

Les vacances
de MR Robert



La Pierre
Chany par
Jean claude



Les
pérégrination
s de Gil et
Elise en Corse



Les
copains
d'abord
par cyril



Le nouveau roue libre

numéro 181

fondé en 1986 par l'instituteur laïc Bernard Vermez



La page rétro
Mon 1^{er} vélo



Sport expo,
Stand du
club, avec
maurice



Alain nous
conte les
sorties cyclos



CIm, tous
à corbas ,
Dimanche
4



L'Édito de Patrick.

J'avais prévu cette intervention au BBQ de juin, puis je me suis ravisé, car vous ne m'auriez pas écouté...ni entendu d'ailleurs avec le brouhaha ambiant.

Priorité donc au Roue Libre, qui a vocation à être lu par le plus grand nombre.

J'ai découvert l'ACMV il y a une quinzaine d'année, grâce à mon grand ami JPB ; mais jamais au grand jamais je n'ai connu une telle effervescence de la section cyclo ; son responsable se démène comme c'est pas possible pour nous "tirer vers le haut" comme il dit ; un tirant donc...ou un tyran ?

Et ça marche ! je n'ai moi-même jamais autant roulé qu'en cette année 2016 ; et quelle variété dans les propositions : entraînements le mardi, le jeudi, la samedi, le dimanche parfois, sorties à la journée, marches, visites touristiques, pétanque...

Alors les gars si vous voulez le garder, remerciez-le, félicitez-le, encouragez-le !

Flattez-le, caressez-le dans le sens du poil ; il n'en sera que plus docile, fidèle, obéissant.

C'est essentiel pour lui ; j'ai moi-même trop connu cette frustration, pour avoir été quelques temps aux manettes : peu de remerciements lorsque tout va bien, mais par contre les reproches fusent de toute part au moindre faux pas...

Alain on t'aime !

Et il en est de même pour notre président actuel, qui semble parti pour un 4ème mandat.

Il y a bien longtemps que nous n'avons pas connu une telle sérénité à l'ACMV. J'en veux pour preuve la fréquentation de ce BBQ 2016 où beaucoup d'adhérents sont venus en couple ou en famille, un signe qui ne trompe pas.

JC on t'aime !

Et que dire de tous ces membres du bureau qui se démènent tant ? je me refuse à vous citer, de crainte d'en oublier : je vous aime tous !

La meilleure récompense pour tous ces membres très actifs, serait que les adhérents viennent maintenant grossir les rangs de notre sympathique conseil d'administration.

Patrick, adhérent de base.

Vive les calanques

- Cette année encore nous étions près de 20 amicalistes à descendre nous balader dans les calanques marseillaises. Malgré un petit retard à l'allumage en gare de Part dieu, notre TGV ayant une heure de retard suite à des pluies diluviennes, nous sommes arrivés à bon port. Cette sortie bucolique s'est déroulée le 25 juin. Date fixée un samedi pour permettre aux « actifs » de se joindre à la vieille garde. Résultat, 80% de cyclos retraités présents. Il faut dire que l'année dernière, les cyclos avaient adoré. Quel plaisir de nager dans une eau limpide au milieu de petits poissons multicolores, d'admirer ses falaises tombant à pic dans la mer. Ce jour là, Baigneurs et plongeurs se concentraient dans la calanque de SUGITON, située à 45 minutes à pied des facultés de Luminy. En contemplant le paysage, on comprend assez aisément que touristes et étudiants marseillais se donnent « rendez-vous » sur un tel site. Paysages fantastiques, ambiance détendue, même Jean Jacques Chabot n'en croyait pas ses yeux. On a toujours une vision onirique des calanques lorsqu'on les découvre. Le contraste entre un paysage rocailleux, un grand nombre de pins parasol et une méditerranée turquoise est saisissant. Cette escapade ensoleillée s'est terminée dans un petit restaurant marseillais autour d'un très bon couscous. Au demeurant, il reste à convaincre un public plus jeune de nous accompagner en 2017. Gilles B



La Pierre chany 2016

- Serge, Albert, Laurent et moi (Jean-Claude B.) avons fait le déplacement pour participer à cette cyclosportive. Le temps était idéal. L'organisation, reprise par une nouvelle équipe, a été parfaite. Les parcours de difficultés moyennes sont magnifiques.
- Pour nous 4, les courses se sont bien passées avec des places allant de la 21^{ème} à la 48^{ème} sur le grand parcours et une 94^{ème} place sur le parcours moyen.
- C'est donc une cyclosportive que je recommande. Gilles me disait vouloir à ce que pour 2017, nous nous y rendrions en nombre. Aussi Albert a déniché un sympathique camping près de Saugues.
- Jc le prez

Les copains d'abord

-
- Samedi 2 juillet, c'est au milieu des pins et des montagnes que nous arrivons à Ambert en fin d'après-midi. Un objectif : renouer avec la tradition ! Retrouvailles au village départ avec les dix-sept copains de l'ACMV pour l'apéro Cyclo (dégustation de la Fourme d'Ambert accompagnée de vins Saint Verny Vignobles). Ambiance copains ! Tout le monde attend avec impatience la « Pasta Party ». Nous sommes servis copieusement : tomates, pasta forestière, fromage, pain et tartes au choix : myrtilles, citron ou pommes. Une bouteille de vin pour accompagner le tout. Détente et convivialité tous ensemble. Discussions autour de la cyclo : quel parcours, quelle distance, quels braquets, quels déguisements ... Fin du repas, derniers fous rires, retour aux bungalows réservés par Patrick pour une bonne nuit avant le jour J.
- Dimanche 3 juillet, tout le monde est prêt, y'a plus qu'à...
- ...attendre de voir le déguisement d'Albert...
- ...prendre le départ (...et le bon) ...
- ... aller jusqu'au bout avec les meilleurs ou à son rythme... très rapide pour certains, plus tranquille pour les autres.
- Petite interview d'Albert sur France 3 avant le départ, forcément en perruque rose et...ça ne passe pas inaperçu. Ballons roses et violets sur les vélos pour tous les autres. Ambiance festive et chaleureuse côté cyclo, plus concentrée côté coureurs...quoique...Go !
- C'est plus de 2000 participants qui s'élancent pour cette 29^{ème} édition sous un beau ciel bleu sans nuages. Une organisation au top, bénévoles, signaleurs, ravitos, folklore. Tout y est. Public sur les bords des routes qui encourage. Des pauses parfois improvisées dans les villages. Bel accueil des habitants. Musique et déguisements. Paysages magnifiques. Moments mémorables. Un seul mot d'ordre : se faire plaisir !
- Les copains : une cyclo qui porte bien son nom ! Dernier village, dernière côte, encouragements au rythme des tambours pour les derniers kilomètres. On y est, finish !
- Bravo les copains de l'ACMV !
- A l'année prochaine !
-
- Audrey et Cyril B.

De champagneux au Mont Ventoux avec les cyclos



-
- *C'est un peu comme si on allait dans notre résidence secondaire . Champagneux*
- *et l'ACMV c'est tout une histoire et c'est vrai que l'on s'y trouve vraiment bien*
- *dans ce beau décor et avec de l'espace .*
- *Plus de 30 personnes à ce séjour donc c'est un succès d'autant plus que le temps a été très correct sur les 4 jours .*
- *le premier circuit c'est avec le sac à dos et pique-nique et nous partons dans la matinée de jeudi pour un circuit de 103 kms et 1742 m de dénivelé (contour du lac d'Aiguebelette,col des mille martyrs,ravitaillement de Marie-Christine à la bati-Divisin et retour)*
- *le 2ieme jour c'est le gros morceau 131 kms et 2383 m de dénivelé (un circuit réduit sera effectué par certains cyclos) .*
- *Passage vers Belley,Culoz,ascension du terrible Grand Colombier ,voiture suiveuse avec Lucienne et Marie-Christine ,pique-nique préparé par le centre de Champagneux ,retour Chanas,Yenne,Gerbaix .*
- *Le 3ieme jour on est tous ensemble à allure modérée pour 58 kms avec un très beau circuit proposé par Annick (Peyrieu ,Belley, St germain Les paroisses)*
- *Le 4 ieme jour un autre circuit court avec comme début et fin la viarhona .*
- *Malheureusement Jacques fera une chute et avec beaucoup de sang vers l'arcade mais plus de peur que de mal.*
- *Pendant le séjour il y a eu le traditionnel loto,des jeux d'adresse et la pétanque bien sur .*
- *Les repas ont eu lieu sur la terrasse dans la bonne humeur.*
- *On a apprécié les apéros concoctés par lucienne ,l'aide de marie-Christine .*
- *A l'année prochaine !*
-

Alain

- *Nous étions 13 cyclos pour ce séjour à St Colombe (près de Bédoin) au pied du Ventoux.*
- *L'hotel restaurant a été proposé par Patrick car l'ACMV avait fait un séjour déjà dans le passé .*
- *Patrick toujours lui a pu avoir une remorque à vélo qui nous a rendu bien service et merci encore à lui qui a fait le conducteur .*
- *Nous avons eu un accueil super dans cet hôtel et la restauration est très bonne et pas chère*
- *donc à recommander .*
- *le 1 er jour 95 kms et 2600 m de dénivelé (Bédoin ,Mormoirion,Villes sur Auzon,*
- *Monieux,magnifique Gorges de la Nesque ,Sault, Mont ventoux retour St colombe).*
- *Le 2ieme jour 95 kms mais 2600 m de dénivelé (Malaucène, Mont-Ventoux et retour Malaucène,circuit touristique des dentelles de Montmirail ,Suzette,Lafaie ,Le Barroux ,Caromb ,St pierre de Vassols ,Bédoin)*
- *Le 3ieme jour enfin sans vent on décide de tous faire ensemble l'ascension la plus célèbre bédoin ,Mont-ventoux 35 kms et 1412 m de dénivelé .*
- *On n'en retiendra que l'on ne va pas faire le Ventoux sans entraînement assidu avant et en plus après avoir consulté la météo .*
- *Seulement 6 cyclos seront montés au Ventoux et 3 auront fait les 3 faces jusqu'au sommet .*
- *Il ne faut toutefois pas oublié qu'il faisait très froid les 2 premiers jours et plusieurs cyclos n'ont pas été après le Chalet-Reynard .On se rappellera de la descente où on a vraiment souffert du froid .*
-

Alain

vos carnets de vacances
racontez nous vos sorties bucoliques durant la période estivale. Ce mois-ci, notre ami Robert Olivier nous raconte ses escapades dans l'arrière pays varois. On entend déjà les cigales...

Mes vacances dans le var

Par chance encore cette année, j'ai pu porter les couleurs de notre amicale sur quelques routes de ce magnifique département; surtout l'arrière pays où l'on trouve de très belles routes. Le cycliste y est roi; peu ou presque pas de circulation; des paysages magnifiques où il est bon de se trouver. Cette année a été particulière pour nous, nos enfants résidents à Montréal sont venus passer leurs vacances en Europe. La semaine où nous étions avec eux à grimaud, j'ai privilégié la plage en leur présence. De plus une lombalgie perturba mes sorties.

Ma première sortie comme chaque année a été la montée de Grimaud à la garde Freinet. Pour les connaisseurs, je l'ai remontée par l'autre versant, histoire de mieux l'apprécier. J'ai ensuite emprunté la petite route qui mène en haut du col des vignou. Je l'ai descendu puis remonté pour finir sur Grimaud. Pour une première sortie ce n'était pas mal. Pas beaucoup de kms mais quelques belles grimpettes!

La seconde sortie départ Coqolin pour aller à Collobrières, formidable parcours, la route serpente au milieu des chênes, chênes liège, des vignes et des forêts d'épineux, le tout bien sur au milieu de la nature, des odeurs, un ravissement... visite de Collobrières, petit village typique méridional, à visiter pour sa fabrique de glaces aux marrons et de confitures artisanales. De là, j'ai continué sur Pierrefeu, un village à environ 10 kms. La route venait d'y être refaite un vrai plaisir. Retour par le même chemin pour rester loin de la circulation des bords de mer.

Ma troisième et dernière sortie, très agréable aussi. Départ du bas de Grimaud en direction du plan de la tour, route semblable aux autres avec toutefois un peu plus de circulation. Le village du plan de la Tour est aussi très beau avec de nombreuses vignes. Deux cols en partent: le Vignoux et le Prévoux. La descente du col de ce dernier nous mènent en direction de la ville de Vidauban. Ici les routes sont désertes, aucune voiture aucun bruit à part celui des grillons. Aux terrasses des cafés devant la mairie de Vidauban, le fort accent des autochtones nous rappelle que nous sommes bien dans le midi.

De là, j'ai repris une route me ramenant sur la Garde Frein et mais à la moitié du parcours sur la gauche, j'ai pris la direction de Sainte Maxime, le plan de la Tour par le petit hameau de la Mourre, pour l'atteindre, un petit col de quatre kilomètres pentu mais d'un calme enchanteur qui nous paye de nos efforts.

Du hameau de la Mourre, j'ai rejoint de nouveau le haut du col du Vignou pour aller de nouveau à la garde Freinet et redescendre sur Grimaud.

Ces trois ballades d'un total de deux cent vingt kilomètres n'ont été que des boucles; dans des paysages magnifiques et surtout dans le calme; en sécurité loin des bouchons du bord de mer où les voitures sont les unes derrière les autres.

Voilà, j'espère que vous avez pu me suivre, je ne suis pas allé bien vite pour que nous restions ensemble pendant encore quelques années; dans cette perspective je souhaite que vous ayez passé vous aussi de très bonnes vacances et que vous puissiez nous les faire partager.

Robert.

L'ACMV
suit les pros

L'ACMV suit les pros dans Paris Nice ,le dauphiné libéré ,Tour de France.

En effet le jeudi 10 Mars 8 cyclos pour voir le passage des coureurs à la Croix-régis Le parcours a fait 105 kms et 1020 m de dénivelé .

(Givors,Vienne,Pont-evêque,Jardin,St Sorlin,Les cotes d'Arej,Reventin,Ampuis,les haies,

Croix-régis ,Givors).Nous avons vu les coureurs à la Croix-Régis où nous avons aussi bien apprécié notre pique-nique mais c'est vrai que l'on a eu froid.

Jeudi 9 juin c'est au tour du dauphiné libéré avec 11 cyclos pour 117 kms et 1200 m de dénivelé (Luzinay,Moidieu-Détourbe,Villeneuve de Marc,Semon,Bossieu,Pommier de

Beaurepaire,Cours et Buis,Jardin,Vienne).le passage des coureurs pendant notre arrêt pique-nique qui a eu lieu à Semon.Jean-luc a récolté le bidon de Contador.

Enfin le top avec le Tour de France le samedi 16 juillet avec 9 cyclos pour 94 kms et 992 m de dénivelé (Vienne,Jardin,St Sorlin,Cours et Buis,Eyzin pinet,septème)

Le passage des coureurs pendant notre pique-nique a eu lieu à Eyzin pinet .

On pensait se voir à la télé mais de la publicité est passée à ce moment là . Le retour a été un peu difficile en raison des bouchons car on a suivi le tracé du Tour jusqu'à

Septème . On notera que les voitures publicitaires ne jettent plus beaucoup de cadeaux .

« Mon 1 er vélo » racontez nous vos souvenirs d'enfance liés à votre 1 er vélo voire une intrigue concernant un biclou spécifique... Aujourd'hui, manque de rédacteurs, Rétropédalage, philou nous faisait revivre dans un RL d'il y a 10 ans l'histoire de son premier bicross...

- *Mon Premier Vélo.*
-
- *Je m'en souviens comme si c'était hier....*
-
- *J'avais 9 ans, c'était le jour de mon anniversaire.*
-
- *Mes parents m'ont demandé de les suivre dans le grenier. Je n'avais aucune idée de ce qu'ils voulaient.*
-
- *Ils me demandent d'entrer le premier, et là... surprise, un magnifique bicross, noir et rouge, m'attendait !*
-
- *Il était magnifique, avec de superbes roues à bâton en plastique rouge.*
- *Le virus du vélo est peut-être venu ce jour là... je passais mes week-end à arpenter les chemins, les bois et les champs à quelques kilomètres à la ronde.*
- *Il n'avait qu'une vitesse, ce qui, quand je voulais rouler vite, me forçait à mouliner beaucoup !*
- *J'étais très fier car les copains du lotissement, qui avaient tous des bicross plus classiques avec roues à rayon, étaient vert de jalousie !*
- *J'avais une copine du quartier qui me regardait différemment depuis que j'enfourchais fièrement cette magnifique monture.*
- *Un jour je lui ai proposé d'aller faire un tour (assise sur le guidon, les pieds sur des supports près de la roue avant) dans le bois voisin.*
- *Je sentais son léger parfum m'enivrer les narines. Dans l'euphorie ambiante je me sentais plus courageux !*
- *J'ai tenté ma chance, pris mon courage à 2 mains, et ... l'ai embrassée subitement. A mon grand étonnement, elle ne m'a pas repoussé.*
- *J'ai poussé un peu plus loin l'exploration, et ai entrepris de la XXXXXXXXXXXX, puis je l'ai XXXXXXXXXXXX, et enfin XXXXXXXXXXXXXXXX, magique , enfin, c'est le mot qu'elle a employé.*
- *Quel jour merveilleux, et tout cela ne serait pas arrivé sans mon fidèle équipier, mon bicross à roues à bâtons rouges !*
-
- *Désolé, j'ai un peu digressé..... Philippe*
-

Vos carnets de vacances
Comme Elise et Gil racontez nous vos périples. Partons aujourd'hui en
Corse et traversons la mer pour une étape Sarde...

Infos culture, infos sport

« pédale » le hors série à lire absolument cet été.

Comme chaque année la « rédaction » du magazine SO FOOT publie un spécial Vélo durant le tour de France. Les interviews de pros ou d'ex pros sont succulentes. Dopage, palmarès, magouille, découvrez le monde souvent infecte du professionnalisme .

expa temporaire à voir absolument

« Le sport
Européen à l'époque
du nazisme au musée
de la résistance
jusqu' en Janvier
2017

Vélo vintage festival

le 10 septembre à
uilleurbanne de 1936
à 2016. défilé de
vieux vélos (voir
affiche)

Chose promise, chose due... Faisons fi de la nostalgie, de la mélancolie et de l'angoisse à la pensée du retour et d'une nouvelle année de travail et de tracas, pour vous livrer une petite page sur les tribulations des Chevalier de la rue bataille pendant leur périple estival et vélocipédique. Que choisir, attendre la petite escapade Sarde à partir de demain matin ou évoquer une journée Corse? Finalement, autant parler du présent... Donc, après un dîner pris assez tôt dans la haute vallée de Bonifacio, retour à l'hôtel et coucher vers 10h mais très petite nuit pour moi car Gil, sitôt la tête sur l'oreiller ou plutôt sous l'oreiller et que rien n'arrête! Réveil à 05h50 pour une heure de gymnastique, pour moi, avant le petit déjeuner, puis c'est la «séance des sacoches »... « Petite main » je suis autorisée à préparer les différents sacs, vêtements, chaussures, trousse de toilette... mais c'est Gil qui remplit et «équilibre» les bagages dans les sacoches ce qui prend un certain temps du 1^{er} au dernier jour. (ce qui ne l'empêche pas de savoir où se trouvent les affaires.) Il faut maintenant récupérer les vélos au garage, les charger, positionner la GOPRO, prendre une photo du départ, mettre le chapeau... Nous gagnons donc le port, traversée un peu perturbante pour moi: la mer n'est pas « d'huile »! Débarquement à Santa Teresa di Gallura, nouvel épisode où nous chaussons, les chaussures de vélo, et où nous prenons enfin le départ... mais à peine quelques mètres devant, je me trompe de direction et Gil ne m'a « pas vue »... heureusement un cul de sac. Demi tour pour le rattraper dans le grand vent qui souffle! Nous filons tout d'abord sur la grande route côtière et touristique, puis nous bifurquons vers l'intérieur, à travers des paysages évoquant le Sud Corse. Comme nous savons que nous ne traverserons aucun village d'ici notre but, nous nous posons au même petit café où nous nous étions arrêtés, l'année dernière. Coca, salade de tomates pour Gil, café au lait pour moi... gentiment servis par le patron qui nous a reconnus. Et c'est bien sûr, le moment où nous écrivons quelques cartes, en général, 4... Ce n'est pas la bonne heure mais nous repartons sur le coup des 13 heures en pleine chaleur. Plein de soleil et de légères côtes pas bien ombragées. Nous arrivons à Agyrue, petite bourgade typique de la Gallura au milieu des oliviers, des chèvres liège et des vignes. Un peu « assoifés », (je n'ai aucun bidon, Gil ayant 2 bouteilles d'eau avec lui) nous décidons de prendre un jus de Pamplemousse au café du musée avant de rejoindre notre Gîte. Très belle ferme-auberge au charme fou, où nous savons qu'une chambre confortable et une table mémorable nous attendent ainsi qu'une piscine dont Gil compte profiter. Petite lessive des vêtements de vélo dans le lavabo avec « Génie », étendage réfléchi avec les moyens du bord, dans l'encadrement de la fenêtre, et farniente mérité au bord de la piscine avant de savourer l'excellent en plantureux dîner servi sur la terrasse de la maison de pierre. Apéritif et vin rouge de la propriété, antipasti de tout ordre, gnocchi, zuppa, cochon et pommes de terre, dessert et liqueur de myrte puisque la Gallura en est le cœur! 22h extinction rapide des feux pour une nuit qu'il faudra réparatrice.... Elise et Gil A bientôt

Agenda septembre octobre

Clm corbas
dimanche 4

*Course de parilly inscrivez
vous en ligne sur le forum du
club comme signaleur*



Dimanche 18 septembre
Grand Prix Cycliste de Vénissieux
Départ et arrivée : Parc de Parilly

10h00 Courses catégories FSGT 3 + 5, Féminines
et minimes - Catégories Ufolep 2 et 4

14h30 Courses catégories FSGT 1 / 2, 4 et cadets
- Catégories Ufolep 1 et 3

Grand Prix Cycliste co-organisé par le VCMB - FACMV - FECMV
Courses uniquement ouvertes aux licenciés FSGT et UFOLEP
Parking « Berliet », avenue Charles De Gaulle, face à Renault Trucks
Renseignements : 06 88 97 33 16 - www.vcmb-venissieux.com



*sports expo, forum
assoc, rallyes, Alain,
Maurice et les
autres.....*

*ce week-end pensez à vous
inscrire auprès de
Maurice si besoin ou
d'aller faire un tour au
stand carrefour
vénoisieux sport expo
ce vendredi 2 et samedi
.3 septembre.*

*dimanche 4, 10 h à 17 h
forum associations place
ambroise courtois .*

*dimanche 4 randonnée
des blanchisseurs à
craonne .lieu de départ
salle des fetes avenue
jean bergeron*

Le contre-la-montre de Corbas lance la saison des chronos le
Dimanche 4 Septembre 2016 en
début d'après-midi. Les
meilleurs coureurs de la région
seront présents d'autant que
cette épreuve sert de support au
championnat départemental du
Rhône.

Tous les renseignements sont
disponibles sur

: www.veloclubcorbas.fr

Premiers départs prévus en fin
de matinée.

Plusieurs de nos coureurs
seront présents, n'hésitez pas à
venir les encourager :

13H LAVET Jean-Luc

14H30 REY DIT GUZER

Silvin

14H48 GROS Jean-

Christophe

14H50 BOGAERT Philippe

14H52 GLEIZAL Florent

14H54 GONCALVES Serge

Ainsi que MATHIAS Alain et
MATHIAS Raphaël.

*En vrac, une page colorée en rose. Des copains d'Ambert, aux routes de
Haute Loire, en passant par l'Atin, la calanque de Sugiton et la Corse,
notre moulin à vent a brillé durant la période estivale.....*



1936-2016
Velo Vintage
Les succès à vélo

Musée éphémère
Concours d'élégance
Démolition festive
Régolodrome
Guinguette rétro

Velo Vintage Festival
#2

Samedi 10 Septembre 2016
sur Henri Barkasse, quartier Gratte-Ciel - Villeurbanne
Municipalité de Villeurbanne - www.velo-vintage-festival.fr

Entrée libre