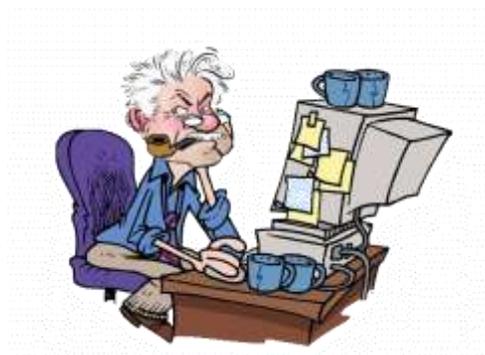




Cyclo Club Saint Avoird

BULLETIN DES ACTIVITÉS



<http://www.cycloclub-stavold.org>

2ème trimestre 2017

Sortie de Créhange Faulquemont du 8 mai

Malgré une météo plutôt frisquette et incertaine notre club avec 25 participants a obtenu la première place lors de cette rando. (route et Vtt)

Bravo à vous toutes et tous.



VTT du 10 mai

Temps ensoleillé, sol sec. Température de 1° à 15°. 9 participants.

Départ Oderfang, moulin d'Ambach, route du sel vers Creutzwald, sentier le long de la voie rapide de Sarrelouis, étang du Warnd, parc animalier de Differten, vallée de Friedrichsweller, retour par sentier le long de la voie rapide, stade de Lauterbach, Carling, route du sel, route de l'Europort, pont A4, centre hippique, Oderfang. Détails sur lien ci-joint.

<https://connect.garmin.com/modern/activity/1726175035#.WRNu9YOLxy4.gmail>

Circuit vallonné de 49 km 500m de dénivelé.



Mon Garmin ou ma ga(r)min(e) !!

Belle matinée VTT pour les heureux retraités qui méconnaissent leur bonheur.

Pour n'être qu'un tout jeune de l'espèce j'apprécie encore avec beaucoup de volupté chaque instant de cette nouvelle vie.

Donc ce matin bien avant 9H00 toute l'équipe (neuf) piaffe d'impatience au centre aéré. D'aucuns même voudraient précipiter le départ, la sagesse de notre Président prévaut et à 9H00 tapantes papy Guillaume arrive à la plus grande satisfaction du groupe présent :

Notre guide et médecin à la fois spécialiste et généraliste, j'ai nommé Achille, notre championne Elisabeth jamais derrière, toujours devant, le retour du roi (König) Charly du vélo, Marc encore Président renouvelé sans primaires et sans vote (même pas besoin de compter les blancs et les nuls),

Les piliers Daniel R., Guy aussi, Armand le théoricien des déchets, Papy Guillaume, Adrien l'homme électrique,

Petit intermède perso au départ, je suis fort agacé par les coquetteries de ma « gamine » je voulais dire mon Garmin ; ce matin au départ, la « gamine », la « demoiselle » refuse de répondre à mes sollicitations, j'ai beau suivre la notice et la caresser de la droite vers la gauche ou de la gauche vers la droite,

Pas plus de chance avec un « haut en bas » ou un « bas en haut »

Des caprices !!!

A partir d'aujourd'hui c'est juré promis je l'appellerai « gamine » j'oublie définitivement mon Garmin.

Docteur Achille, accepte de se pencher sur ce cas et lui le spécialiste de la chambre « à air » se transforme en généraliste ; Cet ancien, ce pilier des premiers jours est toujours très patient, lui aussi caresse, culbute, tapote, retourne,... rien n'y fait,

Soit, nous prenons le départ.

Aujourd'hui nous allons voir ce que nous allons voir, comme il fait froid les copains je vais vous réchauffer. Départ gentil mais la vitesse croît bien vite. Malheureusement pour moi, tout le monde suit, donc Achille accélère.

Moulin d'Ambach, la route du sel, au rond point à l'entrée de Creutzwald nous empruntons le passage souterrain, franchissement de la route Carling/Creutzwald, nous longeons la voie rapide,

Et là descente du raidillon, j'ai bien dit descente, donc Daniel est toujours des nôtres, et là survient le miracle, ce que mes mains douces et expérimentées n'ont pas réussi à faire, ce que les doigts de fée experts d'Achille n'ont pas réussi à faire non plus, c'est le ciel qui l'a fait en envoyant un rayon miraculeux sur ma « gamine »,

Les chiffres défilent tout à coup, le décompte des calories dépensées s'affiche, les bosses (petites) se dessinent sur le profil.

Tout le monde est prévenu et chacun, je ne sais pas si c'est sincère ou en vue d'hypothétiques élections futures, j'ai dit chacun, manifeste son contentement.

Ce n'est pas tout, nous continuons, jamais Achille ne se laisse distraire, objectif parc à bestiaux de Differten, dans ces conditions nous passons à côté du Warndtweiher, nous franchissons la route, pour un peu nous emprunterions les « crapauducs » mais vu le peu de circulation... ce ne fut pas nécessaire.

Bonne montée sur le macadam et celle là personne ne l'aime elle est trop dure ; descente à gauche, et là nous allons pouvoir tester l'adresse des uns et des autres dans la montée en chicane couverte de racines.

Trop occupé à gérer ma trace je ne serai pas en mesure de donner les bonnes et les mauvaises notes, chacun fera comme à l'école moderne, en son âme et conscience il s'attribuera une note : A, B, C ou D.

Une remarque quand même pour Daniel qui exprès, ou par manque d'expérience me barre la route, il fallait bien imputer mon échec à quelqu'un. En haut entre deux bouchées nous faisons la « causette » avec les chèvres et les daims.

Nous nous apprêtons à effectuer un retour classique vers St-Avold, mais nous avons roulé tellement vite que nous avons du temps « de rabe » aussi Achille improvise un beau chemin qui plonge vers Uberherrn, nous connaissons déjà ce chemin mais uniquement dans l'autre sens.

Nous nous retrouvons alors à nouveau le long de la voie de contournement de Creutzwald.

Et là je dirai gong de fin car je fatigue, et comme Achille vient tout pile d'envoyer le résumé du parcours, je vous invite à vous y référer pour la fin.

Guy

CR de la sortie du 10 mai 2017 Maizières les Vic -Donon

7 participants : Béa - Dany - Zoubeir - Gégé - Dédé - Patrice - Michel

Départ de Maizières les Vic à 8h15 par une température très fraîche pour la saison (4°).

Direction: Battaville - Igney - Repaix - Blamont par de petites routes très sympa.

Puis nous nous dirigeons vers la très célèbre ville du "téléphone" HALLOVILLE, pour ensuite attaquer une longue montée dans le secteur de PEXONNE.

Groupe soudé et homogène, sauf Dédé qui à mon avis prépare la montée vers le DONON. Après PEXONNE petite route forestière près du lac PIERRE-PERCEE pour arriver à RAON LETAPE puis MOYENMOUTIER -SENONES - LA PETITE RAON pour attaquer le col du PRAYE (difficulté majeure du parcours).

Comme prévu Dédé attaqua au pied de la montée vers le DONON, mais c'était pour la bonne cause, car dès son arrivée il réserva une table au resto du Donon.

Le reste de l'équipe arriva sans encombres, surtout Béa toujours aux avant-postes dans cette longue montée, sauf le scripte du jour, un peu dans le "dur" dans le Praye.

Après une légère collation pour moi, repas de fêtes pour d'autres (devinez qui ?), nous voilà repartis pour rejoindre notre point de départ en prenant la superbe descente vers ST-QUIRIN.

Lors d'une prochaine sortie, il faudra lester "Dédé" pour les descentes afin qu'il puisse rester dans les "roues" et sur le plat lui apprendre à mettre la "plaque".

Retour tranquille par HATTIGNY - RECHICOURT - BATTAVILLE -MAIZIERES - LES -VIC.

Très beau parcours fait par notre roi du GPS Dany.

130 kms - 5 h 45 - 22,5 kms/h -1700 m/ D

Très bonne ambiance avec quelques blagues de Gérard.

Michel



Sortie à St Jean Rohrbach du 14 mai

Nous étions une nouvelle fois le club le plus représenté à cette randonnée avec 24 membres sur 470 participants.

Bravo à toutes et tous



Rando à Spicheren le 21 mai

Encore une fois nous étions le club le plus représenté à cette rando avec 29 participants sur 620 inscrits. En pièces jointes quelques photos de cette belle journée .



800 INSCRITS POUR LA 32^E EDITION

La Naborienne toujours au top!



Les amateurs de VTT sont les plus nombreux à la Naborienne (quelque 500 inscrits) mais au moins 150 cyclistes préfèrent le tracé passant par la route. Photo: C. L. / 2014

Les participants à la Naborienne ont pris le départ de leurs courses respectives à l'Agora de Saint-Avoird hier. En effet, d'un côté, on comptait les (50) marcheurs, de l'autre, les cyclistes. Ceux-ci ont opté entre différents parcours plus ou moins ambitieux (de 21 à 103 km). Mais l'objectif reste la découverte du patrimoine naturel local avant tout : la course s'inscrit dans une philosophie de cyclotourisme.

La formule plaît toujours

Trente-deux ans déjà que la Naborienne existe. 800 participants ont fait le déplacement cette année. Des cyclistes pour l'immense majorité (500 coureurs VTT et 250 à vélo de route) mais aussi cinquante marcheurs.

Ils se sont retrouvés à l'Agora. Les départs se faisaient de façon étagée, jusqu'à 16 h. La manifestation est organisée par le cyclo club de Saint-Avold.



Quelque 70 bénévoles sont présents sur le site pour veiller au bon déroulement de la journée. Photo: M. K.

Des circuits pour tous les profils



Au départ de l'Agora, ce jeudi, huit parcours étaient proposés aux cyclistes et vététistes. Dans le détail : quatre circuits de 21 à 56 kilomètres pour les vététistes, et quatre autres parcours allant jusqu'à 103 km pour les cyclistes préférant le bitume.

Les organisateurs analysaient, en fin de matinée, les choix des inscrits. « Les circuits qui attirent le plus sont les 86 km et 63 km, analysait ainsi le président du cycloclub organisateur Marc Gasparly. Les 21 km et 32 km sont, eux, davantage choisis par les familles. » Il faut dire que les longs tracés sont assez exigeants. Le 56 km, même en VTT, requiert du temps (et du courage). « Il est très vallonné, assez physique », en convient Marc Gasparly. Quant au 103 km (qui va jusqu'à Bouzoville), il représente tout de même 1 000 mètres de dénivelé. Un parcours que se réservent les bons sportifs, donc. « En moyenne, entre 25 et 30 % des inscrits choisissent ce dernier tracé. »

C'est sous un grand soleil que les participants à la Naborienne se sont retrouvés, hier matin.

Enfin, pour la grande majorité. Théoriquement, les inscriptions restaient ouvertes jusqu'à 16 h, mais vers 11 h, quasi tous étaient déjà partis. « Et oui, il faut un peu de temps, quand même, pour venir à bout de différents tracés (voit par ailleurs, N.D.L.R.), souait Marc Gasparly, le président du cyclo-club de Saint-Avold, organisateur de l'événement. Pour l'association sportive, il s'agit de la manifestation la plus importante de l'année. « On y travaille sur plusieurs mois », souligne le responsable. Le jour J, 70 bénévoles sont encore là pour assurer le bon déroulé de l'événement.

« Mais les autorisations administratives sont de plus en plus contraignantes, confie Marc Gasparly. Il faut adresser les demandes à la mairie, à l'ONF, organiser des patrouilles de sécurité pendant l'événement. Ça, c'est

lié à l'état d'urgence: ce sont les préconisations de la Préfecture. »

Du côté des coureurs, on se satisfait de la bonne organisation. Malgré un grand nombre de courses de ce type dans la région, la répétition de cet événement (qui a déjà 32 ans !), les cyclistes ne se lassent pas. Les uns, comme Martine et Denis, viennent en famille. (« Au programme : 32 km et des gélades à midi ! », lance joyeusement le père de famille.) D'autres, comme Nicolas et sa bande, viennent quand même dans un esprit sportif avant tout. Ils

ont entendu parler, depuis la région messine, de cette course « plaisante mais quand même ardue », et se sont inscrits dans la foulée.

Toutes les photos sur www.republicain-terrain.fr

Textes : Ma. K.

le chiffre

9

C'est l'âge du plus jeune coureur cette année. Le cycloclub met à l'honneur le plus petit garçon et la plus petite fille de la course, ainsi que les trois écoles cyclo les plus représentées. Les clubs ayant fourni le plus de coureurs sont aussi mis en lumière. Cette année, il s'agit de ceux de Créhange (32 inscrits), Merlebach (26 inscrits) et Sarreguemines (25 inscrits.)

« Bravo pour le fléchage ! »

Un cycliste qui vient de boucler sa course prend le temps de s'approcher des organisateurs pour les féliciter. « Vraiment, les parcours sont bien indiqués, surtout sur le tracé, assure-t-il. Je sais de quoi je parle : je m'occupe du fléchage à Ay-sur-Moselle. »

D'un point de vue général, les coureurs de la Naborienne apprécient cette course où la compétition s'efface derrière l'esprit de famille. « On est affilié à la fédération française de cyclotourisme, rappelle Marc Gasparly. Cette course-là - l'événement le plus important de l'année pour notre club - est organisée avant tout pour sa convivialité. »



Des visiteurs venus de très loin

Le cycloclub distingue, à chaque édition, les participants qui ont fait le plus de kilomètres pour venir à la Naborienne. En première position, cette année : des habitants des Bouches-du-Rhône. « On a toujours un plan B si ceux-ci ont déjà repris la route au moment de la reprise des prix. Les seconds viennent de Commercy. »





Le ravitaillement route à Alzing



32^{ème} NABORRIENNE
JEUDI 25 MAI 2017

18 ans
 accompagnés
 gratuit

Inscriptions à partir de 7h
 RAVITAILLEMENT GRATUIT SUR LES CIRCUITS

U.T.T. 21 km 35 KM 45 KM 55 KM	Marche 12 km	ROUTE 32 km 63 KM 86 KM 103 KM
--	-----------------	--

LICENCES
 PFT / ALLENANDA 2€

NON LICENCIÉS
 PFT OU UPTD 4€

**Tombola
 À GAGNER !!**

DÉPART DE L'AGORA
 RUE DE LA PISCINE
 SAINT-AVOUD

RESTAURATION SUR PLACE
 Restaurant des récréations, Clair, 4 14000

du VTT CENTURY 21
 Partenaire Officiel du Tour de France et
 une place pour la finale du Tour de France.
 Présence du chef officiel du Tour de France



Une belle et prospère journée
 qui s'achève avec la
 participation de 800
 personnes.

Sortie VTT loisir explosive

Le 27/05/2017, 6 vttistes se sont retrouvés au centre aéré d'Oderfang. A 14h, direction l'étang de Creutzwald en passant par le chemin qui longe la route de Huchet et nous rejoignons la Salzstrasse et le moulin de Porcelette. Après la traversée de Diesen, nous empruntons le chemin en devers qui arrive sur les divers petits étangs. Arrivés au lac de Creutzwald, nous le longeons tranquillement quand tout d'un coup, « PAN ! ». Les promeneurs regardent où se trouve celui qui a fait péter un pétard. Point de pétard : c'est la chambre à air d'un pneu du vélo de Florence qui vient d'exploser. Chaleur + surgonflage, on dut créer ce phénomène explosif.

Après réparation (pas besoin de rustine pour la chambre car elle était déchirée sur une bonne longueur), nous rejoignons l'Allemagne par l'auberge à la frontière et la montée à travers la forêt. Nous longeons la voie rapide puis direction Warndtweiher. Arrivés à l'étang (presque à sec) et son auberge, nous remontons vers Lauterbach, la route de Carling par divers chemins et retour à Oderfang.

Malgré la chaleur (supportable en forêt), 37 km avec quasiment 400 de dénivelé.





Le 28 mai le club a remporté définitivement le Challenge Jean Marie Normandin avec 25 participants route et Vtt, à la sortie organisée par Macheren.
Merci à vous toutes et tous

Compte Rendu de la journée pique nique du 3 juin 2017

Pour renouer avec la tradition, Marc notre président en accord avec les membres de son comité, a proposé aux membres du club une journée pique nique à l'Etang de DIEBLING le samedi de Pentecôte 3 juin.

Le départ en voiture s'est fait à 8H00 au Centre Culturel Messmer, direction DIEBLING où un regroupement s'est fait à l'entrée du village. Dans un premier temps ce sont 11 cyclos dont 3 féminines qui étaient au départ dont 9 à vélo et 2 à VTT.

Marc a encadré le groupe randonneurs qui a parcouru 70 km et Jean-Michel le groupe Loisirs avec les 3 féminines qui a parcouru 50 km. Les circuits utilisaient de nombreuses pistes cyclables loin de la circulation automobile, qui longeaient de superbes étangs.

Au départ le ciel n'était pas engageant il était plutôt menaçant car un gros nuage noir nous a suivi les 10 premiers km sans lâcher ses trombes d'eau. Juste quelques gouttes ont rafraîchi momentanément l'atmosphère et bien vite le ciel bleu azur est revenu avec une chaleur de plus présente.



En ce qui concerne nos deux vététistes, ils ont profité d'un circuit proposé par le club de DIEBLING et que Fabrice le guide de la journée avait enregistré sur son GPS.

Partis ensemble vers 9H00 nous sommes revenus pratiquement tous en même temps vers 12H30 et surprise il manquait un vététiste à l'appel et notamment Fabrice qui a connu quelques déboires à savoir double crevaison sans oublier une belle éraflure au sommet du crâne liée à la rencontre avec une branche d'arbre. Son collègue Daniel est allé le rechercher en voiture à quelques km de là.

Une fois les vélos rangés et les glacières sorties, les cyclos qui ont été rejoints entre temps par 3 féminines non pédalantes, se sont retrouvés sur l'aire de pique nique où des tables dressées sous un bel auvent en bois les attendaient. Le club a offert l'apéro qui a été apprécié vu la chaleur qui régnait.



Puis 2 tables se sont formées et chacun a sorti ses victuailles pour déguster un repas bien mérité.



Le repas terminé certains ont fait une petite ballade à pied autour de l'étang et d'autres ont participé à une partie de « Mölki » sous la houlette de Marc ERNY qui d'ailleurs, avait ramené son matériel. La lère partie a été gagnée par le malchanceux du jour Fabrice et la deuxième par Huguette. La parité a été respectée.



Voilà une belle journée de vélo et VTT qui s'est déroulée dans la bonne humeur autour d'un pique nique à l'Etang de DIEBLING un superbe endroit géré par une association de DIEBLING à laquelle nous avons fait appel pour occuper les lieux.