

Ouverture officielle de la saison cyclo

8 avril 2018

Pour l'ouverture de la saison cyclo 2018 c'est un groupe de 17 éléments dont 2 féminines qui se sont retrouvés le dimanche 8 avril, dès 8H30, à Oderfang. On comptait 5 vététistes sous la direction de Fabrice et 2 groupes cyclos, le Groupe Randonneurs à 7 dirigé par Marc et le Groupe Loisirs à 5 dirigé par Jacques.

Comme la NABORIENNE du 10 mai se profile à l'horizon, Marc a emmené son groupe reconnaître le circuit de 66 km ce qui a permis également d'enregistrer la trace GPS qui sera mise à disposition des participants le jour de la randonnée.

Pour ce qui est du Groupe Loisirs, c'est Jacques qui a préparé deux circuits de 40 et 49 km.

Le beau temps était au rendez-vous, avec tout de même une petite fraîcheur matinale de début de saison.

Souhaitons qu'au cours de l'année 2018 on puisse profiter de nombreuses journées aussi clémentes que celle du 8 avril pour pratiquer ce sport qui nous tient à cœur.

A noter que le départ actuel de tous les groupes, cyclos (Randonneurs + Groupe Loisirs) et VTT se fait le dimanche à 8H30 à Oderfang et que la sortie Groupe Loisirs cyclo du Samedi n'a plus lieu ce qui n'est pas le cas pour le VTT Loisirs qui est maintenu.





Début de saison Route en plus du Vtt
8 avril 2018



LA COMMUNION

Pour sa deuxième édition de sortie au lac de Pierre Percée Alfred nous avait préparé un rendez-vous à Celles sur Plaine. La météo plutôt clémente a permis de rassembler les troupes le jeudi 3 mai. Alfred avait prévu un éventail de possibilités très large de manière à rassembler le plus grand nombre. Et le résultat fut à la hauteur puisque nous nous retrouvâmes à 6 Vtétistes, 8 routards et même 3 marcheurs.

Le rendez-vous des Vtétistes était fixé à Badonviller petite bourgade de 1550 habitants environ. On sent dans cette cité une histoire, une vie passée, malheureusement sur le déclin pour ne pas dire plus. On remarque que la ville comprend de nombreuses maisons ouvrières édifiées cités. En faisant des recherches, les archives nous apprennent que la richesse passée de cette bourgade provenait d'une usine de faïence et de verre florissante, usine créée en 1898 pour présenter un pic d'activité vers 1950 (plus de 1100 ouvriers) et définitivement fermée au printemps 1989.

Badonviller est située direction plein sud et à 80 Km environ de Saint-Avold.

Il fallait donc compter une petite heure ½ de déplacement en voiture pour se rendre sur place.

Les routards eux ont démarré leur périple de 83 Km à partir de Celles-sur-Plaine située à une dizaine de km de là environ pour gravir une des montées du col du Donon les plus redoutables de ce col mythique, l'un des plus connus de notre région.



Quelques mots également sur le lac. Entre 1981 et 1985 EDF construisit un barrage au lieu dit « le Vieux Pré » et il fut mis en service en 1995. Ce lac, la troisième plus grande étendue d'eau douce de la région lorraine (302 Ha) est destiné à réguler le cours de la Moselle lorsque le débit de celle-ci est trop faible pour compenser le prélèvement de la centrale nucléaire de Cattenom.

Mais revenons à nos cyclistes et particulièrement aux montures VTT, cheval dont je suis personnellement équipé. Nous sommes 6 : notre guide, j'allais dire « perpétuel » Alfred et son adjoint qui s'appelle « Garmin », le 2^{ème} adjoint s'appelle Adrien, il est chargé de scruter son « garmin », le numéro 2 lorsque le Numéro 1 flanche ; et l'histoire nous dira que ce n'est pas trop. Parfois, Alain et Guy également équipés ramènent leur « fraise » mais timidement seulement car ils ne sont qu'apprentis dans ce domaine. Nous avons nos 2 électriques Alain qui tient « tête haute » parfois un peu penchée pour cause de cervicales douloureuses, et Adrien qui peut donc assurer un sourire permanent voire rire franchement alors que d'autres grimacent ou cherchent leur souffle.

Notre Jeannie Triou, pardon Elisabeth ou Babette, toujours accrochée à Alfred quand elle ne le dépasse pas. Nous avons aussi Christian que je me permettrai d'appeler le nouveau, même si c'est largement faux, mais c'est pour lui une première participation à cette épreuve organisée par Alfred. Enfin il y a Guy l'inconscient, celui qui serre les dents et essaie de s'accrocher. Il prend le départ sans même trembler, et je dois dire pour le bien connaître que finalement il tire son épingle du jeu puis qu'il arrivera au retour au parking frais et dispos. Un petit clin d'œil aux absents involontaires Marc et Daniel retenus par leurs obligations de papi sans compter les autres que je ne pourrai pas tous nommer.

9 Heures, c'est l'heure du départ, les voitures sont bouclées, les mollets chauffent. Nous démarrons gentiment par une petite grimpe. Aucune hésitation la trace (du garmin) nous guide efficacement. Petite surprise le terrain est plutôt facile et nous ne retrouvons pas les ornières profondes et boueuses de la première édition. Nous montons à notre rythme ou plutôt au rythme que nous impose Alfred. Certains ont le souffle un peu plus court que d'autres mais tout le monde suit bien. Alfred se retourne de temps en temps pour surveiller sa troupe, mais il connaît notre place sans même tourner la tête, il a des yeux partout, devant bien sûr comme vous et moi, mais aussi à l'arrière ce qui est déjà singulier, j'ai pu constater qu'il a même des yeux sur les 2 côtés. Il ralentit un peu et dès que nous croyons le rejoindre il accélère à nouveau sans même qu'on le voie appuyer sur les pédales. Le terrain est bien sec, la température oscille autour de 12° , de quoi ne pas trop transpirer, sans plus. Le circuit est une succession de beaux et longs chemins très praticables et de petits singles dont nous raffolons. Parfois l'ivresse de la vitesse nous entraîne de sorte que nous ratons l'entrée d'un petit chemin. Lorsque cela se produit et que nous revenons pour nous lancer dans un petit chemin, il y a quelques secondes d'interrogation et de stress, faut-il changer de vitesse pour affronter un mur ? ou bien faut-il scruter le terrain glissant et les obstacles pour assurer une descente périlleuse et vertigineuse. Alfred qui veut des progrès chez ses élèves dans les descentes les plus techniques nous propose même une fois, je cite « vas y, n'aie aucune crainte, tu ne tomberas pas, je te rattrape » Cela donne du courage et du coup je me lance... avec succès, je suis étonné, je passe comme cela quelques obstacles et je descends des raidillons que je n'aurais pas imaginé dévaler.

Alfred fait la même proposition à Elisabeth qui se lance également et fissa trouve le succès, Alfred n'aura qu'à attendre patiemment des temps meilleurs pour la rattraper dans ses bras.

Et ainsi se succèdent les passages techniques et les chemins plus rapides. Le tout est très bucolique, nous sommes en mai, la forêt est magnifique, les oiseaux chantent, le cœur des cyclistes aussi.

Un moment donné nous descendons un single préconisé par Sieur Garmin, manifestement ce dernier a dû se tromper, ce chemin ou plutôt cette trace s'adresse plutôt à des marcheurs et à des marcheurs expérimentés. Mais nous nous retournons et nous avons du mal à voir Babette, elle est couchée par terre, le passage étroit et vertical lui a été fatal, elle a fait un soleil. Alfred vole à son secours en se hissant en haut du passage. Quelques minutes et notre courageuse Babette et de nouveau sur ses jambes.

Je vois encore l'énorme racine qui barre le passage étroit devant nous et je me rappelle de la précaution avec laquelle j'ai franchi à pied cet obstacle. Je regarde notre maître Alfred qui arrive et se lance, mais cette fois-ci les éléments sont plus forts que lui, le sol se dérobe et il est éjecté de sa monture. A peine effleure-t-il le sol qu'il est déjà reparti, un vrai chef.

A ce moment nous avons un bon moment d'hésitation, « Garmin » hésite, c'est un coup en avant, un coup en arrière, et ce, facilement pendant un bon ¼ d'heure. L'heure avance, nous avons rendez-vous à midi trente à Celles sur Plaine avec nos amis de la route et avec nos trois marcheurs.

Alfred tranche et finit par trouver un chemin rapide pour rejoindre nos amis. Le compteur affiche je crois 27Km au lieu et place des 30 initialement prévus mais personne ne rechigne d'autant que nous avons carrément « zappé » l'heure du pique nique.



Au bout du compte les horaires sont respectés puisqu'à 12H45 nous sommes tous réunis en communion à l'auberge des lacs à Celles-sur-Plaine.

Cyclistes routiers, cyclistes VTT et nos 3 marcheurs.

Les routards sont contents de leur grimpette, satisfaits de « la tâche accomplie » et se changent pour revêtir une tenue civile alors que les « pauvres » du VTT sont contents de s'asseoir à table tout en sachant que tout à l'heure ils devront encore parcourir 20Km environ pour rejoindre les véhicules.

On croirait un véritable repas de communion, ce n'est pas la communion privée ni la communion solennelle mais la communion de tous les groupes du cyclo de Saint-Avoid sur lequel souffle un vent serein de renouveau.

L'ambiance est excellente, pas de stress et il est pratiquement 14H45 lorsque les courageux du VTT enfourchent à nouveau leurs montures. Cela commence par une portion de voie verte le long du lac de Plaine. Nous attendons les difficultés et les difficultés ne viennent pas ; nous allons parcourir encore une vingtaine de kilomètres, mais à croire que le vin et la bière nous ont dopés, tout ce petit monde est guilleret et accomplit le reste du voyage avec dextérité (aucune chute), vivacité et bonne humeur ;

Et déjà le parking se profile à l'horizon, précédé d'une longue descente ; Au début j'essaie bien de suivre Elisabeth qui est aux trousses d'Alfred, mais non décidément les deux la sont trop forts pour moi, dans les montées... et même dans les descentes. Bilan : 46 Km et 915 mètres de dénivelé. Une très belle sortie de plus. SEULE QUESTION en Suspens.

A quand la prochaine ? Un merci à tous, un merci tout particulier à Alfred. Guy M.

UNE FAMILLE SOUDEE

Je m'y attendais, mais malgré tout un brin d'inquiétude m'a saisi lorsqu'Alfred m'a demandé d'assurer le compte rendu de notre dernière sortie VTT.

J'ai réfléchi un peu mais l'homme était sec de sec, le cerveau vide, la tête ailleurs, pourtant je ne pouvais pas décevoir, je ne pouvais pas dire non à Alfred l'homme qui se décarcasse.

Je me suis donc assis devant une feuille blanche, une feuille d'ordinateur, et tout doucement, comme un mirage naissant, comme un miracle, dans ma tête cela s'est mis à bouillonner et les neurones sont entrés en ébullition ; Vite j'ai dû me reprendre pour maîtriser la situation et organiser tout ce désordre,

Et tout naturellement le rêve est devenu réalité, les mots se sont alignés d'eux-mêmes les uns derrière les autres, le récit devenait réalité et la page blanche se couvrait de signes de manière à communiquer avec les camarades et à nous raconter cette belle journée à tous comme si tous nous avions été présents, comme si tous nous avions mal aux mollets et que l'estomac réclamait une compensation après l'effort fourni.

Et voici notre histoire. Pour moi elle commence à 5H10, lever aux aurores, dès le pied droit sur la descente de lit, et mes lunettes posées sur le nez je suis dans l'aventure. Petit-déjeuner un peu plus consistant que d'habitude, je tourne quand même rapidement les pages du journal local surtout pour sacrifier à un rite quotidien, plus même que pour prendre connaissance des nouvelles, je dirais les catastrophes nationales et internationales et les chiens écrasés de la région.

Sur ce, passage rapide à la salle-de-bains.

Ça c'est le corps, l'esprit lui est déjà 98Km lus loin, plus précisément sur le parking de la piscine de Niederbronn-les-Bains.

Le voyage en voiture me paraît un plus long que d'habitude, probablement parce que cette fois ci je n'ai pas de compagnon de route. Mais au bout d'une heure vingt minutes de route j'arrive sur le parking avant même l'heure du rendez-vous fixée à 7H45. Le gros de la troupe est déjà là, en fait je crois que nous arrivons dans un mouchoir de poche, aucun retardataire.

Et là la mayonnaise prend, ce n'est que saluts, éclats de voix, éclats de rire. Nous sommes tellement contents de nous retrouver, de serrer les mains, d'anticiper les aventures de la journée à venir.

Il est 8H10, et il est temps de passer aux choses sérieuses, nous allons partir :

Le groupe route composé de Patrick, Roland, Jean-Paul, Zoubier et Lucien vient de partir.

Alfred notre guide VTT démarre à son tour suivi de Babette, Marc G., Adrien, Alain, Fernand et Guy.

Là je n'en crois pas mes yeux ni mes mollets, nous entamons une descente, certes modeste, (j'ai regardé Garmin, nous passons de 273m à 259 mètres, vous vous rendez compte) mais ça ne monte pas, ça descend...

Cinq minutes à peine viennent de s'écouler, comme d'habitude notre guide vient de trouver le « sillage » et déjà ça monte. Vas y mollo Guy garde ton souffle, une longue ligne droite montante se déroule devant moi et je n'en vois pas le bout. Du bout des lèvres, je me murmure à moi-même, plutôt en forme le bonhomme aujourd'hui. Je m'arrange pour que personne n'entende, j'ai peur des sarcasmes surtout que ma

position se situe plus sur la fin que sur l'avant. (En tout une élévation de 175mètres,- de 259 à 434)

Mais ça monte, et ça monte et ça ne cesse pas de monter. Chacun son rythme, personne ne grogne, il est vrai que nous étions prévenus. Pour l'instant pas beaucoup de racines, c'est déjà ça, le sol est propre, plutôt sablonneux, recouvert des feuilles du dernier hiver, un vrai tapis, le luxe, quoi !

Et c'est bizarre, oubliée la tôle ondulée, un parcours parfait pour un vieux qui ne supporte plus les chocs trop violents, il faut ménager la monture. Le souffle se régularise, je peux apprécier le paysage et jauger la piste devant moi. Ce n'est pas facile mais que c'est bon. Je dirais un circuit à la portée de tout « un pékin », la seule chose, il faut l'envie, un peu de mollets, le goût de la découverte, de la volonté aussi, et là l'esprit de la petite famille l'emporte, impossible de flancher, ceux qui sont venus 2 fois reviendront à chaque fois.

Et nous ne demandons qu'à accueillir des nouveaux ; Comme la nature est ainsi faite que nous ne pouvons plus faire de petits malgré l'ardeur et la « verdure » des cavaliers sur leurs montures et malgré la gentillesse et la hardiesse de notre Babette, encore faudrait-il pouvoir la rattraper.

La seule solution pour nous c'est l'adoption !!!

Alors, avis aux amateurs, ils ne seront pas déçus. S'il vous reste quelques craintes, essayez, le plus grand danger qui vous guette n'est pas celui que vous croyez, à savoir l'échec ou la souffrance, non c'est le virus ou l'addiction.

Trêve de bavardage. Le circuit se poursuit, au bout d'une heure nous avons quand même parcouru 8km mais nous sommes toujours 7.

Je scrute l'horizon, tiens loin devant Alfred a les pieds « sur le sol » et marche à côté de son VTT, ce doit être dur.

Au bout d'un moment nous arrivons au carrefour du Windstein, quelle direction allons nous prendre ? Eh bien, la plus difficile bien entendu, une belle prairie parsemée de splendides œillets sauvages de couleur rose. Un véritable mur, pas question de prendre de l'élan, le tout est de ne pas marcher à reculons et de tenir bon. Nous poussons nos montures vers le haut, personne ne fait exception, les mollets brûlent, le souffle est court, nous sommes même obligés de faire quelques courtes pauses histoire de respirer. Alfred qui connaît ses ouailles y va de ses recommandations et m'a bien dit de manger à chaque heure, mais les pauses sont rares et courtes, j'essaie cependant de croquer de temps à autre dans une barre, plus lors d'un ralentissement que d'un véritable arrêt.

C'est vrai que nous remarquons l'absence (involontaire) d'un habitué qui se reconnaîtra, de ce fait même les pauses « prostate » disparaissent, et puis le dénivelé et la transpiration aidant, « l'évacuation » se fait beaucoup par les pores !

Tout de même, nous coupons une minuscule route asphaltée en haut d'un raidillon, enfin... c'est que nous avons cru, après un haut il y a parfois de nouveau un haut. (point culminant = 516 m)

Soit, c'est la totale : les langues se délient, prostate, barre de céréales, boissons, aujourd'hui pas de bananes...

Babette ouvre son sachet magique de fruits séchés divers : abricots, raisins secs, que sais je encore ?

Et Babette partage, c'est notre mère, je dirais plus respectueusement notre sœur !

Alain prend plutôt de la poudre de perlimpinpin... chacun sa méthode.

Moi je reprends plus simplement mon ... souffle.

Mais il est temps de repartir, et bien caché dans la forêt c'est un nouveau single, je vous le donne en mille, on monte ? ou bien on descend ? Non, fichtre non, nous montons à nouveau. Pas grave nous sommes chauds, lors d'un passage plus difficile qu'un autre où tout le monde a mis le pied à terre, Adrien nous surprend tous, avec son VAE qu'il maîtrise parfaitement, il s'élançe vers le « firmament », il évite avec beaucoup d'intelligence la trace périlleuse empruntée par ses prédécesseurs pour passer dans l'herbe verte à côté, et en expert il passe brillamment l'obstacle. Bluffant !

Il faudra qu'il nous donne des leçons.

Il y a des descentes aussi, mais je dirais que paradoxalement, aujourd'hui les montées « montent » moins, les descentes « descendent » doucement.

Peut-être est ce l'accoutumance et l'expérience. Mais nous ne sommes pas des blasés du paysage, le sol est « plus doux » mais nous pouvons admirer les concrétions de grès rose vosgien ; Nous passons également juste à côté d'un merveilleux château médiéval en ruines restauré juste ce qu'il faut.

Et c'est ainsi que notre rêve se poursuit.



Je dois également vous parler d'un single très particulier caché dans les orties et les hautes herbes folles. Heureusement que c'est bon pour la santé, autrement on pourrait nous prendre pour des fous (ce que certains font déjà). Sans crier gare mon VTT n'obéit plus et refuse de suivre la trace voulue par son maître et c'est la chute, heureusement chute douce et facile, sauf qu'elle est « urticante » ; Je ne comprends pas mais Fernand qui me suit me dit, regarde cette petite branche bien cachée et mouillée, c'était cela le piège. Rappelez vous, cette trace nous emmène à ce qui serait pour une personne normalement constituée une impasse ; le chemin est ravagé par les engins, ça descend, et ce n'est pas du faux plat. Adrien, sans doute le plus hardi (et le plus chanceux) nous montre la voie, et nous suivons, et nous passons.

Alfred a l'air soucieux, il regarde sa montre et n'est pas très satisfait. Il nous dit que si nous continuons ainsi nous n'arriverons pas au restaurant avant 16H30.

Autant dire que c'est l'unanimité, et même si certains cachent mieux leur jeu que d'autres, personne ne rechigne, il y a unanimité pour choisir un chemin plus rapide. On s'adapte.

Nous prenons contact avec le groupe de nos amis routiers, Roland et Lucien sont déjà sur le parking de la piscine à Niederbronn. L'échange téléphonique est un peu un dialogue de sourds...

Décision est prise de rejoindre directement le restaurant : la ferme « Mellon » à Jägerthal.

Nous sommes maintenant dans la vallée, ça file sur le macadam. Nos deux VAE sont loin derrière, c'est la revanche des « musculaires » sur les électriques.

Regroupement à Jägerthal... l'heure est grave, pas de restaurant « Mellon » ; Il faudra faire appel à Dame facteur pour trouver. Nous sommes sur la bonne route, un véritable billard mais un billard qui monte ; quelle montée, les organismes étant au bord de la fringale, les gourdes vides, c'est dur ; mais nous ne sommes plus bien loin.

Enfin le restaurant est là, juste après le sommet, ce sera bon pour repartir.

Et là c'est un accueil alsacien, je ne voudrais pas trop les flatter, on ne le dira à personne, mais ils font mieux que les lorrains.

Rapidement les bières sont sur la table, rapidement les verres sont vides.

Nos routiers nous rejoignent et nous content leurs exploits. L'ambiance est des meilleures, même pas un mal de genoux ou une respiration gênée par un rhume ou une allergie.

Notre nouveau, le seul, Zoubier semble au parfum et atteint par le virus de cette nouvelle famille, promis, juré « je reviendrai, si je mens je vais en enfer ».

J'hésite à raconter, oreilles chastes s'abstenir ; Voici ce qu'est la franchise, mon histoire de tiques en amuse beaucoup et les questions fusent. Tant pis pour les absents, pour en savoir plus et pour les détails vous n'aviez qu'à venir.

C'est la franche rigolade, nous sommes tous des frères sans oublier une sœur.

Deuxième tournée, une bouteille de passetoutgrain et l'ambiance monte d'un cran, n'est ce pas Alain.

Je n'ose pas tout écrire d'autant qu'il va falloir songer à conclure.

Pas mal n'est ce pas pour un homme à court d'inspiration !

J'ai battu les records, et pour ceux qui ne m'ont pas abandonné et ont lu jusqu'au bout je promets d'être moins prolix la prochaine fois.

Un mot du repas : que du bon et du bonheur, de l'entrée au dessert, de l'abondance, de la qualité ;

Il faut repartir pour le Schuss final, pas grave nous sommes à environ 2 à 3km du parking et ça descend et comme ici rien ne se fait à moitié ça descend bien,

et divine surprise pour les 500 derniers mètres ça monte bien... ou mal c'est comme on l'entend... jusqu'à 15% de pente.

Alors encore une fois avis aux amateurs, nous vous attendons tous, les bras et les cœurs grands ouverts.

Nous nous adaptons.

Si vous roulez un peu moins vite je serai très heureux de « m'adapter », si vous êtes des fusées nous nous droguerons et nous nous efforcerons de vous suivre avec le sourire.

La famille ne demande qu'à grandir.

Guy

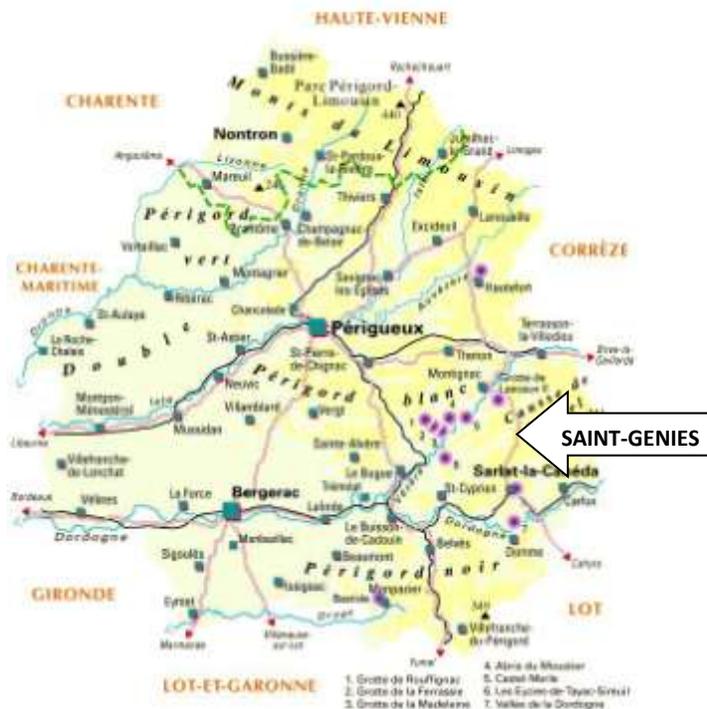


Le Challenge à Macheren – 6 juin 2018



Voyage Familial 2018 à SAINT-GENIES

A l'assaut des routes du Périgord Noir autour de SARLAT.



Le voyage cyclo familial 2018 qui s'est déroulé du samedi 16 au 23 juin a mené les cyclos naboriens à SAINT-GENIES près de SARLAT pour une semaine de vélo sur les routes du Périgord Noir, haut lieu de la gastronomie française.

21 membres se sont retrouvés au « Domaine de Pelvezzy », un superbe domaine arboré où les services communs sont abrités dans un superbe château et où les vacanciers sont logés dans de petits chalets en bois éparpillés sur le site.



Les matinées étaient consacrées au vélo pour 11 cyclos et 5 cyclotes qui se répartissaient dans 2 voire 3 groupes de niveaux. Les distances parcourues en matinée variaient de 50 à plus de 100 km sachant que les routes calmes et étroites sont très carrossables mais présentent un dénivelé positif non négligeable de 1,5% au kilomètre.



Au cours des parcours on longeait de nombreux champs plantés de noyers, on passait devant les fermes d'élevage à l'air libre de canards destinées après gavage à la fabrication du foie gras et on pouvait admirer les superbes demeures construites en pierres de taille calcaire dont les toits très pentus étaient souvent recouverts de ces mêmes pierres. Un vrai régal pour les yeux pour celles et ceux qui aiment rouler dans la campagne loin du bruit de la ville et de la circulation urbaine.



Après le déjeuner pris en commun vers 13H00 chacun pouvait vaquer à ses occupations en visitant la région connue notamment pour ses châteaux ou ses sites préhistoriques le long de la Vézère ou tout simplement pouvait profiter de la superbe piscine du site d'autant plus que la semaine a été très chaude et ensoleillée.



Trois sorties collectives ont été réalisées, la première pour visiter une ferme et assister à une opération de gavage suivie d'une dégustation de foie gras, la deuxième pour une visite guidée du centre historique de SARLAT à la lueur des réverbères au gaz, la troisième pour découvrir le site de LASCAUX 4 où a été reconstitué à l'identique la grotte de LASCAUX et ses peintures rupestres.



Tout le monde y compris les 5 accompagnatrices ont appréciés le programme proposé par Marc GASPARY le président qui a invité le groupe vendredi en soirée au pot de l'amitié.

Les prestations du village de vacances étaient très correctes ainsi que les repas dont deux étaient consacrés à la découverte de la gastronomie périgourdine.



Pique-nique cyclo club 30/06/2018

- Comme chaque année nous avons organisé notre traditionnel pique-nique, cette fois sur le site du Bambesch sur les hauteurs de Zimming,
- 17 membres du club se sont retrouvés à 08h30' pour le départ des randonnées,
- 11 vététistes se sont élancés sur un parcours de 32 km
- préparé par Michel, parcours vallonné superbe,
- 1 courageux a parcouru une quarantaine de km en vélo de route
- 5 autres membres ont parcourus les sentiers autour de Bambiderstroff pour une marche de 14 km,
- A midi toutes et tous se sont retrouvés autour d'un apéro et pour déguster le pique-nique apporté par les membres
- Vers 14h30' le guide de l'association qui gère le site du Bambesch nous a fait visiter pendant 01h30' l'ouvrage principal, une visite instructive intéressante humoristique mais fraîche compte-tenu de la température dans les profondeurs ,
- A la sortie de la visite nous avons regagné nos domiciles et pour certains et certaines contents de pouvoir voir la fin du match de football de notre équipe de France,
- Marc



CR de notre sortie jeudi 12 juillet au Polygon-Ensdorf

Parcours de 52 kms au départ de Lauterbach. Pour accéder au polygone, et éviter les grosses agglomérations, quelques pistes cyclables et de beaux "singles", un peu de portage dans un crassier au nord du BAUHAUS pour agrémenter le circuit.

Nous voilà au pied du terril, superbe montée qui s'apparente à un km vertical, un petit "VENTOUX". vue magnifique sur SARRELOUIS et ses environs.

Après une petite pause bien méritée, nous sommes repartis vers Lauterbach par de beaux sentiers. très belle sortie.

Ensdorf : au sommet du terril trône le SaarPolygon

Dans la petite commune d'Ensdorf se trouve le plus haut terril de Sarre. Une montagne noire aux flancs verts haute de 150 m, pour une superficie de 50 hectares. Au sommet se trouve le SaarPolygon. Un monument étrange qui vaut la peine qu'on se donne pour le gravir.

Le SaarPolygon, un géant d'acier de 30 m de haut, a été érigé en 2016 sur le terril Duhamel d'Ensdorf, pour commémorer 250 ans d'exploitation du charbon en Sarre.

A une trentaine de kilomètres de Forbach, autant de Saint-Avold ou Bouzonville, on trouve un étrange monument, une sorte d'ovni perdu dans un paysage lunaire... Ce géant d'acier de 30 m de haut qui fascine, intrigue, c'est le Saar-Polygon. Installé sur le plus grand terril de Sarre, baptisé Duhamel (150 m de haut et une superficie d'environ 50 hectares), il a été créé en 2016 et veut symboliser 250 ans d'exploitation du charbon. La chose ne semble pas évidente au premier regard, pas plus au second d'ailleurs... Pourtant, les escaliers, les structures se veulent être une allégorie de la mine, de la taille aux galeries. Lorsque l'on observe le monument dans son ensemble, on devrait y voir aussi l'un des symboles des mineurs, les outils entrecroisés.

Qu'importe les symboles, ce qui compte, c'est le résultat. Et surtout la vue qui s'offre à ceux qui gravissent le terril. Mais elle se mérite... Deux chemins sont proposés aux visiteurs : l'un annonçant 800 m et l'autre 925 m de marche. Pas de suspense, il vaut clairement mieux opter pour la distance la plus longue, car le dénivelé est important, mais plus doux par le bien nommé "Flaschstrecke". En plusieurs endroits, des bancs ont été installés pour profiter du paysage à chaque étape, et, si besoin, reprendre son souffle.

Après ces nécessaires efforts, on arrive au sommet du crassier, cette montagne formée par les résidus de l'exploitation du charbon. Se mêle alors l'impression de découvrir un paysage post-apocalyptique, avec ce sol noir, nu, stérile, et en même temps, on ressent une certaine quiétude.

On peut prendre le temps de se poser un peu et, peut-être, avoir la chance d'observer les amateurs de deltaplane et de parapente, qui ont trouvé là un spot de premier choix.

On s'intéresse alors à ce "polygone", pour l'observer sous toutes ses coutures, en faire le tour comme pour tenter d'apprivoiser la bête. Suivant l'angle, la forme est différente, mais pas moins étrange.

Reste à se lancer dans l'escalade (au sens figuré bien sûr) de la bête. Quelque 130 marches à gravir pour arriver à la plateforme. Un dernier effort qui vaut la peine. Car on a alors une vue imprenable sur toute la vallée. Principalement sur Sarrelouis, ses maraîchers, ses entreprises (comme Ford), ou d'autres villes comme Dillingen, Völklingen... Ainsi qu'un beau panorama sur les nombreuses forêts alentours, comme celles du Warndt.

Après ce grand bol d'air, on peut tranquillement redescendre, des images plein les yeux, et, si cela n'a pas déjà été fait à l'aller, s'arrêter un instant devant les modestes vignes "Weinberg" situées sur le flanc sud. Ces 99 pieds donnent quelque 300 bouteilles par an. Après tous ces efforts, toutes ces émotions, ça donne des idées...



Béa, Daniel et
Michel au
sommet !



BARST tout simplement : la journée de la femme.

A l'heure du laitier chacun était encore blotti sous la couette, ou peut-être la chaleur estivale aidant tout simplement serré (serrée) contre sa tendre moitié sous un drap froissé en attendant que le soleil ne se montre de manière un peu plus généreuse.

C'est vrai, même pour les plus éloignés Barst est situé à un jet de pierre, un petit saut de puce ou pour les cyclistes un coup de pédale bien gentil.

Et puis promis, juré, 42 km, 420 mètres de dénivelé... une paille, les doigts dans le nez.

Pas de stress, c'est Adrien notre ancien qui est aux manettes, Alfred n'a qu'à bien se tenir.

A 8H15 grande effervescence sur le parking de la mairie de Barst, les voitures arrivent.

Cette foule, ce nombre inhabituel de vélos ne manque pas de m'intriguer. Après les différents changements de programme liés à la météo capricieuse nous allons dénombrer 12 participants, voilà même Elisabeth qui arrive directement sur son VTT sans passer par la case voiture, arborant fièrement sa mini-jupe spécial vélo qui met mon cœur en émoi. Attention Elisabeth de ne pas trop en faire, certains de ces Messieurs sont équipés de stents, voire de pacemakers, il ne faudrait pas que les machines s'enrayent.

Et puis j'écarquille les yeux, Martine a emmené Alfred dans sa superbe voiture...

Non!

Non et non, Martine s'est emmenée toute seule avec son superbe vélo à assistance et on va voir ce qu'on va voir.

Christine aussi est là piaffante d'impatience. Nous assistons au retour de Josette remontée par on ne sait quelle drogue. Il semblerait que sa médecine s'appelle Eric, en tout cas superbement efficace!



Après les embrassades et la joie habituelle des retrouvailles Adrien donne le départ, il a décidé aujourd'hui de nous faire visiter la ligne Maginot aquatique. Adrien a bien du mal à conserver la tête de sa petite troupe. Tout de suite les féminines se placent en tête sans vergogne, les mâles s'accrochent fièrement, la lanterne rouge commence à souffrir.

Départ en direction de Marienthal, nous traversons la grande route que nous abandonnons immédiatement pour monter sur la berme opposée avant de rejoindre les chemins de champs et l'enchantement. Rapidement nous sommes sur le territoire de Marienthal où ont été aménagés des cheminements en « planches » qui enjambent les marécages envahis de roseaux. Et là c'est une succession de singles, il faut viser juste, les passages entre deux troncs sont étroits, il faut également surveiller de près où on pose ses roues, des racines en tous sens essaient de nous barrer la route, heureusement que le sol est sec, impossible d'imaginer un tel circuit après la pluie.

Nous n'avons que des anciens, des personnes aguerries, seul un nouveau prénom apparaît « Bernard », mais il n'y a que le prénom de nouveau, l'homme est en fait le plus ancien, un sage et il va nous faire un sans fautes durant toute cette sortie, gageons que nous le verrons dorénavant souvent, c'est en tout cas notre vœu à tous.

Ensuite nos roues se dirigent vers Seingbouse, je le sais parce qu'il est indiqué sur quelques écriteaux « circuit de VTT de Seingbouse », autrement il est très difficile pour moi de me repérer dans un endroit où je n'avais jamais « posé » mes roues. Ce sont toujours des singles avec des petites bosses pas méchantes, aucune longue montée mais des changements de rythme continuels, un sol dur comme du béton, outre les racines, parsemé de rigoles, de rails, d'obstacles, il n'y a que les orties et les ronces qui nous sont épargnées. Adrien a bien fait les choses (contrairement à ... suivez mon regard !) il a pris un grand soin de notre bronzage, peut-être une attention pour les jambes de ces dames ;

N'oubliez pas de lui dire merci !

Un moment donné nous arrivons à Hoste où nous longeons l'étang, nous traversons aussi des petits plans d'eau (pas comme le Christ sur la mer rouge), ou plutôt nous empruntons des petites bandes de terre qui serpentent au milieu des « flaques ».

Une petite halte déjà, mais bienvenue, un peu d'histoire auprès d'une casemate de la ligne Maginot aquatique. Les souvenirs de guerre ne nous empêchent pas de faire casse-croûte. Le soleil est maintenant bien haut dans le ciel, la chaleur commence à envahir l'atmosphère, nous serons contents dans quelques instants de rejoindre les sous-bois.

Petit évènement insolite, une barque nous tend les bras. Tous ces petits bonhommes aux couleurs noir, rouge et blanc du cyclo club de Saint Avold embarquent pour Cythère !!!

Pour un si long voyage, au risque d'un naufrage, nous embarquons également nos dames enfin rattrapées. Notre spécialiste photo fixe l'évènement sur la « pellicule » des fois que certains ne reviendraient pas.



Et nous continuons mais ne me demandez pas où nous nous trouvons, c'est extrêmement difficile de se retrouver ; Quand on veut vraiment savoir on pose la question à Adrien, il a toujours la réponse. Quant à moi je me contente de penser que nous sommes au paradis. Mais Dieu que c'est dur pour moi aujourd'hui ce paradis.

N'oublions pas que ce paradis n'est jamais loin de l'enfer. J'exagère... mais j'en viens à regretter les parcours d'Alfred avec des dénivelés impossibles, des montées incroyables, des descentes de Rocky mountains !

Personne pour me chouchouter, ces dames je vous l'ai dit sont toujours devant, Alfred lui s'arrêtait, il nous tendait les bras pour amortir les chutes.

Le monde est compliqué : à la manière de Cadet Rousselle « et ce qu'il veut il ne l'a pas, et ce qu'il a il n'en veut pas » ... la conclusion est quand même positive « Cadet Rousselle est bon enfant ».

A propos, pas une chute,

au fait j'y pense, pas une crevasse non plus, les élèves ont suivi la leçon du maître.

Nous avons quand même parcouru un cumul de $42\text{Km} \times 12 = 504\text{Km}$.

Je ne peux m'empêcher de me remémorer notre dernière sortie à Beaufort au Luxembourg où l'un des plus éminents membres du groupe avait crevé deux fois faisant baisser la moyenne, il était là aujourd'hui mais je ne citerai pas de nom.

Et puis notre périple se poursuit, dans le désordre, nous faisons quasi un tour complet de l'étang de Rémering, du moins je crois que c'est Rémering, nous apercevons un village un peu plus loin dans un creux, il s'agit de Leyviller, un vrai village de carte postale avec son clocher qui se découpe sur l'horizon.

Je pourrais continuer à disserter longuement de la sorte. Mais le principal reste à venir, Adrien perpétue la tradition bien établie maintenant : après la sortie « on se fait » un restau ».

Avant cette ultime étape nous arrivons à la table d'orientation de Barst. Bel endroit que je conseille à chacun de visiter. Nous sommes face au Donon, nous apercevons également le Dabo. A l'horizon se découpent toutes les courbes, les bosses et les

sommets vosgiens, de quoi fantasmer pour ceux qui préfèrent « la nature verte » à la mini-jupe.

Maintenant se déroule devant nous un large boulevard descendant, Barst est là bas, en bas, nous arrivons, peut-être était ce un peu trop tôt, je dirais plutôt que c'était un coup monté ; Adrien bifurque à droite, nous plongeons le long des anciennes tranchées de la guerre, et là en bas nous pouvons admirer un vestige de la guerre mondiale, un char en superbe état !

Cela valait le détour.

Enfin, dernière montée, nous tenons « la quille » Le parking est là sous nos pneus. Les cloches de l'église sonnent midi.

Tu vois Adrien, là encore tu étais le meilleur.

DEUXIEME MANCHE : Le repas.

Adrien, toujours lui, nous a retenu un super-repas complet tout compris à l'auberge de la forêt à St-Avold et sur terrasse SVP. C'est presque l'homme parfait, il faut tous le dire à sa femme Christiane car elle est la seule à ne pas le savoir. Il faudra que les prochains temps elle se sacrifie pour nous prêter encore plus son Adrien.

Au restaurant à St-Avold nous avons eu du nouveau. Deux femmes nous ont rejoints. A la place de certains je me sentirais sous surveillance. A notre grand plaisir et à celui d'Alain qui nous a fait l'honneur de nous rejoindre également, Adrien était doublement « coaché » on lui avait délégué sa petite fille : une adorable miss, Mélanie. Alain a même suggéré de lui donner des leçons sur I PHONE !!

Quelle belle journée, bravo les dames, merci Adrien.

Guy

Semaine Fédérale de cyclotourisme à EPINAL

Du 5 au 12 août 2018 s'est déroulé la 80^{ème} semaine fédérale de cyclotourisme à EPINAL dans les Vosges.

Ils ont été près de 11000 à sillonner les routes de campagne et de montagne ainsi que les sous-bois vosgiens, tout au long de cette semaine, malgré des conditions climatiques caniculaires une grande partie de la semaine.

Sur le terrain plus de 1500 bénévoles se sont relayés pour accueillir les cyclos, soit au Village Fédéral implanté au Centre des Congrès d'Epinal soit au camping de Dogneville ou encore sur les points d'accueil des différents circuits proposés chaque jour.

Le Cyclo club de SAINT-AVOLD était représenté par 3 bénévoles à savoir Jacques coresponsable de la commission sécurité et Jean Michel qui avait rejoint son équipe et par Solange qui avait opté pour la commission finances comme caissière. Chacun était disponible tout au long de cette semaine pour renseigner, guider assurer la sécurité sur les parcours ou charger les bracelets électroniques des participants.



Solange et ses collègues au chargement des bracelets

A noter que Joseph CUTAIA a participé à cette semaine de vélo en faisant tous les jours le plus grand parcours.



Jacques avec une partie de son équipe à l'issue de la semaine de bénévolat.