



En passant par la Lorraine ... avec mon vélo



Le CCSA en 2013

Le comité en 2013

<u>Président :</u>	Rackiewicz Jacques
<u>Vice-président :</u>	Gaspary Marc
<u>Secrétaire :</u>	Schambill Jean-Michel
<u>Secrétaire adjointe :</u>	Dufossé Marie-Françoise
<u>Trésorière :</u>	Schambill Solange
<u>Trésorier adjoint :</u>	Peiffer Gérard, Brevets Montagnards
<u>Asseseurs :</u>	Dufossé Raymond, responsable Groupe Loisir, organisateur du séjour familial Ordener Josy, organisateur de la marche d'automne, co-responsable fléchages Vtt de la Naborienne Serra Jean-Christophe, responsable de la C. Jeunes, rédacteur du bulletin Serra Catherine, responsable des sorties décentralisées et féminines Contal Fabrice, responsable du groupe VTT Drexler Achille, Co-responsable du groupe VTT Mazerand Guy, conseiller juridique Dambrine Pierre, conseiller médical

Sans oublier nos présidents d'honneurs : Richert Gaston, Dufossé Raymond et notre vice-président d'honneur Muller Alfred

Et Biegel Fernand, administrateur du site internet du CCSA.

ASSEMBLEE GENERALE du 24 NOVEMBRE 2012



Rapport Moral du Président :

Voilà déjà trois ans passées, et que vous m'avez accordé votre confiance pour mener les destinées du club et je vous en remercie. Je n'ai pas vu passer toutes ces années tellement elles étaient denses, prenantes et passionnantes, malgré les soucis que cette fonction engendre au quotidien. Comme le disait à l'époque Jean Michel, c'est un job usant.

J'ai néanmoins décidé de reprendre le flambeau pour un an, et peut être plus si ma santé le permet et si ma motivation reste intacte pour conduire toutes les activités et idées que nous voudrions ou pourrions mettre en place, avec vous les membres et le comité qui va avoir un soutien d'une nouvelle personne, jeune, qui va sûrement nous amener de bonnes idées innovantes.

Innovations, nouvelles idées créatrices, tels seront les maîtres mots de notre avenir. Comme vous le savez nos effectifs bien que relativement stables depuis deux, trois ans, n'ont pas faits diminuer notre moyenne d'âge qui se situe aux alentours des 55 ans. C'est un bel âge me direz-vous, mais c'est aussi l'indicateur qui doit déclencher des actions concrètes afin de rajeunir les effectifs.

Si je fais un petit bilan rapide, je peux constater que nous avons également des activités constantes, voire empiriques depuis de nombreuses années. Même si, pour la plupart elles fonctionnent bien, il n'en reste pas moins vrai que certains membres ont trouvé meilleure chaussure à leurs pieds ailleurs. La question est de savoir pourquoi ? De nombreuses raisons sont possibles.

Bien sûr il y a toujours des mécontents, à qui rien n'est trop bon, et qui passe leur temps à nous critiquer. Nous les avons et essayerons toujours de les écouter avec patience pour tenir compte dans la mesure du possible de leurs doléances. Nous avons mis en place une boîte à idées sur notre site, mais elle reste désespérément vide et stérile ! Alors comment faire pour bien faire ? La question est posée à ceux qui nous dénigrent et qui dépensent beaucoup d'énergie à le faire. J'aimerais beaucoup qu'ils en dépensent autant pour nous apporter des idées productives pour le club.

En attendant nous nous efforcerons de maintenir notre club à son niveau actuel, et rechercherons sans cesse des solutions ou des pistes d'améliorations et de recrutement.

Alors dans cette optique et si je suis réélu à la tête de ce club je proposerai des actions, ou pistes de réflexions afin d'enrayer le phénomène de vieillissement, et ouvrir notre club aux nouveautés.

Mais pour cela il faudra un comité motivé, meneur et créateur, et qui soutient sans faille les décisions adoptées.

Je ne parlerai pas d'objectifs chiffrés, car ils sont souvent source de déception, mais plutôt d'actions concrètes à mener, qui devraient permettre au club de progresser en tenant compte de ses possibilités et besoins.

- Le premier point sur lequel je reviens c'est le rajeunissement des effectifs. Il y a à mon avis, plusieurs moyens d'y arriver.

○Le premier est de créer une école cyclo, mais cela suppose qu'il faut former des encadrants volontaires, puis d'avoir un endroit spécifique et une structure pour l'accueil convenable des jeunes, mis à disposition par la ville. Je verrai bien le Felsberg. Et, j'en profite pour demander à M. Le Maire si cette base VTT, dont nous nous occupons a encore un intérêt ?

○Le deuxième est l'accueil de familles complètes au sein du club, qui apporteront du sang neuf à notre structure.

▪ Ces deux points font partie de la politique future de l'équipe dirigeante, et pour cela je proposerai de créer une Commission Communication et Relationnel, forte, percutante, et qui sache vendre positivement le club au grand public, en lui redonnant la notoriété et l'aura qu'il mérite. Cette commission aura la lourde charge de faire venir grâce à la publicité qu'elle fera du club, les personnes qui roulent seules actuellement, les indécis, les familles, les jeunes.

- Le deuxième axe que je voudrais développer est celui des manifestations internes et externes. Là aussi nous avons à faire preuve d'imagination et de créativité si nous voulons garder la motivation de nos troupes à rouler avec nous. Vous vous souvenez que nous avons dû rédiger un projet associatif sur 4 ans afin de pouvoir toucher des subventions du CNDS. Il faut absolument s'y tenir et je rappelle que chacun des membres du comité en a eu une copie. Donc, travaillons ce projet, et nous garantirons nos rentrées d'argent nécessaires à la réalisation de nos projets futurs.

○En parlant de ces projets, je pense qu'il va falloir continuer la diversification de nos activités commencée cette année et à proposer des sorties nouvelles, ou structurées différemment, pour ne pas laisser s'installer la routine, qui est source de lassitude.

○Créons et ouvrons nos sorties aux féminines, aux familles, aux jeunes

▪ Pour cela je proposerai la création d'une Commission Sorties et Activités Internes, chargée d'imaginer, mettre en place et de promouvoir ces nouveautés. Bien sûr il faudra jongler avec les dates des programmations des sorties externes chez nos clubs voisins.

Toutes ces actions devront être menées conjointement avec la Commission Finances afin de pouvoir gérer efficacement les deniers du club.

Puis, nous aurons j'en suis persuadé d'autres idées au cours de l'année à venir, et j'espère que nous pourrons les mettre en œuvre rapidement, avec la réactivité souhaitée.

Je renouvelle mon appel aux membres du club qui ont des idées à nous soumettre de se servir du site. Si, le fait de vous exprimer sur le site ne vous convient pas, nous sommes à votre écoute, autrement, que ce soit de vive voix, par tél., ou mail.

Voilà donc mes projets pour le club, et pour les terminer je vous dirai seulement : Donnons-nous tous ensemble les moyens de réussir notre pérennisation, c'est le challenge qui nous attend, et que nous devons relever.

Un mot sur la sécurité. Cette année en Moselle nous avons enregistré 14 accidents déclarés, pour cause de chutes en forêt ou sur la route. Je ne peux que nous recommander la plus grande prudence lors de vos déplacements, et la vigilance car souvent se sont aussi les tiers qui sont responsables de nos malheurs. Les cas de décès suite à malaise ne régressent pas non plus malheureusement, et une visite médicale annuelle est à conseiller à tous. Cette année vous aurez en même temps que votre bulletin d'adhésion, à remplir un document

qui vous informe des garanties couvertes par les différentes options d'assurance liées à votre prise de licence. Ce document sera à renvoyer au secrétaire, en même temps que l'adhésion SVP.

Il me reste à remercier les membres du comité qui se sont investis et mobilisés tout au long de l'année pour garder ou générer la bonne dynamique au sein du club, car sans vous et votre volonté, votre dévouement, et votre disponibilité rien n'aurait été possible. Merci à vous toutes et tous pour votre aide à la réussite de nos projets.

Mes remerciements s'adressent aussi à vous les membres, et bénévoles, car vous avez participé de façon active, assidue et parfois nombreuse à nos organisations internes, ou externes.

Je voudrais tout particulièrement remercier les volontaires qui m'ont aidé au balisage et débroussaillage des circuits VTT, et notamment notre Jeune Homme Jean qui a toujours la pêche lorsqu'il s'agit de manier le pic, et la hache.

Je vous souhaite une bonne fin d'année, et j'espère que nous nous retrouverons tous en 2013, sur nos vélos et avec la même motivation pour faire fonctionner le club.

Je vous remercie.





Les Récompenses :



Le 24 novembre 2012 s'est déroulée l'AG du CCSA présidée par le bureau et au cours de laquelle de nombreuses récompenses ont été distribuées afin de mettre à l'honneur les cyclos les plus méritants pour l'année 2012 :

- Jacques Raczkiwicz pour son Assiduité
- Les féminines randonneuses : Catherine Serra, Marie Jo – Béatrice Ditsch – Marinette Maas – Jeanine Mazerand
- Assiduité VTT : Guy Mazerand – Achille Drexler
- Les jeunes : Charlotte Ricatte, Nicolas Lengert, Arnaud Serra, Kevin Unternehr

A l'issue de l'assemblée, les membres présents ont partagé le verre de l'amitié accompagné de quelques collations préparées maison.



CYCLO-CLUB SAINT-AVOLD

Dimanche 25 Novembre 2012

Article pour le REPUBLICAIN LORRAIN

Titre : Regonfler et rajeunir les effectifs...

Le Cyclo-Club de Saint-Avold qui compte à ce jour 82 adhérents a tenu son Assemblée Générale annuelle à la Maison des Associations et ils étaient environ 47 membres à s'être déplacés pour témoigner leur soutien aux membres du comité en présence du Maire André WOJCIECHOWSKI, de Fabrice BOUCHER et de Jean SCHULER Conseillers Généraux.

Dans son rapport moral le président Jacques RACZKIEWICZ a remercié ses troupes pour leur mobilisation tout au long de l'année dans la réussite des projets du club et notamment pour leur implication dans le déroulement de la 27^{ème} Naborienne qui a drainé plus de 540 participants le jeudi de l'Ascension sur le site d'Oderfang. Dans son rapport moral il a précisé que : « Innovations, nouvelles idées sont les maîtres mots pour 2013 et il faut déclencher des actions concrètes pour rajeunir les effectifs ».

Chaque responsable de section à savoir Raymond DUFOSSE pour le Groupe Loisirs, Marc GASPARY pour les Randonneurs et Fabrice CONTAL pour les vététistes ont présenté leur bilan au niveau des sorties réalisées tout au long de l'année ainsi que les projets 2013.

Dans la programmation de ces actions 2013 figurent notamment, le dimanche 17 février, la marche footing VTT en forêt d'Oderfang, l'ouverture de saison à SAINT-AVOLD le 10 mars avec messe, bénédiction des vélos et circuits route, VTT, marche puis, le jeudi de l'Ascension 9 mai, la « 28^{ème} NABORIENNE » qui proposera aux amateurs de vélo des circuits de 40 à 100 Km et aux vététistes des circuits de 20 à 60 Km. Pour le vélo Loisirs les sorties du samedi après midi à 14H30 au CAC sont maintenues avec de temps en temps des sorties décentralisées à savoir le départ se fait ailleurs pour faire des parcours à vélo dans des régions voisines. Les randonneurs pourront affuter leurs jambes sur le METZ-DONON-METZ le 19 mai puis au Brevet Montagnard du VERCORS, 217 Km pour 3980 m de dénivelé ou encore à l'Ardéchoise du 12 au 15 juin, 234 Km et 4300m de dénivelé. S'agissant des vététistes, Les Crapauds restent au programme et des sorties décentralisées sont également prévues. A noter que tous les samedis à 14H00, une sortie VTT Loisirs de 20 à 25 Km est prévue au départ du parking MJC. Enfin le séjour familial 2013 se déroulera du 17 au 24 août à LAMOURA dans le JURA.

La réunion a également été mise à profit pour renouveler le Comité qui voit apparaître un nouveau membre de 21 ans en la personne de Jean Christophe SERRA. Le nouveau Comité qui se réunira la 1^{ère} fois le vendredi 7 décembre à 20H00, au local du club, a immédiatement procédé à la mise en place du bureau qui reste identique à celui de la saison écoulée.

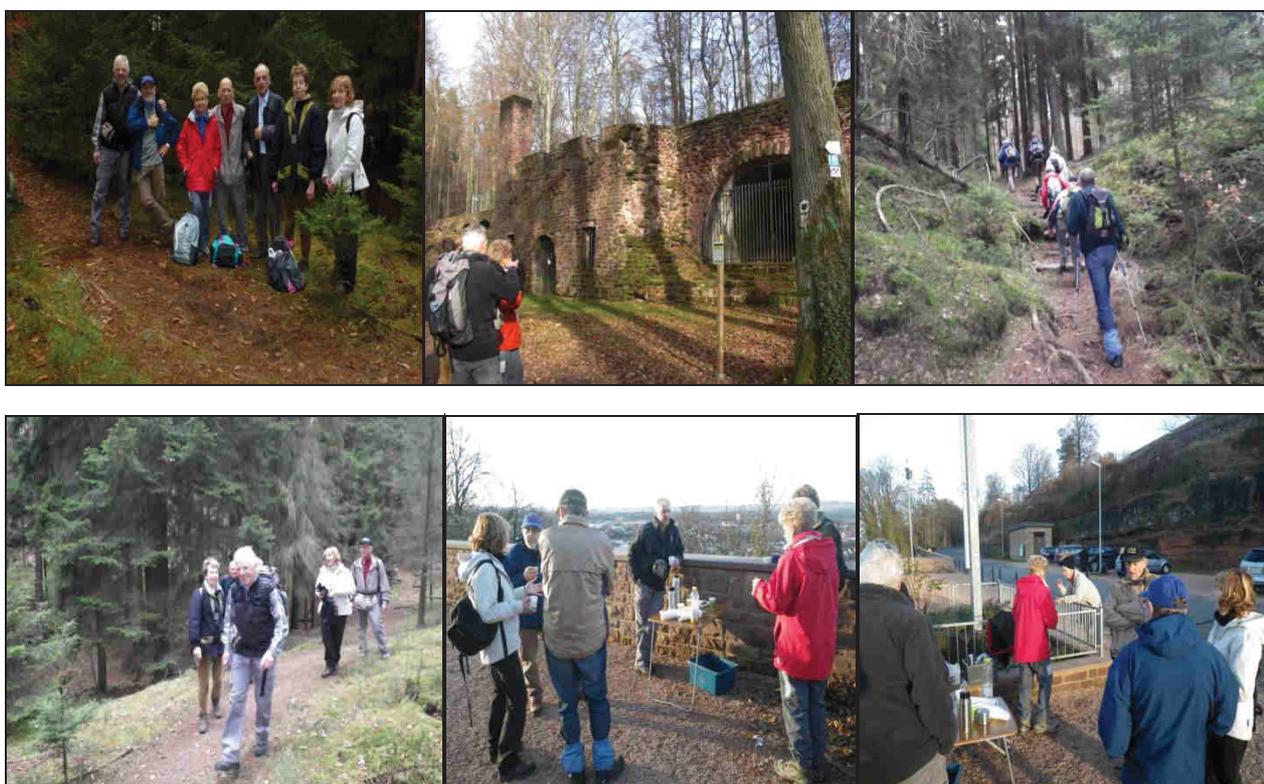
Le programme des activités et toutes les informations sur la vie du club, peuvent être consultés sur le site Internet qui est régulièrement mis à jour par Fernand BIEGEL. A l'issue de l'assemblée générale et de la traditionnelle remise des récompenses, le président a invité l'ensemble des participants à boire le verre de l'amitié offert par le club.

Le secrétaire JM SCHAMBILL

DIMANCHE 25 NOVEMBRE 2012 :

Marche d'automne de Josy

Comme chaque année, Josy a organisé la traditionnelle marche d'automne. 8 marcheurs ont répondu présents. Il les a emmenés en Allemagne, pour le Schlossbergtour, et ils ont parcouru 16 km. Au retour, les attendaient de bons gâteaux et le café chaud.



Le mot du jour : JOSY

« Ce matin-là nous étions 20, puis 100, puis 8 à braver ce temps clément de fin novembre pour la traditionnelle randonnée de fin d'année cyclo, à quelques km de nos frontières, en pays Sarrois : à HOMBURG fief de la « Karlsburg » qui fait le délice des assoiffés pour une gentille boucle de 16 Km qui nous a fait découvrir le site magnifique du Schlossberg : par monts et par étangs, des paysages de cartes postales. Et en point d'orgue la ruine médiévale du Hohenburg avec une vue panoramique sur la ville et la brasserie...Elle ne parut pas bien longue car j'entendis à l'arrivée : « déjà terminé ? ». Avis aux amateurs et à la prochaine... »

VENDREDI 14 DECEMBRE 2012 :

Première réunion du nouveau comité

Nous fêtons l'arrivée du nouveau membre du comité en la personne de SERRA Jean-Christophe âgé de 21 ans et licencié au club depuis l'âge de 9 ans.



Christiane Richard avait donné sa démission du comité fin 2012 pour des raisons personnelles. Nous la remercions pour toute l'aide qu'elle a apportée lors des différentes manifestations depuis tant d'années.



Ici en **action** lors d'une journée vélo

Début 2013, c'est Denis Jaeger qui nous confirme sa volonté de démissionner du comité. Nous le remercions tous pour son travail accompli au sein du club depuis si longtemps. Sache que nous comptons sur toi pour la reliure du prochain bulletin !!!



***Aux membres du comité directeur
Du cyclo-club de Saint-Avoid,***

Après 40 années d'élu au sein du comité et dans les instances à tous les échelons, c'est la première fois que je dépose une démission, d'autant que j'ai toujours préparé mes successeurs à mon remplacement, comme je le pensais cette fois-ci mais la détermination de Jean Christophe me conviens et vous sera bénéfique pour l'avenir.

Œuvrer au sein d'un comité avait été pour moi la signification de « garder l'église au milieu du village » et de préserver l'identité de ce même comité.

Pratiquer et participer sont la base non seulement de l'adhérent mais encore plus de l'élu, méthode qu'il m'est devenue difficile à assumer, mais sachez qu'à l'avenir je répondrais toujours présent lors d'une organisation et sans doute sur mon vélo qui m'a toujours sortie d'une mauvaise passe.

Je remercie chaleureusement les membres qui m'ont soutenu dans les moments les plus pénibles de ma santé.

A un de ces quatre sur la route

A+ JD



Ps : réservez-moi le droit d'utiliser une fois l'an la « machine à peignes »

REUNION DU COMITE 11 JANVIER 2013



Vœux du président pour 2013

Je vous souhaite à toutes et tous une excellente année, et beaucoup de sorties à vélo. Une année où la santé sera omniprésente car elle est notre bien le plus précieux. Et enfin, que tous vos souhaits les plus chers puissent se réaliser.

Pour le club j'émetts des souhaits et vœux de pérennité et d'expansion. Que la fuite des effectifs s'arrête et que nous inversions la tendance. Que nous retrouvions l'ambiance familiale que nous avons connue. Qu'une dynamique positive nous anime pour mener nos actions d'avenir. Mais pour cela nous devons d'une part comprendre pourquoi les cyclos s'en vont, et d'autre part nous donner les moyens de faire entrer du sang neuf au club.

Nous devons nous interroger sur les raisons des départs du club, en posant éventuellement les bonnes questions aux intéressés, puis de réfléchir à nos manières de procéder, tout en sachant que nous ne pourrons jamais contenter tout le monde.

Nous devons mener une politique volontariste de recrutement, par le biais d'un plan de communication dont je vous présenterais mes grandes lignes d'idées ce soir, puis de faire des propositions d'activités nouvelles aux adhérents, mais essentiellement que nous soyons plus positifs face aux nouveautés et plus enjoués à les réaliser. Notre avenir passe à mon sens par nos 2120, qu'il mérite, en prenant conscience que les remises en cause ont souvent été bénéfiques et porteuses d'un avenir plus serein.

Comme je le disais le mois dernier, pour moi l'important n'est pas de prévoir l'avenir mais de le rendre possible.

Alors dans cette optique, et c'est le rôle d'un président qui est soucieux de l'avenir de son club, que je vous proposerai ce soir la première phase des actions dont je vous avais parlé lors de mon rapport moral. Je vous parlerai du plan de communication, car nous devons apprendre à nous vendre au grand public, à améliorer notre accueil et l'intégration des nouveaux. Mais, pour cela je dois pouvoir compter sur vous, sur votre aide, et sur votre motivation, car l'inversion de la tendance des effectifs va nous demander des efforts et de la créativité.

A la fin de l'année, j'espère que nous pourrons annoncer le maintien des effectifs, par la venue de nouvelles recrues, de familles et de jeunes.

Mes vœux seraient aussi dans une plus large mesure, que l'on soit plus nombreux les samedis après-midi, et que l'on voit notre maillot les dimanches matins de façon plus concentrée lors de nos sorties extérieures. Ensemble œuvrons pour atteindre ces objectifs. Merci à toutes et tous.

Et nous avons fêté les rois :

Guy et Gérard, les nouveaux rois mages.



SORTIES HIVERNALES : LES VTT EN FOLIE



Samedi 20 octobre 2012



Dimanche 9 décembre 2012



Dimanche 27 janvier 2013

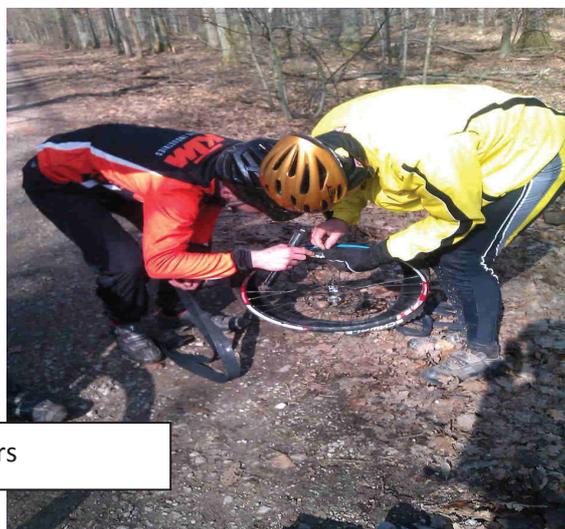
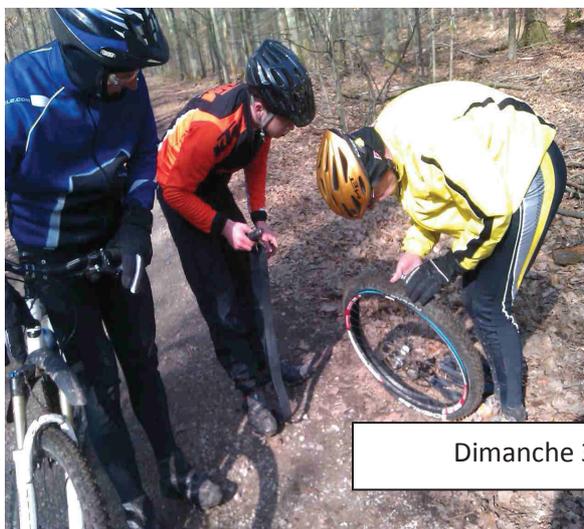


Depuis fin octobre, les samedis après-midis sont consacrés au VTT loisir.

Quelques cyclos n'hésitent pas à braver tous les temps pour s'adonner à leur loisir préféré.

ET dans toutes les galères, la solidarité s'impose.

Ici Guy en pleine action pour réparer la crevaison de Florian.



Fabrice continue à assurer les sorties VTT les samedis après-midis. Parfois quelques amateurs viennent au rendez-vous.

Garage Esch

76, rue de la Gare
57556 HARGARTEN AUX MINES
Tel : 03 87 29 72 00

33, rue du Barrage
57150 CREUTZWALD
Tel : 03 87 93 05 67

NOUVEL OPEL MOKKA

GARAGE ESCH S.A.R.L.
17 avenue du Général Patton
57508 SAINT-AVOUD
Tel : 03 87 91 30 67

DIMANCHE 17 FEVRIER 2013 :

Matinée marche –VTT

Une soixantaine de personnes ont répondu présentes ce matin malgré une météo pas trop clémente. Marcheurs et vététistes se sont retrouvés au Centre aéré d’Oderfang pour une remise en selle. C’est aussi l’occasion pour ceux qui ont déjà enregistré leur adhésion de recevoir leur licence 2013 et pour les retardataires de s’inscrire.

Café-gâteaux attendaient les courageux au retour.

La matinée fut une réussite : 2 nouveaux licenciés pour le CCSA.



Le mot du jour :CATHY

« La photo du groupe dans la boîte, les marcheurs parlaient sur un parcours de 13 km à travers les chemins forestiers. Très vite, 2 groupes se formèrent ; l'un mené par Gaston et Céline prit un raccourci, l'autre partit rapidement en avant. Souvent, notre Yvon, avec une pêche d'enfer, faisait des échappées belles tandis que Gérard s'adonnait à son exercice préféré : raconter des blagues si bien que les kilomètres ne paraissaient que des mètres et bientôt l'arrivée était imminente. »



Les vététistes posent pour la photo :





Le mot du jour : Guy

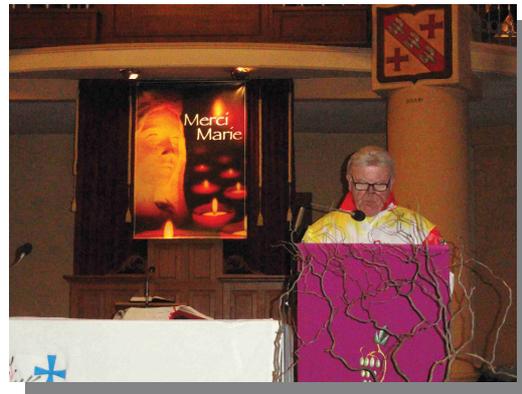
« Lors de notre marche footing du dimanche 17 février 2013 nous étions nombreux, Vététistes et marcheurs. La météo quoique « grise » fut plutôt bonne et la pluie nous fut épargnée ainsi qu'un froid trop vif.

Ainsi le groupe 2 emmené par moi-même se composait de 12 Vététistes déterminés et volontaires. Tous ces hommes casqués ont enfourché leurs montures et se sont dirigés vers CREUTZWALD en empruntant des chemins tortueux. Le point éloigné s'est situé à Creutzwald et a consisté à faire le tour du lac avec retour par le parc à voitures. Certains diront, peuh !!... seulement 30Km au compteur au retour à Oderfang. Cependant si vous interrogez les participants tous vous diront que les conditions de terrain, à savoir une neige épaisse par endroits, particulièrement glissante, et dissimulant des plaques de glace a singulièrement compliqué la tâche. Peu de chutes pourtant, seulement 3, à croire que nous sommes des pros. Malgré tout, et certains plus que d'autres, tous furent contents de voir la ligne d'arrivée. Ensuite grâce à l'équipe, - assortie de féminines- chacun a pu déguster un bon café et se régaler des pâtisseries confectionnées par les épouses. »

OUVERTURE DE SAISON :DIMANCHE 10 Mars

Cette année notre Cyclo Club organise l'ouverture de saison Codep. Nous nous réunissons à la Basilique de St Avold. Après la messe, le curé a béni les vélos et puis, nous sommes partis pour un parcours de 33 km qui nous a menés sur Porcelette, Diesen, l'Hopital puis retour à Saint-Avold par Petit-Ebersviller. La manifestation a rassemblé plus de 200 participants, marcheurs inclus.

9H : Messe à la basilique St Nabor



10H : Bénédiction des vélos sur le parvis de la basilique



Tous se sont rassemblés sur le parvis de la basilique

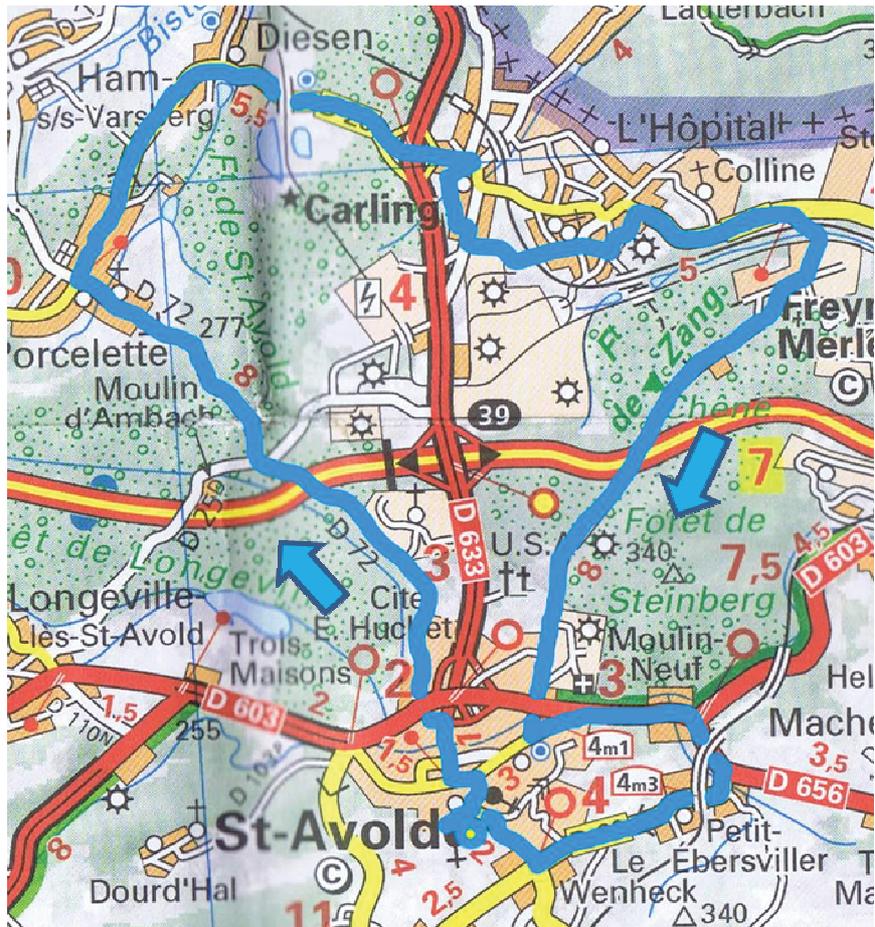


Départ sur le circuit et bénédiction des vélos au fur et à mesure des départs.



OUVERTURE DE SAISON 2013

Villes	Distances
St Avold Basilique	
Porcelette	9
Diesen	12
Carling	15
L'Hopital	17
Jeanne d'Arc	20
St Avold	26,5
Moulin Neuf	28,5
Petit Ebersviller	29,5
Venheck	31
St Avold Basilique	33



LES VÉTÉTISTES

Les vététistes étaient au nombre de 70 environ. Ils étaient répartis en 2 groupes :
Un premier groupe sur le circuit 3 de la base VTT, 35 km, encadré par Patrick et Philippe ;
Un deuxième groupe sur le circuit 2 de la base VTT, 30 km, encadré par Fabrice et Jean-Marc.

L'anecdote du jour, c'est que nous avons perdu 2 vététistes balais, Jean-Marc suite à une casse mécanique, et...Philippe....perdu.

LES MARCHEURS

Une cinquantaines de marcheurs sont partis sur un circuit de 7km, guidé par Béatrice et Daniel Pierron sur les chemins de Valmont.

12H30 : Apéritif et discours du président au foyer Notre-Dame

Les conseillers généraux, M. Schuller et M. Boucher nous ont honorés de leur présence.



Le mot du jour : Jacques

« Dimanche 10 mars 2013, à l'invitation du Cyclo-club, environ 200 membres de différents clubs de la région se répartissant en 70 routiers, 90 vététistes, et 40 marcheurs ont assisté à l'ouverture de la saison officielle en Moselle, qui était précédée de la bénédiction des vélos et des cyclos par l'abbé Olivier Riboulot, devant la Basilique Notre Dame à St Avold.

Le club a proposé un parcours de 33 km aux routiers, un autre de 30 km aux vététistes, et 7 km aux marcheurs, tous accompagnés et guidés par des membres du club. Après l'effort le réconfort, avec un vin d'honneur offert au foyer, l'allocution du président du club, qui salua le soutien des membres et remercia de leur présence les 14 bénévoles qui l'accompagnaient sur la journée, puis en souhaitant une bonne saison cyclo à toutes et tous.

Ensuite ce fut au tour des deux conseillers généraux de prendre la parole, qui assurèrent au club leur soutien plein et entier, dans tous les projets à venir.

Environ 110 personnes se retrouvèrent ensuite au repas pris en commun dans deux salles du foyer, ce qui clôtura cette journée importante de convivialité du petit monde de cyclotouristes que nous représentons. A l'année prochaine pour d'autres horizons.

Bonne santé, et bonne saison cyclo sans incident, à vous toutes et tous. »

13H30 : repas

A suivi un repas servi au foyer Notre-Dame. 109 inscrits, dont une large participation du club de Freyming-Merlebach.

Au menu : Petite salade vosgienne

Filet de bœuf sauce brune

Mousse au chocolat

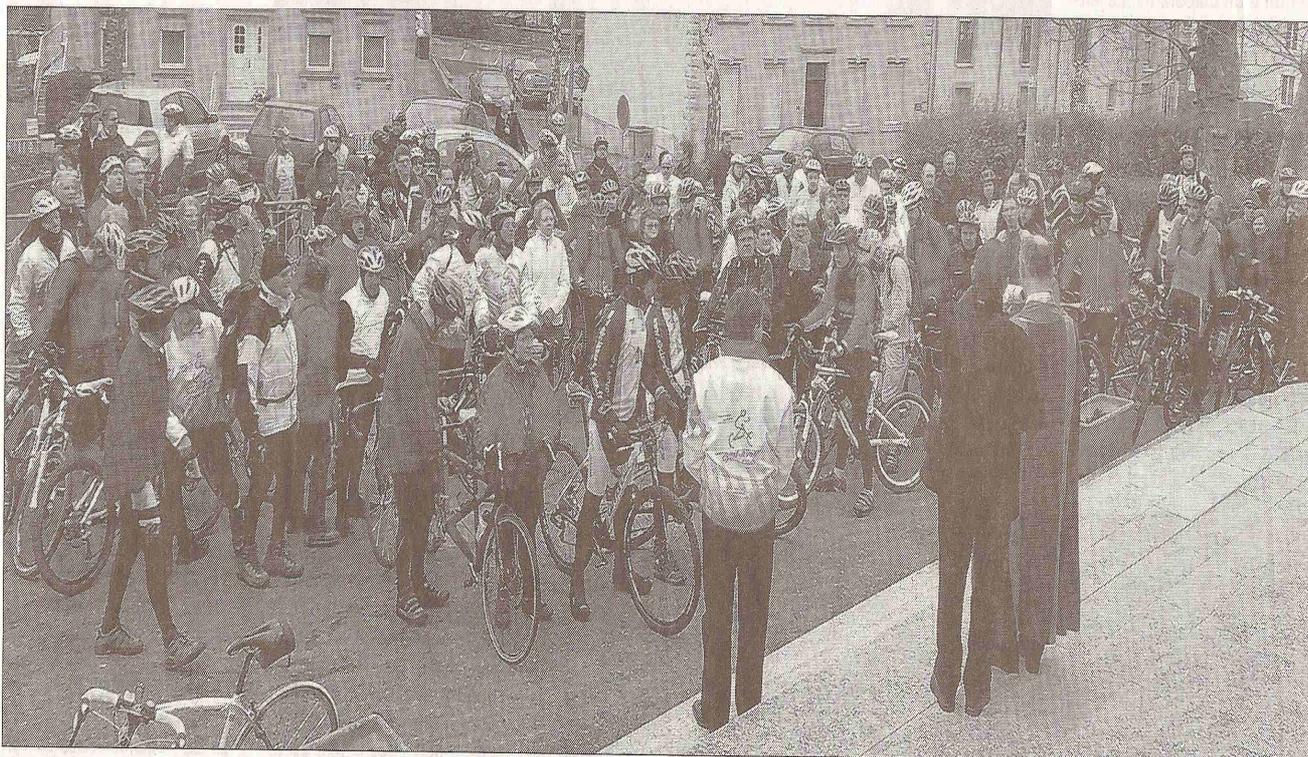


TOUS A TABLE

LOISIRS

cyclo club

110 coureurs ouvrent la saison



Au fur et à mesure que les groupes démarraient, l'abbé les bénissait. Photo RL

Tradition oblige, début mars a eu lieu l'ouverture de la saison cyclo qui réunit depuis de nombreuses années tous les adeptes du vélo et du VTT pour le premier rendez-vous de l'année.

Cette année c'est le cyclo club de Saint-Avold et son président Jacques Raczkiwicz qui ont répondu favorablement à l'appel de Jean Pierre Metzinger président du Codep 57 pour organiser cette manifestation sympathique. Rendez-vous

était donné à 9 h à la basilique aux cyclos pour assister, pour ceux qui le voulaient à la messe officinée par l'abbé Riboulot. À l'issue de la messe, l'abbé a invité les cyclos à rejoindre le parvis de la basilique pour donner sa bénédiction aux cyclos mais aussi à leur monture en les invitant à la prudence tout au long de la saison.

Au fur et à mesure que les groupes démarraient, l'abbé les bénissait. En effet les vététistes sont partis les premiers sur un

circuit d'une trentaine de km qui devait les mener par la forêt d'Oderfang jusqu'au lac de Creutzwald par le circuit N°3 de la base VTT. Les vélos s'élançaient ensuite sur un circuit de 33 km passant par Porcelette, Diesen, Carling, L'Hôpital, Jeanne-d'Arc et retour puis c'était au tour des marcheurs encadrés par la famille Pierron de partir sur un circuit de 7 km sur les hauteurs de Valmont.

Ce sont environ 150 adeptes

du vélo qui ont participé aux sorties vélo et VTT, auxquels se sont rajoutés une cinquantaine de marcheurs preuve que cette manifestation connaît encore un franc succès et c'est le club de Sainte-Barbe de Freyming-Merlebach qui était le plus représenté.

Au retour, tout ce beau monde était invité par le club à l'apéritif qui s'est déroulé au foyer et les deux conseillers généraux de Saint-Avold ont témoigné par leur présence leur

attachement aux valeurs du sport et notamment au cyclo-tourisme en Moselle. Puis environ 110 cyclos ont déjeuné sur place et ont apprécié le repas concocté par l'association des Amis du Foyer de la basilique.

AMBULANCES HAMAN*
Tél. 03 87 87 13 80
382705700

LUNDI 1^{ER} AVRIL : LUNDI DE PAQUES

Quand les vététistes rencontrent les marcheurs, qu'est-ce qu'ils se racontent ?

Des histoires de ... EH, bien non, c'est Gaston qui prend des photos...



Lundi de Pâques, sortie VTT. Le même jour, marche IVV à Faulquemont. Certains membres du cyclo club ont préféré marcher et le hasard a voulu qu'ils se rencontrent dans la forêt.

Fabrice, Amédée, Patrick, Guy, Alfred et quelques autres étaient à VTT.

Céline et Gaston ont préféré la marche, accompagnés de MME Amédée.

Cybèle, Cathy et Pascal étaient aussi marcheurs ce jour-là et ont également croisé les vététistes.



MARCHE DE PRINTEMPS :

Samedi 16 Mars

La traditionnelle marche de printemps a été organisée par Yvon, secondé de Béatrice et Daniel qui ont emmené 12 marcheurs en Allemagne pour un circuit d'une quinzaine de kilomètres, encore enneigé par les derniers signes de l'hiver. Ils s'étaient donné rendez-vous au bord de l'étang de Warndweiher, près de Lauterbach.

Un grand merci à Yvon qui a fait la surprise lors d'une pause de tirer de son sac 2 bouteilles de kyr.



LE MOT DU JOUR : JEAN-MICHEL

« C'est donc au bord de l'étang du Warndtweiher près de LAUTERBACH en Allemagne que les marcheurs se sont donné rendez-vous à 8H30. Il faisait très frais mais le soleil cet astre qui nous a fait tellement défaut ces derniers temps, était présent A l'initiative de Yvon BRETON et de notre sympathique couple assidus du club Vosgiens de retrouvés le samedi 16 mars pour qui représente la fin de nos activité de cœur » qui est le vélo au long du circuit sur des chemins robe blanche pour nos rappeler comptait jouer les prolongations.



PIERRON accessoirement membres Saint-Avold, que nous nous sommes la traditionnelle marche de printemps activités hivernales au profit de notre « de route pour nous accompagner tout qui pour l'occasion avaient revêtu leur que l'hiver n'était pas terminé et

Nous sommes donc partis à 12 alerte et déterminé sur un circuit présence, à certains endroits de plaques verglacées mais fort heureusement personne n'a chuté.

dont 7 membres du club d'un pas peu accidenté si ce n'est dû à la

Et c'est ainsi qu'au milieu du parcours, notre ami Yvon nous a agréablement surpris lors d'une halte dans un espace très bien aménagé en tirant de son sac à dos, deux bouteilles de « Kir Royal » ainsi que les trucs à grignoter. C'était l'apéro avant l'heure et ce qui est surprenant personne n'a entamé le jus d'orange comme quoi le Kir était le bienvenu.



C'est vers 12H30 que nous avons rejoint notre point de départ après avoir parcouru 15Km et que nous avons retrouvé notre président Jacques qui se joignait à nous

pour le repas pris en commun à l'auberge du Warndtweiher.



L'apéro, du kir pour les uns (bizarre !!!) de la bière pour les autres était accompagné de boules de suif assaisonnées au lard une spécialité allemande locale. Puis une superbe salade précédait une grande escalope viennoise accompagnée de frites et en dessert une bonne glace aux fruits des bois avec ou sans chantilly achevait ce repas bien mérité.

Tous garderont un bon souvenir de cette journée ensoleillée et de cette marche idéalement préparée qui a permis d'aller à la rencontre des sangliers et des chevreuils du parc à gibier du Warndt. »

LA CONCENTRATION DE PRINTEMPS DE LA LIGUE DE LORRAINE:

THIAUCOURT

LE MOT DU JOUR : FRANCOIS

« **La preuve par 4.** Les manifestations organisées par la Ligue de Lorraine vont bénéficier, à partir de cette année, d'un éclairage particulier au sein du CCSA, puisque deux de ses membres ont été élus au Comité Directeur de la LLCT en janvier dernier.

Il s'agit du président Jacques Raczkiewicz et de François Dietrich, relativement nouveau au club, mais bénéficiant d'une solide expérience dans les différentes structures décentralisées de la FFCT.

C'est ainsi que le dimanche 7 avril, 4 membres du club avaient programmé leur participation à la Concentration de Printemps de la Ligue de Lorraine, dont le rendez-vous est traditionnellement fixé à Thiaucourt. Jacques avait choisi de rejoindre la cité frontalière de la Meuse en voiture. Les 3 autres, Cathy, Pascal et François, valeureux sociétaires de l'antenne dieuzoise du club, avaient opté pour une formule mixte avec voiture jusqu'à Pont-à-Mousson, puis vélo pour rejoindre Thiaucourt. Le projet du groupe fut malheureusement modifié en dernière minute, Pascal ayant eu la mauvaise idée de se tordre une cheville dans une improbable épreuve sportive de saut de marches d'escalier ... Malgré son handicap, il assumait courageusement sa participation en utilisant sa voiture jusqu'à Thiaucourt, après avoir déposé Cathy et François à Pont-à-Mousson.

C'est par un froid soleil d'hiver prolongé que le duo chemina tout au long d'un agréable itinéraire préparé par François, en longeant la Moselle, puis le Rupt de Mad. Seules la température anormalement basse pour la saison et la légère inquiétude de Cathy par rapport à la réputation « kilométrophage » de son compagnon de route troublaient la quiétude des randonneurs. C'est toutefois sans problème qu'ils retrouvèrent Pascal à Thiaucourt, ainsi que Jacques et tous les amis des clubs lorrains présents pour de joyeuses retrouvailles après une morte saison particulièrement éprouvante.

Les échanges furent variés et animés au cours du repas tiré du sac, selon la formule consacrée.



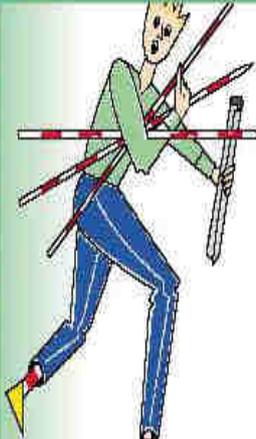
Cathy et Pascal à l'heure du réconfort



Jacques assure la promo des produits de la Ligue

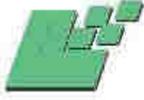
A l'issue des agapes vint le temps de l'au-revoir et des prochains rendez-vous lors des manifestations organisées par les clubs lorrains. Pour Cathy et François, il restait à regagner Pont-à-Mousson et à retrouver Pascal sur le chemin du retour. Pour la petite histoire, on retiendra que cette dernière étape à vélo était émaillée d'un nombre non négligeable de sympathiques bosses, pour le plus grand plaisir (dissimulé ...) de la

vaillante cyclotouriste naborienne. De quoi s'aguerrir pour la suite de la saison ! »»



GEOMETRES EXPERTS

Cabinet Ribic & Bour
Société Civile Professionnelle de Géomètres Experts



49 bis, boulevard de Lorraine • 57500 SAINT AVOLD
Tél. 03 87 92 19 78
Permanence à SARREGUEMINES - Tél. 03 87 95 48 65
Email : scp.ribic.bour@wanadoo.fr

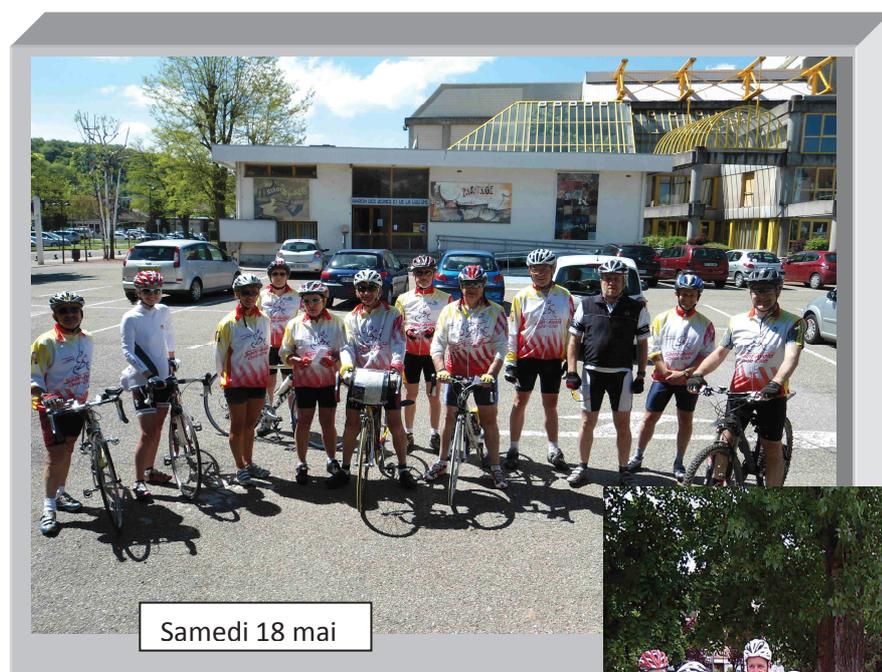
1ERE SORTIE VELO LOISIR :

SAMEDI 13 AVRIL

La météo n'ayant pas été favorable jusque-là, la 1^{ère} sortie vélo loisir du samedi après-midi, départ de la MJC à 14H30, initialement prévue le 23 mars, n'a cessé d'être reportée.

Enfin, le soleil tant attendu a fait son apparition et les nuages ont cessé de pleurer.

D'autres sorties vélo loisir suivront :



2 nouvelles licences VTT



1ERE SORTIE DECENTRALISEE: Laning

SAMEDI 4 MAI

Pour cette 1ère sortie décentralisée, le soleil faisait à nouveau sa réapparition après une semaine pluvieuse. Nombreux furent donc les cyclos qui ont répondu à l'appel, 23 au départ de l'église de Laning.



Le circuit: Il a été élaboré avec l'aide de Gérard. 2 parcours au programme, de 40 et 53 km, ce dernier passant par le Montdidier.

Départ parking église de LANING 40 et 53 KM

Parking → Marxtadt KM 0

D22F Marxtadt KM 2

Au X → D 29 c Altrippe

D 29c Altrippe KM 4

Au stop ← D29 Leyviller

D29 Leyviller KM 8 puis → C1 ST Jean de Rorbach

ST Jean KM 12 puis ↑ D156d Hilsprich

→ Petit Tenquin KM 15

Ferme Zellen KM 17

← D29a Hellimer KM 19

← D29 Albestroff KM 20

D29 Nelling puis Insming KM 23

→D88 Réning

D88 Réning KM 25

Au X → D39 Francaltroff KM 27

D39 Léning puis Francaltroff KM 30

Au X → St Avold

Au stop ← N74 Kreuzhoff KM 35

→D22 Freybose

→D22f Laning KM 39

Parking église KM 40

Idem jusqu'à D88 Réning KM 25

Au X ← D39 Albestroff KM 27

→ Montdidier KM 29

Montdidier KM 31

D88 Valh les Bénestroff KM 34

Au X → D22 Neufvillage KM 36

D22 Neufvillage KM 40

D22 Francaltroff KM 43

Au stop ← N74 Kreuzhoff KM 48

→D22 Freybose

→D22F Laning

Parking église KM 53

Café-Gâteau au retour à Laning



Lors de la reconnaissance, avec Gérard, nous avons pensé à une petite surprise : un petit détour par Petit Rohrbach, pour une halte au pied du grand chêne, au tronc d'une circonférence extraordinaire.



En fin de parcours, nous nous sommes retrouvés au boulodrome de Laning pour un petit goûter très convivial.



LE MOT DU JOUR : GERARD .P

« Par un temps relativement beau, à 14H30 ,23 cyclos répartis en 2 groupes (G1 :Jean-Michel ; G2 : Cathy/Gérard), s'élancent sur 2 parcours (40 et 53km). Direction Altrippe-Nelling. A l'entrée de Nelling, petite surprise, on prend la direction de Petit-Rohrbach pour découvrir un énorme chêne tricentenaire (7 personnes pour en faire le tour main dans la main). Le 2^{ème} Groupe rallonge par le Montdidier et le peloton s'étire sous la houlette de Germain, INTENABLE, qui a des fourmis dans les jambes...Les 2 groupes se retrouvent en même temps à Laning, au local des pétanqueurs, mis à disposition par mon ami Gilbert. On y boit le pot de l'amitié avec des gâteaux, le tout préparé par Cathy et Cybèle. EN SOMME, UNE BELLE APRES-MIDI, je pense. »

Nous remercions les boulistes de Laning pour le prêt de la salle, qui posent ici pour la photo souvenir.



LA 28 EME NABORIENNE : JEUDI 9 MAI

Le CCSA organise sa 28^{ème} journée vélo. La météo est plutôt favorable pour ce jeudi de l'ascension. Les différentes équipes sont en place pour accueillir les cyclos.

Dès 6h00 du matin, les pisteurs sont prêts pour une dernière reconnaissance avant l'arrivée des vététistes. Mais ils ne sont partis qu'à 6h15, le responsable VTT était resté au lit et il fut réveillé par un des pisteurs à 6h.



Chacun est à son poste :

Aux inscriptions : Béatrice et Béatrice, ainsi que Marie-Jo. Présentes aussi Marinette et Marie. En caisse, Cathy et Marc pour les non-licenciés, Huguette et Fernand à l'ordinateur.





Francine, Sylvine et Solange au café-gâteaux.

Un employé qui a quitté son poste pour venir se ravitailler : 2/20



Dès 11heures, les chefs étoilés s'affairent au barbecue : Yvon, Pascal, Daniel, André,



et.....

.....

Gérard qui fait des progrès : 20/20 !!!!



Bientôt les cyclos partis sur les circuits vont revenir, et ils auront faim...



Sans oublier nos barmen toujours fidèles au poste : Maurice et Jean.

L'activité semble pour l'instant très ...très ... modérée : le calme avant la tempête !!!

Jacques accueille les cyclos et supervise l'ensemble des équipes, ainsi que Jean-Michel, qui se cache derrière ...l'appareil photo.



Mais où est Raymond ?

Le voici avec Marc et Serge qui expose ses plus beaux vélos.

Voudrait-il s'acheter une nouvelle petite reine ?



N'oublions pas, non plus, toutes les équipes parties aux différents points de contrôle :



Ici, Janine et Guy en poste à Servigny les Raville. Mais il semblerait qu'un nouveau compagnon se soit joint à eux.



Citons encore : Daniel, Gérard, Joseph, Amédée, Cybèle, Arnaud, Achille, Jean-Christophe, Charlotte, Denis, Noël, Elisabeth, François, Elyane, Germain, Pierre, Paul, Michel, Gilbert, Frédéric, Philippe, Salvatore, Jean-Marc, Pierre-Marie...

LE MOT DU JOUR : MARC G.

« Cette année notre Naborienne a rassemblé 472 participants en vélo route, VTT et marche. A partir de 7h et avec une météo relativement clémente, les cyclos ont choisi leur parcours balisés. Pour le VTT, ils avaient le choix entre 4 circuits : 21, 32, 44, et 55KM. Pour la route, nous leur avons proposé 30, 57, 80 et 102 km. Quant à la marche de 12 km, elle était surtout destinée aux accompagnateurs.

Les participants ont cumulé 23099km. Au retour, ils ont pu se restaurer à nos stands barbecue, buvette et café-gâteaux.

Au terme de cette Naborienne, c'est MELEBACH qui a remporté le challenge et ceci à titre définitif. Le club a tenu à récompenser les plus jeunes venus des écoles cyclos de la région (Merten, Puttelange, Woustviller et Château-Salins)

Un vin d'honneur a clos cette belle manifestation en présence de notre Maire, André WOJCIECHOWSKI et du conseiller général, Jean SCHULER.

Un grand merci à tous les bénévoles du CCSA pour la réussite de cette journée et à l'année prochaine. »

Le bilan :



BILAN 28ème NABORIEENNE 2013						
NOMBRE DE PARTICIPANTS						
ROUTE			VTT			
	N. Licenciés	Licenciés		N. Licenciés	Licenciés	
30 km	0	14		21 km	31	7
57 km	6	31		32 km	71	50
80 km	5	29		44 km	62	29
102 km	28	35		55 km	32	18
Totaux	39	109		Totaux	196	104
TOTAL	148			TOTAL	300	
MARCHE			TOTAL GENERAL			
13 km	24					
TOTAL	24					
			Licenciés =			
			47,54%			472



Le Palmarès



PALMARES					Nbre	part. R+Vtt
1	CHALLENGE	Ste Barbe Merlebach	Définitif	32	29 + 3	
2	COUPE	Merten		17	9 + 8	
3		Sarreguemines		16	8 + 8	
3		Dieuze		14	7 + 7	
5		Puttelage		11	0 + 11	
		LA PLUS JEUNE	Krebs Ninon	8 ans	C + Méd.	Hellimer
		LE PLUS JEUNE	Meyer Tom	10 ans	C + Méd.	Puttelage
		LA PLUS MERITANTE	Joly Jeanine	64 ans	C + Gants	Merten
		LE PLUS MERITANT	Wendling Raymond	76 ans	C + Gants	Merlebach
		CLUBS LES PLUS ELOIGNES	Néant			
			Nombre			
COUPES	1	Merten	5	Coupe + Médailles + bidons		
ECOLES	2	Puttelage	4	Coupe + Médailles + bidons		
CYCLO	3	Château Salins	3	Coupe + Médailles + bidons		
	4	Woustviller	3	Coupe + Médailles + bidons		
<i>Gagnant du Panier garni : Bour Alexandre 12 ans de Merten</i>						
28 (27 en 2012) Clubs ont participé à la 28ème Naborienne, dont 1 Vosgien						
Répartition = 213 (194 en 2012) licenciés FFCT. 109 (126 en 2012) sur la Route et 104 (68 en 2012) au VTT.						
Non licenciés = 39 (72 en 2012) sur Route et 196 (236 en 2012) au VTT						
Marcheurs = 24 (40 en 2012) 4 M.I. Moselle + 1 M.I. Meurthe et Moselle étaient présents également						

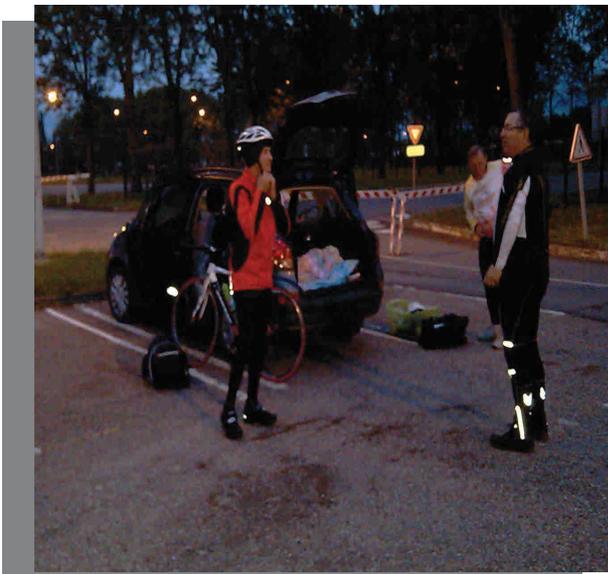


Dimanche 19 Mai 2013 : LA GUY CIVIDIN

Ou le METZ -DONON -METZ : 250KM

Trois cyclos du CCSA se sont inscrits à la célèbre épreuve du METZ-DONON-METZ, 250 KM. Dès 5H30, les 1ers cyclos se préparent. La météo n'est pas très clémente ; le ciel est gris et la pluie ne va pas tarder à tomber.

Nos 3 mousquetaires se préparent : on s'habille, ajuste le casque...puis on pose pour la photo.



6h, l'heure du départ approche, on se met en place derrière la voiture pilote.





Et, c'est le départ pour 250 KM.



LE MOT DU JOUR : ARNAUD

« Au petit matin sur la ligne de départ, les regards sont tournés vers le ciel, la météo nous prédit une journée d'enfer. A peine quelques coups de pédales, comme prévu la pluie s'invite à la fête. Elle ne nous quittera pas jusqu'à l'arrivée. Avec le froid les arrêts sont presque aussi éprouvants que l'effort. Mais le repas à Abreschviller, après le Donon tombait à pic. Après 200 km pédalés les 50 derniers paraissaient bien longs. La fatigue était présente sur les visages des participants. A 5 km du but un regroupement général des différents groupes ponctuait la bonne organisation de la randonnée. Enfin l'arrivée sous les regards des proches des participants. Au final 1 heure de retard sur les prévisions : honorable au vu des conditions météo. Une expérience à réitérer dès l'an prochain, cette fois sous le soleil. »

Après 13h de route, arrivée au sprint



LES CRAPAUDS : 18 et 19 MAI



PooR Lonesome Cow Boy

LE MOT DU JOUR : MARC F.

« Vous l'aurez compris, cette année le thème des Crapauds était le FAR WEST made in Rozérieulles.

Tout a commencé en début d'année avec la composition des équipes, 4 au total, 24 coureurs dont 1 solitaire preuve que le succès ne se dément pas d'année en année...

La caravane des cow boys Naboriens a quitté la place du marché sous le soleil le samedi 18 mai au matin, 2 camionnettes, 2 remorques et 6 voitures, un vrai convoi digne de la conquête de l'ouest.

Sous le soleil je disais, enfin il avait daigné montrer le bout de son nez, sauf qu'il avait plu pendant les 3,4 derniers jours, semaines ou mois...

L'organisation avait prévenu, le terrain sera gras, détrempé, glissant, bref de la gadoue. L'outil indispensable cette année n'était le dernier VTT carbone-titane équipé full XTR mais plutôt la "Goumischivel" du magasin vert.

De mémoire de Crapoteux, nous n'avions jamais rencontré de telles conditions sur notre terrain de jeux favoris, une boue à la fois liquide et collante de 10 à 20 cm recouvrait l'ensemble du site des crapauds. Peu importe, après de multiples enlacements de véhicules nous avons installé notre campement et nous nous sommes préparés au festin d'avant course.



A 15 heures, le départ des 540 équipes est donné sur un terrain plutôt séchant mais très collant.



Les relais s'enchaîneront sans problèmes jusqu'à 6 heures le lendemain lorsque la pluie a refait son apparition. A partir de ce moment, les conditions de courses devinrent apocalyptiques, la boue devint collante, un VTT passait en moyenne de 11Kg à 25 Kg après un tour, les descentes devenaient incontrôlables et les montées impossibles. Les derniers téméraires jetèrent l'éponge vers 10 heures du matin. Par mesure de sécurité, l'organisation stoppa la course 2 heures avant son terme prévu.



Il ne restait plus qu'à tout remballer au plus vite et quitter le bourbier de Rozérieulles. Cela s'apparentait plus à une évacuation d'un camp de Roms qu'à un convoi de cow-boys en route vers les plaines du Far Ouest...



Nos 4 équipes ont fini cette course sans gros bobos et notre équipe n°1 à fini à une honorable 41ème place au scratch tout en ayant stoppé à 10 heures du matin, encore bravo à tous.

Quoi qu'il en soit, nous garderons un excellent souvenir de ce "week-end thalasso" et nous n'attendons qu'une chose : **Les 25ème crapauds les 7 & 8 juin 2014 et sous le soleil SVP !!!** >>



CYCLO-MONTAGNARDE :

LE BCMF VERCORS ET VERCORS +

SAMEDI 1^{ER} ET DIMANCHE 2 JUIN

Comme chaque année, un groupe de cyclo du CCSA s'inscrit sur une randonnée montagnarde. Cette année, c'est dans le Vercors que nos champions de la petite reine vont faire leurs preuves. 10 se sont inscrits, mais au final, ils ne partiront qu'à 9, Josy s'étant rétracté au dernier moment : François, Noël, Dédé, Gérard, Jean-Michel, Alfred, Germain, Frédéric et Gilbert.

LE MOT DU JOUR : NOEL

« Après une journée de pluie non-stop en voiture, nous pensions, François, Gilbert et moi, arriver les premiers à l'Hôtel Karene de St-Paul-les-Romans, lieu de rencontre des inscrits du Club pour le BCMF du Vercors. Mais Jean-Michel est déjà sur place, ainsi que Frédéric et Germain. Gérard, André ne tardent pas à nous rejoindre. Le dernier à arriver est Alfred. Nous sommes au complet et scrutons le ciel avec inquiétude en espérant une accalmie pour les jours suivants.

A la pizzeria du coin nous élaborons la stratégie pour les 2 jours suivants : la Vercors (220km et 3930m de dénivelés) ou la Vercors + (228km et 4200m) ? Nous sommes à 3, François, Gilbert et moi à vouloir tenter l'aventure de la Vercors +.



Les sourires éclairent encore tous les visages (photo de François)

Le lendemain, le jour se lève sous un ciel menaçant, avec des températures à rester bien au chaud au lit, mais nous sommes là pour ce BCMF auquel nous nous étions engagés depuis plusieurs mois. C'est malgré tout angoissés que nous nous élançons sur le parcours, parce qu'aucun de nous n'a pu s'entraîner comme il l'aurait fallu vu le temps exécrable depuis le début de l'année. Aucun de nous ? Pas tout à fait puisque François, dans la crainte de ne pas arriver à nous suivre a avalé pas moins de 4000km de bitume par tous les temps depuis le 1er janvier. La plupart d'entre-nous sommes en long, car les températures, même à St-Paul sont plus que fraîches, et il va falloir grimper à plus de 1400m.

Les vingt premiers km sont un échauffement sur le plat, puis nous entamons l'ascension du col de la Madeleine à 500m. Facile ! Mais le col de la Croix Bernard à 950m nous use davantage, surtout qu'il se trouve à 60km du départ. Le ravitaillement à Presles nous requinque. C'est à Presles que les parcours Vercors et Vercors+ se séparent. C'est donc à 3 que nous entamons l'ascension du col du Mont Noir à 1420m. La route forestière (que nous imaginons sous le soleil) est bordée de plaques de neige. Nous slalomons entre les nids de poule et les cailloux. Et pour ajouter à la difficulté, nous roulons en plein brouillard. La descente sur le col de Romeyère (1090m) est plutôt pénible, les doigts, crispés sur les freins, sont gourds. C'est en arrivant dans la Drôme (le parcours jusque-là se déroulait en Isère) que le brouillard se dissipe. Nous atteignons le gîte à La Chapelle-en-Vercors avec soulagement. Le repas du soir satisfait la plupart d'entre-nous: une grosse platée de gratin de crozets, de quoi rassasier des cyclos affamés.

Quel n'est pas notre étonnement lorsque nous prenons possession de notre couchage. L'hébergement est plutôt spartiate : une pièce avec 8 lits superposés ne laissant que très peu de place pour les bagages, juste de quoi passer la nuit pour 16 cyclos harassés. Et statistiquement, sur 16 personnes, il y a inévitablement un ronfleur. C'est le seul à avoir passé une nuit reposante.

Au réveil, on pense à un petit déjeuner qui nous remettrait d'aplomb, mais comme p'tit déj frugal on peut difficilement faire mieux : une petite coupelle de confiture, une plaquette de beurre, du pain. Avec une boisson chaude. Dire que le ravitaillement sur le parcours se trouve à 70km !

En remontant sur nos vélos, nous sommes surpris par le vent, un vent glacial qui nous fouette le visage, et malgré cela nous sommes en plein brouillard. Les éléments se sont ligüés contre nous pour entraver notre progression, mais ne sont jamais arrivés à égratigner notre mental. C'est dans ces conditions que nous passons les cols de Proncel, de St-Alexis, puis de Rousset à 1265m où nous espérons trouver une descente de rêve. La réalité est tout autre. La descente est des plus pénibles, le vent

a redoublé d'intensité, s'est mis à souffler en rafale à décorner les boeufs. Pour mériter le ravitaillement, il nous faut encore passer le col de Marignac, puis celui de la Croix. C'est exténués (c'est tout au moins le cas pour moi) que nous arrivons au ravitaillement à Beaufort-sur-Gervanne. Petite consolation: les dieux de la météo semblent renoncer à nous persécuter davantage.



La descente du col de Rousset, en sortant des nuages (photo de François)

La descente du col de Rousset avec vue dégagée (photo de Noël)



Après toutes les épreuves que nous venons de franchir, les cols de Bacchus (980m) et de Tourniol (1145m) ne sont plus qu'une formalité pour rejoindre Saint-Paul dans la plaine où nous goûtons la satisfaction intense d'avoir atteint notre objectif : le BCMF du Vercors, dans des conditions certes difficiles, mais à la portée même des plus modestes. >>



2^{ème} SORTIE DECENTRALISEE : BOULAY

SAMEDI 8 JUIN

Pour cette 2^{ème} sortie décentralisée, nous nous donnons RVD au complexe socio-sportif de Boulay. 11 cyclos se préparent pour 2 circuits au choix, 53 ou 35/40 km.



Noël, le retardataire nous rejoindra au détour du 1^{er} Rond-point à la sortie du parking

LE MOT DU JOUR : CHARLOTTE R.

« Pour ma première participation à une sortie décentralisée, le moins que je puisse dire c'est que ce fut une réelle réussite : du soleil, qui a fait trop souvent défaut en début de saison, une bonne ambiance, un beau parcours le tout ponctué par un délicieux goûter.

Merci à Catherine pour cette organisation. »

SORTIE DECENTRALISEE: DEPART BOULAY, COMPLEXE SPORTIF

Circuit 53KM
←D19 sortie parking
O→D954 Volmerange
D954 CondéNorthen
D954 Pontigny (Δ travaux)
D954 Les Etangs
D954 Mazagrand
X→C1 Cheuby
Ste Barbe
X→D67B direct Vigy
X→D3 direct Bouzonville
D 3 Gondreville
D 3 Anzeling
Route Barrée
X→D55B Gomelange
D55 Gomelange(Photo de groupe à la Vieille Maison) à coté de la mairie
X→D55C direct Burtoncourt
D53 Bockange, traversée du village
X←prendre Route de Burtoncourt (Δ route abimée)
X→D53 Mégange
D53 Guinkirchen
X←D53Roupeldange
X→D19 BOULAY

Circuit 35/ 40 KM selon le choix:

1°Idem jusqu'à Mazagrand

XD72→Hayes

D72 Charleville s/s Bois

OU

2°Idem X→D3 Direct Bouzonville

XD3/D71 →Hayes

XD72 Charleville s/s Bois

Puis dans les 2cas

X ←direct Hinckange

Hinckange

X←D53B

X→ D53 Roupeldange

X→D19 Boulay

Café-gâteau au retour

Une halte devant la vieille maison de 1710 à Volmerange pour une belle photo du groupe :

Il est juste de préciser que pour une fois ce



sont les femmes qui ont mené le groupe, les hommes sont

gentiment restés en arrière.

Retour aux voitures, nous avons déplié nos tables et nous avons partagé un bon café-gâteaux. Merci à Jean et à Charlotte qui ont pensé à ramener une 2^{ème} table de pique-nique.



Pascal nous a rejoint pour partager ce moment de convivialité.



LES SORTIES DOMINICALES

14 AVRIL : Rando autour de Boulay

12 participants

1^{ER} MAI : Randonnée Moselle verte et ligne bleue à Dieuze

Le ccsa remporte la coupe du 2^{ème} club le plus nombreux



Solange et Jean-Mi aux inscriptions



Arnaud sur le 170KM



Ravitaillement au col du DONON

5 MAI : Journée vélos à Nousseviller

12 MAI : La Sarregueminoise

1 seul représentant pour le CCSA, la météo n'étant pas favorable

26 MAI : Raid des Hauteurs à Spicheren

1 seul représentant pour le CCSA, la météo n'étant pas encore favorable

2 JUIN : Journée familiale du vélo à Macheren

Nous remportons la coupe du 2^{ème} club le plus représenté avec 17 participants.

Charlotte R et Jean-Christophe reçoivent la coupe des plus jeunes sur route.



Coupe club



Coupe jeunes sur route



9 JUIN : Randonnée des deux Niefs à Créhange-Faulquemont

Une fois de plus, la météo pluvieuse a empêché le bon déroulement de la manifestation. Seuls 4 représentants du CCSA étaient présents, dont deux ont eu le courage de rouler : Joseph et Alfred. D'autres sont venus par solidarité.



16 JUIN : Les Bosses de Porcelette

Grand soleil. Les féminines sont au RDV.



Rencontre au ravitaillement de Roupeldange



23 Juin : 22^{ème} Randonnée familiale de Morsbach

Le ccsa remporte la coupe du club le plus représenté avec 19 personnes.

30 Juin : 14^{ème} Odyssée du Porcinet de Woustviller

07 Juillet : A travers le Pays de Bitche et Vosges du Nord

Nous remportons le challenge de la ville avec 18 participants.



14 juillet : Randonnée au pays des lacs à Puttelange

Le CCSA est le club le plus représenté avec 26 participants

21 juillet : Randonnée d'été à Merten



Le CCSA remporte le challenge avec 25 participants.

28 juillet : Randonnée des orchidées à Hellimer

Nous finissons 2^{ème} club le plus représenté avec 15 personnes

11 août : Roulons ensemble à Sarralbe

25 août : Randonnée du Warndt à Freyming-Merlebach

Jeudi 13 Juin 2013 : L'ardéchoise

Gérard et Dédé ont participé à l'Ardéchoise : quelques photos de leur aventure.



Le mot du jour : GERARD P.

L'ARDECHOISE 2013 DEDE ET GERARD

◀◀ CIRCUIT L'ARDECHE VERTE 328 KM pour 6400m de dénivelé, 19 ascensions en 3 jours.

Jeudi 13 juin 8 H 15 : départ de SAINT FELICIEN, temps splendide, direction ANTRAIGUES où nous prenons le repas de midi en compagnie de 2 belles cyclotouristes d'Annonay, puis direction JAUJAC et THUEYTS où nous dormons (hotel avec piscine).

Vendredi matin, direction le lac d'ISSARLES en passant de longs et beaux cols (nuit dans un hotel un peu plus rudimentaire).

Samedi matin, départ 7 H vers le Mont Gerbier des Joncs en passant par Sainte Eulalie où l'on déguste un potage avec « oreilles de cochon » à 9 H du matin. Ensuite direction ARCENS, SAINT AGREVE avec un énorme accueil dans tous les villages.

Retour vers SAINT FELICIEN en compagnie de centaines de vélos. Repas sur le stade de foot et retour vers notre camping à TOURNON SUR RHONE.

Quelle belle fête cette ARDECHOISE 2013. ▶▶



35, rue Raymond Poincaré
57200 SARREGUEMINES
Tél: 03 87 02 91 11
Fax: 03 87 02 98 57
Mail: nord.est.ingenierie@wanadoo.fr

VOYAGE FAMILIAL : LAMOURA

Du 17 août au 24 août



nous avons été reçus chaleureusement :
mené par Coco pour nous présenter le
personnel et le programme.

Cette année, Raymond nous emmène dans une région
qu'il connaît bien : Lamoura, dans le Jura, au village
vacances Neige et Plein Air., à une quinzaine de



kilomètres des
Rousses. Dès
notre arrivée,
apéro et show
village, le

Pour notre part, ce fut une semaine chargée entre sorties vélo, petites randos, visites, loisirs et spectacles.

Noël nous avait concocté des circuits agréables et sportifs pour notre plus grand plaisir. Chaque matin, tout au long de la route nous avons pu admirer des paysages toujours plus beaux et des curiosités qui n'ont pas manquées de retenir notre attention et celle de nos photographes.



Le premier matin tout le monde est prêt
à partir, le sourire est sur tous les
visages, l'enthousiasme et la bonne
humeur sont présents et déjà les blagues
fusent dans le groupe.



Cette année quelques cols étaient au programme : ainsi les cyclistes ont pu successivement grimper le col du Goulet (1374 m) qui traverse la forêt du Massacre, le col de la Faucille (1323 m), le col de Menthières (1136 m), le col de Sur la Sémine (1190 m) et enfin le col de Croix de la Serra (1049 m)



Chaque jour nous avons eu la chance d'admirer les paysages verdoyants du Jura depuis les nombreux belvédères qui se trouvaient sur le parcours.



Devinez qui est qui ?

D'aventure en aventure nous avons rencontré de nombreuses curiosités mis en valeur par nos photographes. Ainsi nous avons eu la chance de croiser sur notre route un vélo géant construit à l'occasion du tour de France, un trône en bois qui a suscité intérêt et convoitise, un mur de bois, quelques ponts...



Le président et ses apôtres



A pied



Chapeau du gendarme



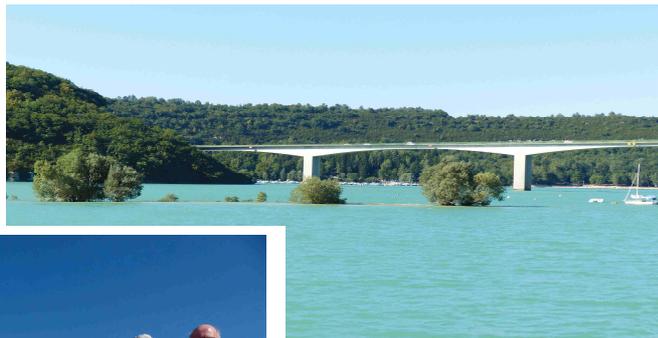
Arnaud 1^{er}



Alfred 1^{er}



L'après midi le groupe a profité de quelques visites et balades :



Promenade autour du lac de Lamoura, montée au crêt de Chalam, et promenade en bateau sur le lac de Vouglans.

Les soirées spectacles furent très appréciées. Cathy a échappé au lancé du couteau et Fernand a été pris pour un terroriste à l'encontre de Whitney Houston



3 EME SORTIE DECENTRALISEE

LELLING

SAMEDI 7 SEPTEMBRE

Pour cette dernière sortie décentralisée de la saison, nous nous retrouvons à Lelling. Certes, le soleil n'est pas de la partie, mais la pluie nous fait grâce et c'est à 14 que nous partons pour un parcours de 54 km ou 46 km.

Un grand merci à François et Arnaud qui m'avaient accompagnée pour la reconnaissance du parcours.

Départ Parking	Lelling		
X ← D24	Guessling	0	
X ← D78	Viller	4	
X → D20e	Direction Boustroff	9	
X ← rue de la tuilerie	Eincheville	10	
X ← D20	Allée des tilleuls (direction Landroff)	13	
X → D76	Suisse	15	
D76	Brulange	15	
X ← D999	Destry	19	
X → CV (repère : interdit 4,5t)	Direction Marthylle	20	
X ← C3	Destry	24	
X → D999	Rue de Metz	26	19
D999	Baronville		
X ← D674	Morange		
←O	Morange	33	26
←O	Traverser la Mutche		
X ← D78	Harprich	38	31
X → D76	Berig		
X ← D674	Berig-Vintrange	42	35
X ← CV/D79e	Bistroff		

Grand
parcours



X ← D79	Guessling rue de Bischwald	46	38
X → D24	Lelling	51	43
Arrivée	Foyer socio éduc.	54	46

Malheureusement, Amédée n'a pu être des nôtres sur le circuit ; mais il n'a pas manqué de nous rejoindre pour le partage convivial et quelle ne fut pas notre surprise au vue des bonnes choses qu'il avait ramenées : une superbe tarte aux quetsches toute fraîche et mirabelle.



RESTROSPECTIVE

VENDREDI 18 OCTOBRE

Cela est devenu une tradition de se réunir pour une rétrospective de notre séjour cyclo, et encore une fois passer un superbe moment pour se rappeler tous les bons moments, remplis de rires. Et de bonnes salades et desserts à déguster.



Le mot du jour :
Raymond

« Cette soirée permet aux

participants du séjour, « Lamoura » pour cette année de se retrouver, autour d'un buffet constitué par chacun des participants.

Grâce au diaporama de Jean- Michel, à la remarquable vidéo de Germain, de revoir les meilleurs moments.



Merci à toutes les personnes qui participent a ces séjours depuis des années ;

Sans oublier l'équipe qui m'entoure, et qui prépare les parcours avec beaucoup

de passion : Noël, Marc,

Jean Michel pour les documents, Solange pour la trésorerie,



Bien sûr le « livret photo » de Noël, que de souvenirs !! La convivialité existe encore !! Nous

préparons déjà 2014. »



MARCHE D'AUTOMNE :

DIMANCHE 10 NOVEMBRE

Au vu de la date avancée, Josy propose une randonnée dans les environs de Siersbourg en Sarre, à une 1/2h de Saint-Avold à peine .

Le RDV est donné au parking de la MJC pour 8H30 pour prendre la voie rapide vers Creutzwald, Sarrelouis, A8, et sortie 7 Rehlingen.

Le circuit proposé de 18,5km environ comporte un dénivelé de 780 Mètres.

Le repas est tiré du sac. Et au retour, ce sera le traditionnel café-gâteau. Quelques photos du site.



Compte tenu des délais et des contraintes techniques à la réalisation du bulletin, je vous donne RDV dans notre prochain numéro pour les photos et les témoignages des participants.

SOURIONS UN PEU

- > Les 5 règles à ne pas oublier :
 - > 1- L'argent ne fait pas le bonheur mais il est plus
> confortable de pleurer en Mercedes qu'à vélo.
> > > > -----
 - > 2- Pardonne à ton ennemi mais n'oublie jamais le nom de ce
> con.
> > > > -----
 - > 3- Aides ton prochain quand il est dans la merde et il se
> souviendra de toi quand il y sera à nouveau.
> > > > -----
 - > 4- Beaucoup de gens sont en vie seulement parce qu'il est
> illégal de les tuer.
> > > > -----
 - > 5- L'alcool ne résout pas les problèmes...
> mais le lait et l'eau non plus.
> > > > -----
 - > Et les autres règles, tout aussi
> importantes
> > > > -----
 - > Il ne faut pas avoir peur des chevaux sous le capot
> mais de l'âne derrière le volant.
> > > > -----
 - > - Ce ne sont pas les enfants sur la banquette arrière qui font
> les accidents mais bien les accidents sur la banquette arrière
> qui font des enfants...
> > > > -----
 - > Il ne faut pas boire au volant, il faut boire à la bouteille.
> > > > -----
- > - L'argent n'a pas d'odeur mais quand on n'en a pas, – ça sent la merde.
> > > > -----
- > - Quand tu t'adresses à une femme, il faut un sujet, un
> verbe et un compliment.
> > > > -----
- > - Les femmes qui se vantent d'être courtisées par
> beaucoup d'hommes ne devraient pas oublier que les
> produits à bas prix attirent beaucoup de clients.
> > > > -----
- > - Pour les riches : des couilles en or. – Pour les pauvres : des nouilles encore.
> > > > -----
- > - Un comprimé n'est pas forcément un imbécile
> récompensé.
> > > > -----

- > - Dites à quelqu'un qu'il y a 300 milliards d'étoiles
- > dans l'univers et il vous croira. Dites-lui que la peinture
- > n'est pas sèche et il aura besoin de toucher pour en être
- > sûr.
- >>>> -----
- > - Certains jouent aux échecs, – d'autres les collectionnent.
- >>>> -----
- > - Mieux vaut se taire et passer pour un con que de
- > l'ouvrir et ne laisser aucun doute sur le sujet.
- >>>> -----
- > - C'est parce que la vitesse de la lumière est supérieure à
- > celle du son que tant de gens paraissent brillants avant
- > d'avoir l'air con.
- >>>> -----

- > Et, pour terminer, et rigoler un peu, Une petite blague
- >>>> -----
- > Deux laveurs de carreaux Belges viennent de nettoyer
- > les vitres d'une tour de cinquante étages.
- > Ils sont entrain de ranger la nacelle dans la
- > camionnette lorsque l'un deux dit :
- > - " Mince, on a oublié de nettoyer le dernier étage !– Et le matériel est rangé."
- > - " Ne t'inquiète pas hein! C'est pas très grave, une fois."
- > - " Ben si c'est grave ! C'est l'étage de la direction. – On va se faire renvoyer."
- > - " Écoute. J'ai une idée. On va monter sur le toit et tu va
- > me tenir par les bretelles pendant que je nettoie les vitres."
- > - " Ça, c'est une très bonne idée, une fois."
- > Les deux belges montent sur le toit et font comme ils ont
- > prévu. Soudain, celui qui est suspendu au-dessus du
- > vide se met à rigoler...
- > - " Ben pourquoi te marres-tu, une fois ?" -
- > " J'étais en train de penser que si mes bretelles lâchaient,
- > tu allais te les prendre en pleine gueule !..."



**Assainissement
Génie Civil
Travaux Publics
Chauffage urbain**

SMTPF

Europort ZAC Carling - BP 70007
57501 SAINT-AVOLD Cedex
Tél. : 03 87 81 88 70
Fax : 03 87 91 36 12
contact@smpf.fr



REMERCIEMENTS

C'est avec grand plaisir que Jean-Christophe et moi-même avons rédigé le bulletin de la saison passée et nous voulions remercier également toutes les personnes qui nous ont apporté leur contribution de par leurs photos mais aussi leurs témoignages. Nous ne citerons aucun nom pour n'oublier personne mais chacun d'entre vous se reconnaîtra.

Cette année n'était pas des meilleures, la météo n'a pas toujours été favorable à la pratique du vélo. Un printemps très pluvieux nous a contraint de reporter certaines sorties voire annulée, comme cela a pu être le cas pour la sortie souvenir Alain Birtel organisée par Raymond.

Il ne reste plus qu'à espérer que la saison prochaine sera plus prospère.

Encore merci à tous.

SERRA Jean_Christophe et Cathy.



2 RUE DU TRANSVAAL (PLACE DU MARCHÉ) 57500 SAINT-AVOLD



KTM BIKES / SPECIALIZED / S-WORKS / DEFINITIVE / BIANCHI / GITANE / PEUGEOT CYCLES / REDLINE
VENTE ET RÉPARATION CYCLES ET MOTOCYCLES