

# VTT : des sorties en forêt accessibles à tous

**Au Cyclo club de Saint-Avold, les sorties en forêt se font toute l'année. Désireux de passer un bon moment, les vététistes se retrouvent chaque semaine pour trois heures d'effort sportif dans une bonne ambiance. Une activité ouverte à tous et qui évolue puisque les vélos électriques sont de la partie.**

**L**e samedi c'est loisir pour les amateurs de VTT. Le Cyclo club organise des sorties à vélo, plusieurs fois par semaine. « Le dimanche c'est VTT randonneur », présente Fabrice Contal, responsable de la section VTT loisirs au Cyclo club de Saint-Avold. Au centre aéré naborien, lieu du rendez-vous, une dizaine de cyclistes ont répondu présent. Équipés de la tête aux pieds, ils viennent bénéficier d'un moment « pour faire du sport et profiter de la nature dans un groupe convivial ».

## **Des parcours de 35 km**

Les randonnées se déroulent toute l'année avec un parcours différent, mais toujours accessible. « On s'arrange pour faire 30-35 km. On varie et parfois c'est la météo qui décide ». Par chance, ce samedi, un beau soleil est venu accompagner les vététistes. C'est donc une boucle agréable qui attend les cyclistes.

Avant le départ, les derniers détails sont inspectés. Chez l'un des participants, le téléphone est accroché au cadran, sur lequel le tracé s'affiche. « On reçoit le parcours GPS quelques



**Samedi, ils étaient une dizaine de vététistes à prendre la direction de Creutzwald à travers la forêt.** Photo RL/Nolann ROCK

jours avant. Ça nous permet d'avoir une vision globale et de ne pas se perdre », décrit-il. Aujourd'hui, direction Creutzwald. « Ce sont des routes qu'on connaît. On a l'habitude de les emprunter ». Une fois que tout le monde a chevauché sa machine, le départ est lancé en groupe.

## **Rouler sous toutes conditions**

Après environ trois heures dans la forêt, le groupe revient au point de départ comme il est parti : ensemble. « Faire du VTT seul, ce n'est pas prudent, prévient le secrétaire. On peut tomber, n'importe où. » C'est d'ailleurs la petite anecdote de la sortie. « Sur une flaque, je

suivais notre secrétaire sur son VAE. Il est passé tout seul, pas moi », présente le vététiste. Heureusement, rien de cassé, seulement une tenue un peu boueuse.

L'effort ne s'est pas arrêté à la fin de la boucle. Certains ont enfourché une dernière fois leur vélo pour rentrer chez eux. À peine arrivés, ils sont déjà prêts pour la prochaine sortie. « On roule sous toutes les conditions, même la neige, précise Fabrice Contal. Il n'y a que le verglas qu'on évite ».

**Nolann ROCK**

Pour participer, venir aux horaires de sorties. Infos sur : [cyclo-club-stavold.org](http://cyclo-club-stavold.org).