDREDI 24/03/2017



Si la veille quelques Atscafiens ont pu rouler malgré le vent et les giboulées autour de l'Enclave des Papes, cette journée du Vendredi débute sous une bonne pluie et le ciel chargé ne laisse pas espérer d'éclaircie. Cela n'empêche pas 2 intrépides, **Michel G.** et **Yves B.** d'enfourcher leurs vélos pour satisfaire leur passion. Une bonne partie du groupe va visiter Grillon tandis qu'une partie de tarot débute au gîte.



Nous nous retrouvons à midi au gîte pour le pique-nique. **Michel** et **Yves** se réchauffent et reprennent des forces après leur escapade matinale. La pluie semble vouloir s'arrêter mais il n'y a pas beaucoup d'amateurs pour sortir les vélos.

L'après midi est donc consacrée à la visite du château de Grignan ou la Marquise de Sévigné a effectué plusieurs séjours auprès de sa fille Françoise, épouse du Comte de Grignan

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

SEJOUR REMISE EN FORME

VENDREDI 24/03/2017

VISITE DE GRILLON SOUS LA PLUIE



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

SEJOUR REMISE EN FORME

VENDREDI 24/03/2017

BARAQUE ET SATURNIN EN CONCERT AU BAR DU SILLOT



Après le repas du soir et la réunion de présentation des sorties du lendemain, un concert est organisé. De Jean FERRAT aux BEATLES, Florian et Philippe nous montrent l'étendu de leur talent musical. C'est avec un public conquis que la soirée se termine



Pour rester en forme, cliquez ici :
[Le Café de OLDELAF](#)

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

SEJOUR REMISE EN FORME

SAMEDI 25/03/2017



Il ne pleut pas ce Samedi matin. La pluie est cependant annoncée pour la fin de la matinée. Tous les Atscafiens enfourchent leur vélo pour un petit parcours qui devrait leur permettre d'échapper aux intempéries. C'est le cas pour la première partie mais très vite le temps se dégrade et c'est sous le déluge qu'un groupe se réfugie sous un abri-bus, bus qui n'arrivera jamais !



Pas de quoi perdre le moral et une chorale est organisée pour se tenir chaud.
Il faut bien revenir au gîte, la pluie n'a pas l'intention de s'arrêter.

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

SEJOUR REMISE EN FORME

SAMEDI 25/03/2017



C'est donc trempés et frigorifiés que nous retrouvons avec soulagement le Mas du Sillot vite transformé en patageoire.



Après une nouvelle douche, bien chaude celle-ci, et encore une fois le pique nique pris dans la salle commune, nous organisons notre après midi. Ce ne sont pas les sites intéressants à visiter qui manquent même sans le soleil et en particulier l'Abbaye Notre Dame d'Aiguebelle.



La soirée est bien remplie. Elle débute par un apéritif offert par **Pierrot** à l'occasion de son anniversaire et après un repas bien animé, nous retrouvons **Florian** et **Philippe** qui, après le succès de la veille, acceptent de rajouter une date à leur tournée.

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

SEJOUR REMISE EN FORME

DIMANCHE 26/03/2017



Enfin le soleil et le ciel bleu. C'est malheureusement le dernier jour mais nous avons bien l'intention d'en profiter d'autant plus que nous avons perdu 1 heure en passant aux horaires d'été.



Après un départ en commun, 2 groupes se forment. Pour le premier c'est le col d'Aleyrac en particulier qui est l'objectif tandis que le second choisi le col de Pégue bien pentu sur un court passage. Nous pouvons enfin sillonner la Drôme provençale comme nous l'aimons.



Le séjour se termine sur la place de Grillon où nous partageons le pique-nique sous le soleil avant de nous séparer.

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

SEJOUR REMISE EN FORME

GRILLON 2017



LES PARTICIPANTS

Andrée DECLERIEUX - Cathy GIMENEZ - Christiane AUGAY - Dominique PEREIRA
Evelyne LEFRANCOIS - Françoise CHENAIS - Françoise FOUILLANT
Helene BONNARD - Magali MAILLOL - Monique PECH - Murielle LABAUNE
Odile SAVEY - Viviane CHECCACCI
Alain GIACOMAZZO - Alain SAVEY - Benoit LABAUNE - Bernard CHAREYRON
Christophe LABAUNE - Daniel SOUZY - Florian CABAJ - Frédéric VARILLON
Gerard BARGER - Gilles PHILIPPON - Jean François LAMURE - Jean Jacques PECH
Jean Pierre CHECCACCI - Jean Pierre FROBERT - Michel GIRARD
Patrick GIMENEZ - Philippe DESIRE - Philippe ROURE - Pierre DUMAS
Pierre FOUILLANT - Romain BONNARD - Yves BADINA



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

SAMEDI PROCHAIN

01/04/2017

RALLYE DES VIEILLES PIERRES



MONTAGNY 69

RALLYE CYCLOTOURISTE

LES VIEILLES PIERRES

SAMEDI 1^{ER} AVRIL 2017

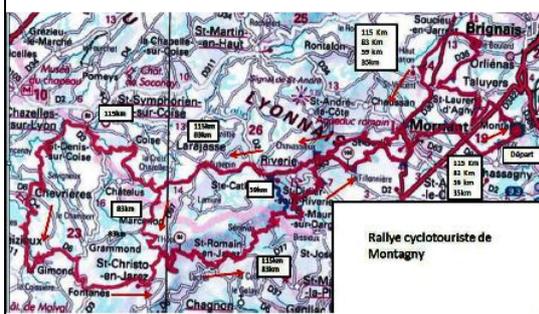
DEPARTS DE L'ECOLE DES LANDES, ROUTE DU BATARD

DEPARTS pour 115km, 8h30 à 10h30 ; pour 83km, 8h30 à 12h ;
pour 59 et 35km, 8h30 à 13h

Tarifs : Licenciés 7€, non licenciés 9€, moins de 18 ans 2€

Renseignements : tel 06 99 68 20 65

Internet <http://cyclo-montagny.iimdo.com/>



Quatre circuits inédits, à travers les monts du Lyonnais, privilégiant les petites routes moins fréquentées, vous sont proposés.

- 115 km, 1770m de dénivelé
- 83km, 1310m de dénivelé
- 59km, 820m de dénivelé,
- 35km, 450m de dénivelé

RENDEZ VOUS à 8H30
L'Ecole des Landes
50 Route du Bâtard
69700 MONTAGNY

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

LES PARCOURS DU COEUR

SAMEDI 01/04/2017

VELODROME DE LA TETE D'OR

Du 18 mars au 14 mai 2017, la Fédération Française de Cardiologie organise des Parcours du Cœur dans toute la France. Rendez-vous familial et convivial, les Parcours du Cœur réunissent adultes et enfants pour bouger ensemble et faire prendre conscience aux petits comme aux grands de l'importance de pratiquer une activité physique au quotidien ! Chaque ville participante organise un parcours éducatif et sportif. Au départ et à l'arrivée des Parcours, des stands d'information informent les participants sur l'importance d'une activité physique.

Le samedi 1er avril 2017, l'Amicale Cyclos Cardiaques avec le soutien de la Fédération Française de Cardiologie Val de Rhône et l'aide de la Mairie LYON 6e, organise le Parcours du Cœur LYON 6e au vélodrome Georges Prévelal - Parc de la Tête d'Or.
Avec Bernard Thévenet, parrain du Parcours du Cœur LYON 6e et la présence d'anciens champions cyclistes : Robert Alban, Henri Anglade, Jean Forestier, Antonin Rolland...



PARCOURS À VÉLO

Arrivez 15 minutes avant le départ.

Des Vélo's seront prêtés sur dépôt d'une pièce d'identité (dans la limite des vélos disponibles).

10h30 - Balade familiale - Rive droite du Rhône, canal de Miribel

Avec Lyon Vélo

Durée : 2h00 - 18 km

13h30 - Découverte de la ViaRhôna - Amont de Lyon A partir de 13 ans

Avec la FFCT et l'Amicale Cyclos Cardiaques

Durée : 3h00 - 34 km Vélos de route déconseillés

Association Touristique Sportive et Culturelle des Administrations Financières.

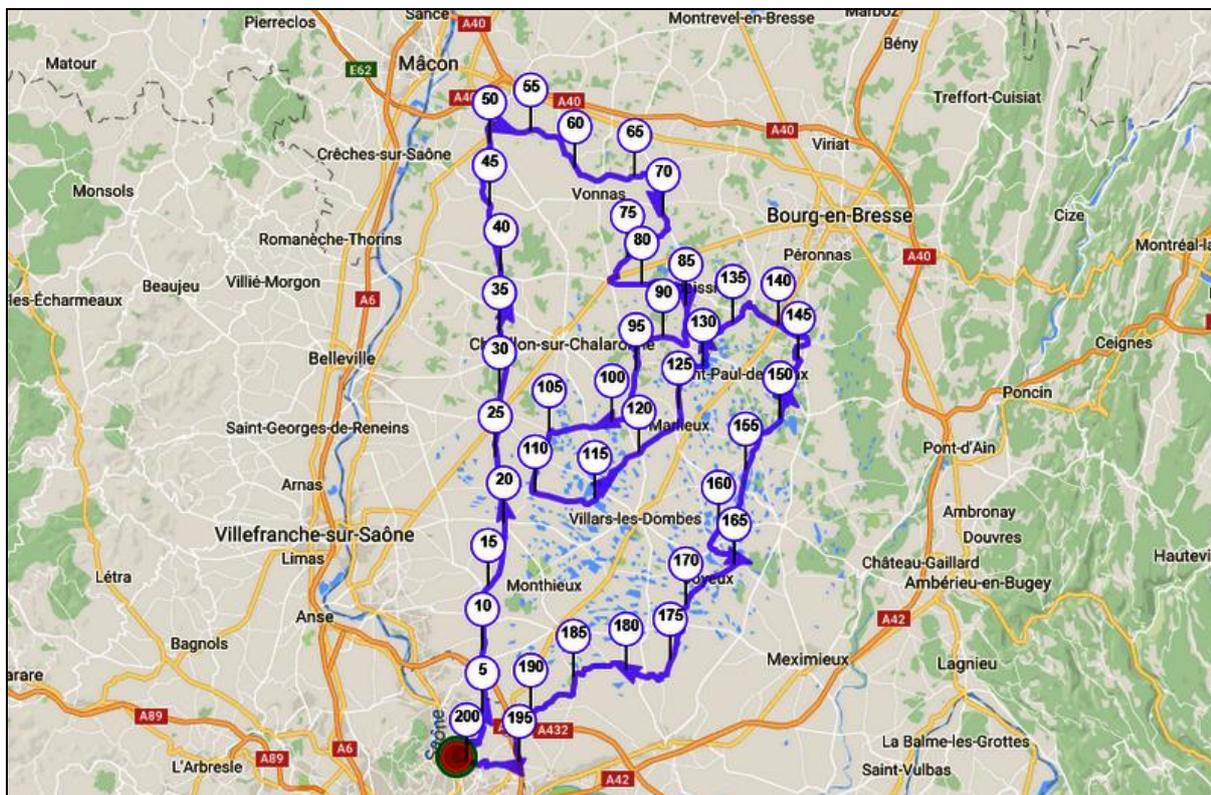
Courriel cyclo.atscaf69@gmail.com

Site atscaf69.cyclo.free.fr

ZIG-ZAG DE LA DOMBES

DIMANCHE 02/04/2017

FONTAINES ST MARTIN



DEPART : 7h20 FONTAINES ST MARTIN
ARRIVEE : 18h28 FONTAINES ST MARTIN

7 Atscafiens seront au départ du ZIG-ZAG

Cathy **GIMENEZ**
Alain **GIACOMAZZO**
Alain **SAVEY**
Florian **CABAJ**
Frédéric **VARILLON**
Patrick **GIMENEZ**
Yves **BADINA**

Pour ceux qui le souhaitent, il est encore temps de s'inscrire pour le Lyon - Provence du 15 avril. Le bulletin d'inscription est en pièce jointe. Là aussi, je me charge de centraliser les inscriptions, faites-les moi parvenir avant le 5 avril.

Je redonne mon adresse pour que vous puissiez m'expédier vos inscriptions :

Florian CABAJ
30 rue du professeur Paul Sisley
69003 LYON

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

L'AGENDA



- **Samedi 01 Avril**
Les « Parcours du Cœur » au VELODROME DE LA TETE D'OR »
Rallye des Vieilles Pierres à MONTAGNY
- **Dimanche 02 Avril**
Zig-ZAG de la Dombes à FONTAINES ST MARTIN
- **Samedi 08 Avril**
Sortie club à SAINT PIERRE DE CHANDIEU
- **Samedi 08 Avril**
Réunion CODEP-Clubs à ST MAURICE SUR DARGOIRE
- **Dimanche 09 Avril**
« La Castellane » à CALUIRE
- **Samedi 15 Avril**
Sortie club à CHARBONNIERE
- **Samedi 22 Avril**
Sortie club à CREMIEU
- **Samedi 29 Avril**
Sortie club à MORNANT
- **Samedi 06 Mai**
Sortie club à FLEURIEUX SUR L'ARBRESLE

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