

## Paris Nice cyclo 2015 du 5 au 8 juillet 2015.

Depuis longtemps j'avais envie de faire de la longue distance à vélo. Et donc cette année je me suis décidé. J'avais essayé **la formule AUDAX** l'année dernière dans l'Yonne, il s'agissait d'un 150 km et la formule m'avait bien plu, notamment parce que tout est prévu. On a juste à se préoccuper de rouler, de rester dans les roues, et de tenir sa ligne, de copier son allure sur celle des « capitaines de route » que l'on ne peut pas dépasser et qui impriment une allure régulière, de véritables métronomes.

Donc dès le mois de mars je me suis engagé dans **un 200 km Audax**, près de TROYES, mais une petite pointe grippale m'en a empêché. Donc le mois suivant je me suis engagé dans un 200 km formule individuelle toujours près de Troyes, parce que j'ai une famille nombreuse dans cette région de l'Yonne et de l'Aube (trois sœurs et deux frères). Et en fin de cette randonnée, je rencontre Gerald Paillard, l'organisateur du **brevet Audax de 400 km, (qualificatif pour Paris Brest Paris)**, que j'effectue donc en avril. Au cours de ce brevet, je fais part de mon intention de réaliser éventuellement **Paris Nice Audax** et peut-être Paris Brest Paris en 2016. Entre-temps je devrais réaliser un brevet de 600 km mais Gerald m'affirme que je peux m'en passer compte tenu de ma manière de rouler. Je m'engage donc fort de cet encouragement.

Ma préparation : entre le 2 janvier et le 2 juillet a consisté **en 54 sorties dont 16 de 90 à 400 kms** (y compris ces Brevets des 200 et 400 dans l'Aube) avec de très nombreuses côtes – au moins 1 ou 2 à chaque fois. Par exemple **La Roque sur Pernes : 8.3 kms dans un sens, 6,7 dans l'autre, ou Blauvac (4 kms)** ou autre et dans ces côtes, je tire dessus, comme on disait au temps des compétitions...

Au petit matin du départ, je quitte l'hôtel où j'avais logé, à Vigneux-sur-Seine et je gagne Montgeron qui se trouve à quelques kilomètres, chargé de mon sac à dos qui fait 7 kg (nous n'avons pas droit à plus de 10 kg), sac qui sera transporté dans les véhicules suiveurs et qui sera à notre disposition à certaines haltes prévues. D'autre part, je n'ai pas équipé mon vélo de porte-bagages ni de garde-boue, ni de sacs de guidon. J'ai juste un petit sac à dos très léger avec les affaires indispensables pour la route et j'arbore **le maillot bleu ciel et jaune Vélocio de mon club de Perne les Fontaines**. Nous ne sommes pas nombreux du Sud de la France, 5 ou 6 je crois sur un **total de 38 partants**.

Nous nous rassemblons devant le gymnase de Montgeron, et là se déroulent les opérations de vérification des vélos, de l'équipement d'éclairage et des freins. Enfin après un café et quelques viennoiseries, nous nous dirigeons vers le carrefour où se trouve l'hôtel du Réveil-Matin, endroit où a eu lieu **le départ du premier tour de France en 1903**. Quelques photos devant la sculpture métallique qui immortalise le départ de ce tour 1903, et nous partons dans la roue des capitaines de route à 9 heures. Le temps est gris, il ne fait pas très chaud ce matin. J'appréhende un peu cette première étape de 570 kms qui devra se terminer à Valence. J'ai très rarement fait de très longues distances à vélo, surtout en y passant **une journée, une nuit entière puis une autre journée !**

Nous traversons un petit bout du département de **l'Essonne, puis la Seine-et-Marne**. Les feux, les carrefours coupent le peloton à plusieurs reprises mais tout se regroupe, les premiers ralentissent pour cela. Un premier arrêt de 15 minutes a lieu au 52<sup>e</sup> km en forêt, puis nous atteignons le lieu de repas dans le Loiret au **kilomètre 103 vers 14 heures**. Jusque-là tout va bien, il y a bien eu quelques gouttes de pluie mais qui n'ont pas insisté fort heureusement et le ciel reste gris, la température modérée, il n'y a pas de vent. **Au 135<sup>e</sup> km nous entrons chez moi c'est-à-dire dans mon département de naissance, l'Yonne**. Nous nous reposons 20 minutes à **Saint-Fargeau**, connu pour son château au sein duquel ont lieu tous les étés de grandes reconstitutions historiques, et le lac du Bourdon que nous laisserons largement à notre gauche. Après Saint-Fargeau, c'est **la Nièvre** et nous arrivons pour le repas du soir à **Guérigny (km 235)**, dans un restaurant où a lieu une soirée dansante. Musique, danseurs et

danseuses d'un certain âge comme on dit, ambiance festive **avec diji comme on dit en franglais** plutôt que simplement animateur... Nous dînons dans la même salle et, je ne me souviens pas bien de la composition du repas mais j'en prends très peu car je n'ai pas aimé. D'une manière générale d'ailleurs les restaurants ne nous ont pas gâtés. **Il nous aurait fallu beaucoup plus souvent du riz, des pâtes, des aliments un peu plus énergétiques que ce que nous avons eu.** Les deux moments difficiles que j'ai vécus au cours de ces 1000 km ont été dus à cela : carence dans l'alimentation mais j'en suis en partie responsable puisque je déteste tout ce qui est oignons, poireaux, e autres légumes... etc.

Un peu distrait, et préparant mon vélo pour la nuit, installant l'éclairage, revêtant la chasuble réfléchissante, **je rate le départ, et je dois chasser pendant 4 km ou 5 kms pour reprendre les 400 ou 500 m de retard au départ de ce restaurant de Guérigny dans la Nièvre.** Inutile de dire à quel point je suis mécontent de moi bien sûr. Et nous nous engageons dans la nuit. Je le dis franchement je n'ai pas aimé rouler cette nuit-là. On ne voit rien du paysage traversé, il faut faire constamment attention à **garder sa ligne ce qui est très difficile compte-tenu des lumières des uns et des autres qui sont parfois très faibles, et compte tenu de l'allure qui paraît toujours trop vive lorsque l'on roule dans ces conditions.** Mais tout se passe bien et après une petite halte de 20 minutes dans l'Allier, en pleine nuit, nous atteignons le lieu du repas à **6h50 à Renaison dans la Loire.** Nous sommes à ce moment-là au **kilomètre 387.**

Si la veille, les conversations allaient parfois bon train, dès le début de cette seconde journée, les échanges me paraissent plus rares, parfois de moins bon ton, compte-tenu des écarts de lignes, des inévitables changements d'allure pourtant infimes, des côtes qui, deviennent plus rudes (surtout dans les têtes( !)) et probablement de la fatigue qui s'accumule un peu, peut-être en ce qui me concerne le défaut d'alimentation... Les arrêts sont bienvenus et **quelques cyclos n'hésitent pas à dormir même pendant un arrêt de 15 minutes.** Pour ma part, on peut dire que tout va bien. Je ne ressens pas trop la fatigue de la nuit blanche mais comme je l'ai dit un jour, **une nuit à vélo ne peut pas être pire qu'une nuit en boîte de nuit !**

Le repas de midi se déroule à **Saint Genest- Lerpt, toujours dans la Loire,** à proximité de Saint-Etienne, **kilomètre 476,** et sous une chaleur revenue. Enfin au kilomètre 500, nous quittons les méandres de Saint-Etienne et nous nous attaquons au **col de la République.** Les quatre premiers kilomètres de ce col sont paraît-il à **environ 7 %**, ce qui correspond presque à la pente moyenne du Ventoux. Nous aurons **quatre abandons** dans ces 4 km. Il faut dire que la chaleur est revenue, on peut même dire la canicule car il nous est affirmé **que la température ressentie dans la montée du col est de 48°.** Nous ne restons pas en peloton dans le col, nous montons chacun à notre main et nous devons tous nous regrouper à **Bourg- Argental** en bas du col. Il est nécessaire de boire une gorgée d'eau tous les 100 mètres (pour moi en tous cas). Je monte le plus régulièrement possible en évitant de me mettre dans le rouge ce qui devient de plus en plus délicat au km 500 !!!

Dans les engagés, nous avons **deux femmes.** L'une d'elle est anglaise et a reçu une distinction de son pays qui s'appelle : **les 350 000 miles soient environ 500 000 km.** Elle déclare chaque année les kilomètres accomplis, à titre indicatif **en 2014 elle en a effectué 29 000 !** À titre de comparaison, en 2014 j'ai effectué 6060 km !! Et elle a l'intention de décrocher une autre distinction : **le 500 000 miles.** Son compagnon est australien et participe lui aussi à ce Brevet. Il a retrouvé sa compagne la veille du départ de Montgeron après m'a-t-il dit, une séparation et nous ne nous demandons pas pourquoi à chaque arrêt il ne met pas 30 secondes avant de s'endormir !

**Au sommet, la fatigue est visible quasiment pour tous et toutes.** Mais la longue descente a du bon, un peu d'air, les virages qui s'enchaînent bien, la vitesse à 60 à l'heure et à Bourg-Argental les premiers arrivés achètent des boissons fraîches que nous dégustons sur le terre-plein d'un bistrot

fermé. Le peloton se regroupe et nous atteignons **Saint-Peray ou nous dînons de fort bon appétit**. Heureusement, ce repas- là est conséquent puis nous repartons vers notre hôtel à Valence. **Une chute se produit**, sans conséquence mais due probablement à la fatigue qui provoque de l'inattention. À Valence, je crois que nous avons un peu plus d'une heure de retard sur l'horaire prévu. La montée du col de la République a été vécue très difficilement par beaucoup d'entre nous, et le regroupement en bas a été plus tardif que prévu. **Ce qui fait que la durée du sommeil n'est que d'environ 4h30...** mon compagnon de chambre s'écroule sur le lit et s'endort immédiatement. Pour ce qui me concerne je suis étonné de n'être pas plus fatigué que cela, par contre je suis bien satisfait qu'il n'y ait plus de nuit à rouler mais je ne sais pas encore que ce ne sera pas le cas.

À l'heure du départ, **c'est-à-dire 4h il fait encore nuit et donc lumières !** Nous voici dans la Drôme pour entamer la seconde étape qui doit nous mener **au Cannet des Maures dans le Var**. C'est pendant cette étape que nous devons faire **un arrêt de 10 minutes à Pernes les fontaines, devant la stèle de Paul de Vivie surnommé Vélocio**, maître à penser et **illustre cyclotouriste...** **Le capitaine de route**, qui se prénomme **Jean-Michel**, me dit : tu es le régional de l'étape et quelques kilomètres avant Pernes, tu partiras devant. Je sais que mon épouse m'attendra là, avec quelques provisions de bouche car je l'ai dit plus haut **c'est l'alimentation qui a été ma plus mauvaise prévision**.

**À Charols, nous attend pour une fois, un copieux petit déjeuner**. En repartant je m'aperçois que j'ai laissé mon éclairage sur un mur contre lequel j'avais posé mon vélo. Donc je retourne tout seul 1 bon km en arrière, je récupère ma lampe (80 € en Allemagne-très bon matos !!) et je m'engage dans une chasse qui va durer **une bonne dizaine de kilomètres, nez dans le guidon**. Une halte à Cairanne, puis à Mazan, je pars seul devant pour arriver à Pernes en solitaire. En déboulant de la descente de Saint Didier, **j'aperçois des amis du club qui sont venus me soutenir**. **Parmi eux, Yvan, son frère, Bernard et quelques autres !! Qui applaudissent et crient des félicitations et m'affirment qu'ils ne sont pas tous là**, l'horaire ayant paru incertain. On ne peut pas savoir si on ne l'a jamais vécu **l'immense plaisir que ça procure**. La fatigue empêche de dire les mots d'amitié que l'on envie de dire, d'exprimer la joie éprouvée... **je n'ai pas encore su comment dire le formidable merci à tout le groupe qui s'est donné la peine de venir, je voudrais qu'il le trouve dans ces quelques lignes qui leur sont en grande partie dédiées...** mais l'arrêt est très bref, **mon épouse qui est là aussi –le plaisir n'en est que plus vif-** m'a apporté les provisions que je souhaitais, et nous repartons déjà. Sur la route de Pernes à L'Isle-sur-la-Sorgue elle nous filme debout dans la voiture de sa sœur et klaxonnée frénétiquement par les automobilistes impatients de devoir rouler au ralenti pendant 2 ou 3 cents mètres.

Puis arrive **la côte de Bonnieux avec pour moi la première galère**. Pour la première fois de ma vie je mets pied à terre dans la côte, et **je pense à abandonner** mais cela ne durera que quelques instants. Deux autres cyclos arrêteront là. Nous sommes au **760ème kilomètre**. Je monte à pied pendant une centaine de mètres en me disant que je vais récupérer... et je parviens quand même au sommet à vélo, devant le restaurant où nous devons manger. Le repas est constitué d'un morceau de poulet desséché, arrosée d'une sauce tout à fait quelconque, et de frites !!

Mais, malgré **la pauvreté de ce repas**, j'ai en partie récupéré. La grosse chaleur est revenue depuis 11 heures mais je l'ai toujours bien supportée. Boire beaucoup, s'alimenter : **merci Marie-Claude qui m'a apporté des sachets d'aliments quasi- liquides et qui me paraissent efficaces...**

Mais un autre problème surgit : ma fourche s'est mise très légèrement de travers car, je le saurais plus tard chez **le vélociste Time d'Orange**, je l'avais beaucoup trop serrée et sur les fourches Time, le serrage doit être parfait mais pas trop appuyé, ce qui me fait « pédaler de travers » (c'est Jean-Michel qui me l'affirme en cours de route, et me provoque une douleur irritante à la fesse gauche. **À l'arrivée**

**il me manquera 4 cm<sup>2</sup> de peau sur cette fesse exclusivement. C'est dans la dernière étape que cette douleur se manifesterait vraiment et me causerait ce que j'ai appelé la deuxième galère.**

Nous atteignons le lieu de repas du soir vers **20 heures**. Pour la première fois depuis cinq ans, **je crève de l'arrière en même temps qu'un autre cyclo**. Nous sommes tous les deux très vite aidés pour dépanner par la voiture d'assistance technique et nous arrivons à **Carcès –Var- avec quelques minutes de retard. Le repas est excellent et permet de récupérer (il y a des pâtes !)**. Puis nous repartons en **pleine nuit**, dans une multitude de petites montées, de descentes, de virages, **vers le Cannet des Maures distants de 40 km (896 ème km)** que nous atteignons très tard. Il reste **une centaine** de kms et je me dis que ce Brevet est maintenant à portée de réussite.

Malgré ma fesse gauche, qui me rendra plus difficile cette dernière étape, **la fatigue reste relative après quatre à cinq heures de sommeil très récupérateur**. Beaucoup de bosses dans cette dernière étape, **beaucoup d'automobilistes grincheux et parfois insultants**, des traversées de villes un peu préoccupantes à cause de **la circulation intense** et après les ultimes bosses des environs de Grasse et de Vence, **nous atteignons La Gaude, à quelques kilomètres de la promenade des Anglais de Nice**. Une banderole que l'on peut voir sur les photos, un délégué de la mairie qui nous gratifie d'un petit discours sympathique, un bon repas, beaucoup de camaraderie et d'amitié, beaucoup d'échanges d'impressions, quelques regrets de la part des quelques-uns qui ont dû abandonner, mais qui ont tout de même fait la plus grande partie du parcours, la remise des Brevets et l'on se quitte comme toujours en se disant que l'on se reverra.

Pour moi, je pense que je serais capable de tenir Paris Brest Paris en 2016 et je suis prêt à faire d'autres Brevets notamment **Bordeaux- Paris en juin (620 kms seulement), et le 1200 kms en 90 heures -Tours–Mont-Aigoual-Tours- en fin juillet 2016 ...**

**Mon matériel et équipements pour aller au bout :**

**Mon vélo Time carbone Edge First (de 2008) –roues R-Sys Mavic- pédalier TA compact 42-30 et roue libre Miche 14-26-guidon cintre plat avec embouts droits de ma composition ( anti-arthrose)- manettes de dérailleurs au cadre- guidoline jaune fluorescente- selle Fizik Aliante- pneus Michelin Lithion de 23mm- 2 porte-bidons de 750 ml- et sous la selle : 2 ch. A air-des rustines-3 démonte-pneus- un ensemble de clés allen -un dérive-chaîne...**

**Pas de porte-bagages ni de sacoche de guidon- un petit sac à dos ultra-léger mais qui a fini par être gênant, contenant le système d'éclairage, le coupe-vent –l'imperméable-un cuissard et un maillot de secours.**

**Dans les poches du maillot : barres énergétiques- poudre pour bidons-parcours détaillé-identité et carte de groupe sanguin.**

**Un sac à dos – affaires de nuit- de toilette-vêtements « civils »- transporté par l'organisation.**

**Texte destiné à la famille et aux amis réunis en janvier pour mes 70 ans, qui m'ont fait une fête magnifique...et m'ont offert les moyens de réaliser ce très grand moment de vélo.**

**Dédié également aux amis cyclos du club Vélocio de Pernes qui m'ont encouragé au passage. C'est grâce à vous tous que l'envie de renoncer à Bonnieux n'a duré que quelques instants.**

**Robert Bolzan.**



Début juillet c'est déroulé l'un des plus beaux brevets de l'UAF : le 1000 km Paris-Nice. Jean-Michel Vincelot en était l'organisateur et bien sûr le N°1 sur la route. Les fortes chaleurs ont mis à mal l'enthousiasme des cyclos, certains moments ont été difficiles physiquement et moralement. Ils ont été nombreux, grâce à la solidarité du groupe et l'entraide amicale, à trouver les ressources nécessaires pour aller au bout de l'exploit. Quelques-uns ont été malgré tout vaincus par la canicule, mais revanchards, ils se sont juré de revenir sur ce superbe brevet.

Vous trouverez dans les pages suivantes les impressions de quelques-uns, accompagnées des photos de Alain Challant, Jean-Pierre Mary, Gérard Robin et Patrick Aguetant.

Au delà de cette Revue des Audax vous trouverez un plus grand nombre de photos sur le site de l'UAF : <http://www.audax-uaf.com/presentation/album-photos/>

12



## Si Paris-Nice nous était conté !

Paris - Nice Audax 2015 a commencé par un long débat sur le « format » que certains résumant en querelle d'anciens et de modernes... Comme personne n'a véritablement raison, ou tort, et personne n'était sur la même longueur d'ondes....

Paris-Nice est une version des plus difficiles du brevet de 1.000 km mais combien belle et enrichissante. Envoutante.

L'UAF après des épisodes difficiles renoue avec les grands brevets et des habitués, timorés, hésitent encore à se lancer dans ces aventures.... Les absents ont toujours tort selon la croyance populaire malgré que l'UAF cherche à comprendre leur choix et à renouer le contact. Mais, là, ils ont eu tort car cette édition pour originale qu'elle ait été, avec ses forces et avec ses faiblesses, a été une innovation et une édition historique. Les « décideurs » étant des gens censés, ne doutons pas que le prochain format sera le bon.

Les absents 2015 seront les bienvenus en 2016 sur Bordeaux-Paris et sur Paris-Brest-Paris et nous avons besoin d'eux.

J-4 : Tout est prêt, les nuits du Président s'allongent lorsque la Préfecture de l'Yonne entre en piste. Soucieux de la santé de chacun en cette vague caniculaire, le Préfet de ce département que nous traversons en une discrète diagonale, envisage d'interdire tout exercice physique dans le cadre d'une manifestation sous le régime de la simple déclaration. Nos arguments interpellent notre interlocuteur mais l'option d'un contournement est envisagée, rajoutant kilomètres et dénivelé, remplaçant routes ombragées par routes ensoleillées. Il n'en sera rien, notre discours a été convaincant et l'on s'épargne une polémique.

J-3 : Tout est prêt. C'est le calme plat malgré une ultime vérification des vérifications !

J-2 : La tension, comme la température, se stabilise à un niveau élevé. La notion du « tout est prêt » prend un sens nouveau et se transforme en « si tout n'était pas prêt ? » provoquant un accès d'angoisse teinté de doutes aussi profonds qu'infondés.



J-1 : la voiture ouvreuse tombe en panne. Le président panicote (du verbe panicoter) mais la présidente panique. Il y a bien la solution de mettre le président sur un tandem (avec Monique), un gyrophare sur le casque mais l'idée est rapidement écartée.... faute de tandem. Aucun véhicule de location n'est disponible en ce samedi 4 juillet, naît alors l'idée saugrenue d'utiliser la voiture

de Mamie (la maman de la présidente pour les intimes). Mais, il faut l'accord de Mamie, il faut aller chercher la voiture, il faut retrouver les papiers (égarés), il faut faire le plein (elle réside dans un charmant village briard où la première station-service est hors de portée d'un réservoir vide). Le président n'étant pas (trop) disponible ou disposé (!), je propose d'accompagner la présidente Nicole chez sa maman pour revenir avec la voiture (pour que vous compreniez bien ce compliqué récit, je vous précise que le président avait « convoqué » son état-major chez lui et que je connais parfaitement la région pour l'avoir habitée plus de 50 ans. La voiture est un ersatz bien utile de panda à la japonaise logotée tayato.... Une voiture où j'installerais bien une chaise sur le toit pour Monique qui nous ferait une somptueuse Yvette Horner ! Aucune objection si ce n'est celle de Monique qui trouve qu'elle n'a pas la chevelure... L'idée est donc abandonnée bien qu'une perruque aurait fait l'affaire.



Un Jean-Michel confiant au moment du départ

Jour J : dès potron-minet : les choses sérieuses commencent. On plaisante mais avec retenue car Paris-Nice est une affaire sérieuse. Le maire adjoint de Montgeron, chargé des sports, à qui une nouvelle grasse matinée a été subtilisée est baba d'admiration. Et un tantinet envious. Après avoir donné le départ, il nous confie sa joie et son admiration, car le vélo, il connaît, son père est un cyclotouriste chevronné.

Malgré la présence de nombreux cyclistes sportifs sur les bords de Seine, les premiers kilomètres sont abordés avec la sagesse propre aux grands randonneurs. Le peloton, certes modeste (en nombre) est un bataillon de vieux briscards aguerris aux plus grandes campagnes. La plupart sont des multirécidivistes recensés sur de nombreux palmarès. Si on additionnait leurs brevets, nous devrions dépasser 20 tours de la terre...

La chaleur, les routes au revêtement parfois rugueux, le relief constituent des obstacles qui s'additionnent pour perturber la progression d'un groupe mais le vent, calme et bienveillant, l'absence de travaux, compensent amplement les difficultés et le respect de l'horaire ne pose aucun problème.

Il faut cependant noter que le festival de ralentisseurs en tous



Les premiers kilomètres sont abordés avec sagesse

genres : dos d'âne, montagnes russes, bandes rugueuses et chicanes, repères architecturaux de notre époque est une preuve sans cesse rappelée que les communes sont riches, égoïstes, narcissiques, égocentriques... et peu accueillantes pour les cyclotouristes. Mais les élections sont à ce prix !



Déjà dans l'Yonne pour un premier repas bienvenu

Le premier déjeuner à La Selle sur Le Bied nous offre notre première surprise : la visite d'un ancien participant à Paris-Nice, le sémillant Claude Joly de Montargis.

L'après-midi et la traversée de l'Yonne s'effectuent sans encombre. Monsieur le Préfet devrait être rassuré. Côté ravitaillement, l'eau se consomme proportionnellement à la température... termes qui imposent quelques précisions. C'est la quantité qui est proportionnelle à la température, la température du liquide stocké dans les véhicules bien que protégé étant aussi proportionnelle à la température de l'air. Ces précisions nous paraissent utiles pour les scientifiques.

La Nièvre est un département charmant aux forêts opulentes et un admirable cadeau nous est offert : un revêtement, un sublime macadam, un véritable tapis de velours. Sur presque 30 kilomètres !



Qu'il fait bon rouler en forêt...

Le repas du soir, à Guérigny, est cocasse ! Après avoir trouvé le restaurant, ce n'est pas simple, car accessible par une seule voie (les autres sont en sens interdit et vous devinez le dessin !), nous sommes accueillis par une bande de jeunes fêtards dans une guinguette du siècle dernier... La salle n'est pas ventilée (ce que danseurs, cyclotouristes et encadrants supporteront néanmoins avec courage et résignation), l'éclairage, des ampoules à filaments usées par le poids des ans dispensent une lumière qui permet de ne distinguer que l'ombre de son voisin, l'orchestre qui vocifère les tubes des années que les moins de quatre vingt ans ne peuvent connaître... Fort heureusement, cette jeunesse débordante d'énergie s'éclipsera au 21ème coup de l'horloge... Les belles retrouveront leurs cannes ou un bras vieillissant et complaisant pour rentrer dans leur demeure ou... à la maison de retraite. Le plus saugrenu sera la valse des assiettes et des carafes d'eau au milieu des tables en compagnie de tous les éléments de la sono,

13



soigneusement manipulée par les artistes musiciens en personne et qui rangent leur précieux outil de travail. Si le peloton repart repu, il nous reste une formalité à remplir : payer. Bien que dans la zone euro, Guérisny privilégie l'argent sonnante et trébuchant, à défaut, un bon et vieux chèque fait l'affaire. Nous n'avons ni espèces, ni chéquier. Nous n'avons que ce tout petit truc moderne, à puce, que l'on nomme carte bleue quelle que soit sa couleur. Mais à Guérisny, notre carte n'a pas de crédit. Devant le fait accompli, le patron comprend qu'il recevra un paiement dans les prochains jours.... Contre une facture. Or le facturier est introuvable ! Le temps presse, la chaleur, le bruit nous agacent donc j'attrape un papier un tampon et je rédige une facture manuelle (ne le répétez ni au fisc, ni aux réviseurs comptables).



*Courte la nuit, vous avez dit ?*

14



Bien que dans la catégorie des nuits courtes, celle-ci s'annonce longue, elle le sera mais elle sera aussi d'une tiédeur exceptionnelle. Puis lorsque le jour se lève, les participants pédalent toujours, métronomes inlassables. Un petit déjeuner en plein air et au frais les attends pour les reconforter avant les contreforts du Forez et avant que la chaleur ne revienne. Avec le jour, en ce lundi matin, la route est davantage fréquentée notamment par des véhicules longs et hauts que l'on nomme modestement poids lourds. Je vous rassure, l'absence des classifications coq et super léger confirme qu'ils n'ont aucune velléité pugilistique.



*Le petit dej' de Renaison*

La route nous offre une scène inénarrable qui me fait partir dans un fou rire incontrôlable et incontrôlé : un brave homme est, sur la voie opposée, consterné à côté de sa voiturette dont les 4 roues

viennent de se coucher sur la chaussée laissant une carcasse inutilisable, quatre roues à côté. Son désarroi, sa détresse nous conduisent à un fou rire cruel... « Maintenant elle va moins bien marcher ! » aurait dit Bourvil avec son inimitable naïveté ! Ça, c'est sûr.

Accablante, suffocante, la chaleur malmène quelques intestins qu'un déjeuner salvateur apaisera avant une nouvelle digestion, ou indigestion : la traversée de Saint-Etienne, au zénith, et la montée du Col des Grands Bois ou col de la République (République étant le nom d'un hameau à proximité du sommet). Ce col, le premier à plus de 1.000 mètres à être franchi par le Tour de France, était le col de référence de Paul de Vivie, Vélocio. Le sommet ombragé accueille un peloton en pièces détachées mais souriant.

Des photos immortalisent cet instant tandis que les 500 km sont dépassés. S'il ne reste qu'une interminable descente vers la vallée du Rhône, les corps sont toujours soumis à de fortes sollicitations : chaleur, fatigue, douleurs, soifs, troubles digestifs, petites fesses qui commencent à appeler au secours, etc... Mais les participants sont courageux. Le diner puis l'hôtel sont atteints par un groupe éreinté et solidaire. Une nuit trop courte sera cependant appréciée par les esprits, les corps et les fessiers.

Le départ bien avant le lever du jour est tonique ce que nous faisons observer aux capitaines de route, ce sera notre seule intervention, Jean-Michel, le numéro 1, protecteur au départ, s'étant laissé surprendre. Les paysages au lever du jour sont remarquablement beaux, la Drome s'offre sous ses plus beaux atours à commencer par un village, un café et ses tenanciers bien accueillants ! Le Grignan de Madame de Sévigné et les GPS ultra moderne nous proposent un exercice inédit d'orientation avec des apprentis dans tous les sens et pas toujours rassurés : où est la sortie ?



*Monument à Paul de Vivie, arrêt obligatoire pour tout cyclotouriste*

Les arrêts se succèdent et chacun puise dans des réserves d'eau pas aussi fraîche qu'il le faudrait. Pernes-les-Fontaines se présente avec de nombreux supporters mais n'offre guère de fontaines... le monument en hommage à Vélocio, en plein soleil, étant dépourvu de point d'eau à plusieurs hectomètres à la ronde... Il est



temps de rallier Bonnieux superbe village de Luberon. Mais Bonnieux est capricieux avec les cyclotouristes. Et un tantinet pervers. Le village se voit de loin et donne une impression de proximité et de faible dénivelé. Or il est loin, et haut, avec une route ingrate et tournicotante qui aura raison d'une modeste chaîne obligeant son maître à quelques pas à pied. Un nouveau repas préparé avec soin par des prestataires attentifs regonfle les organismes et le moral.



*Km 667, il fait bon... le matin !*

Les Bouches-du-Rhône avec des automobilistes agaçants nous offre un visage déplaisant d'autant plus que le super marché du nom d'un maréchal n'offre que de l'eau stockée au soleil et refuse au peloton le peu d'ombre qu'il pouvait offrir pour très peu de temps. Dans son bureau climatisé ce gérant est un satané, cynique et méprisable saligaud.



*Ce matin tout le monde en bleu, les stroumfs quoi !*

Le prochain arrêt, varois, compensera avec ses ombrages, son environnement bucolique, sa charmante chapelle du 14ème siècle et ses arbres centenaires, bien qu'un peu « haut ». L'arrière-pays varois, avec Bonnieux, sont probablement deux difficultés de trop sur ce beau parcours.

Un diner dans une salle climatisée, un début de nuit champêtre avant un sommeil apprécié au Cagnet des Maures complètent une journée bien remplie. Une bonne et vraie journée de brevet.

La dernière journée commence par une mise en jambe bienveillante avant des pourcentages qui confirme qu'après Paris-Brest-Paris, Paris-Nice est aussi un brevet difficile. Le bleu est imposé et, comme chaque équipe, celle-ci a son gardien du but (le gardien du but étant celui qui a un maillot différent). Nous reviendrons dans



une autre revue sur ce personnage adorable, original et irremplaçable que vous connaissez tous !

Il faut sauter d'une vallée à une autre. Cela implique de gros efforts : forts pourcentages et dénivelé conséquent. Ce passage est inévitable contrairement aux précédents. Sauf si on élimine tout cela pour un passage franc par le nord et la montagne, par le col de Vence, le bord de mer étant audaxo-incompatible. A méditer.

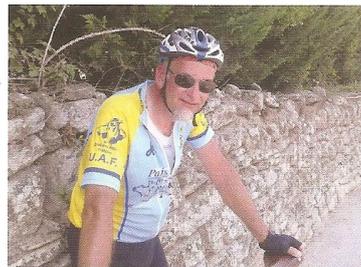
Grasse offre les avant dernières difficultés (de vraies difficultés) et une circulation dense mais habituelle. Châteauneuf-de-Grasse propose une rencontre, certes improvisée, mais réconfortante : deux charmantes hôtesses dont une a remporté le chrono des Herbières (les spécialistes apprécieront), avec une mini bleue au coffre réfrigérée, distribuent des canettes d'une marque autrichienne... La vallée du Loup présente une belle descente avant un ultime effort. Il ne reste que quelques kilomètres pour atteindre la banderole d'arrivée préparée par l'accueillante ville de La Gaude et son vélocé Maire adjoint chargé des Sports, un sportif, pas un politicien comme il le précise malicieusement. Montgeron - La Gaude, des municipalités accueillantes au sens le plus noble du terme accueil qui supplée avantageusement Paris et Nice.



*L'arrivée !*

Ce brevet a été dur. Sans doute trop, mais l'ambiance a été excellente et, assurément, l'UAF, traumatisée par des années de tergiversations stériles a perdu confiance en elle, a manqué d'audace ! En témoigne l'absence de licenciés UAF parmi les participants. Réussite trop confidentielle, ce brevet, ce peloton avaient le potentiel pour regrouper de nouveaux adeptes sur les longues distances, l'essence même de l'école audax. L'avenir appartient à ceux qui osent !

Alain CHALLANT



*Jean-Michel, on dirait que tu as eu chaud sur ce Paris-Nice !*



## Mon Paris-Nice

Bonjour amis cyclos.

Au moment où j'écris ces lignes déjà trois semaines que l'aventure du Paris-Nice est terminée. Le vélo est resté au repos. Lui n'avait pas besoin de récupérer, moi si...

Mes premiers mots seront pour tout le staff qui a su gérer au mieux cette période caniculaire et nous apporter encouragements et rafraichissements, comme ce mardi après-midi où nous avons apprécié les caddies remplis de bouteilles d'eau sortant du super marché à Meyrargues... Bravo et merci, vous avez été remarquables.

Merci à toi Jean-Luc qui m'a invité à me joindre au groupe de Rezé, alors que Paris-Nice n'était pas mon objectif.

Je suis parti confiant seulement la canicule a eu raison de moi.

Le lundi fût terrible. Nous étions quelques-uns à rouler à la même allure, nous prodiguant mutuellement des encouragements, voire s'attendant, ou m'accompagnant jusqu'au prochain arrêt comme le fit Dave à plusieurs reprises. Merci à lui, je lui suis très reconnaissant d'avoir été très présent à mes côtés. J'étais vicé, je n'avais plus de forces, je ne pouvais rien avaler. L'après-midi fût fatale. Raisonnablement j'ai fini l'étape dans la voiture d'assistance, admiratif pour les courageux à l'assaut du Col de La République.

Le troisième jour, après une courte nuit, je suis remonté sur le vélo. Tout allait bien, la

chaleur toujours présente, la montée sur Bonnieux fût très éprouvante. Bien que faisant partie des pédaleurs en sandalettes, les doigts de pied exposés au soleil me brulaient. J'ai dû remettre mes socquettes et les arroser régulièrement... Comble de malheur, avant d'arriver à Carcès, suite à un accident de la route, des morceaux de verre non balayés sur la route m'ont provoqué une double crevaison. Dave toujours, présent à mes côtés, en un rien de temps m'a réparé ma roue avant, je n'ai eu qu'à le regarder. Je repars, crevaison arrière. La voiture d'assistance et quelques cyclos se trouvant à proximité, suite à une autre crevaison, m'ont aidé à réparer. J'ai apprécié leur aide. Aurai-je eu droit à la prime de la malchance !

La deuxième nuit de repos, bien que toujours très courte fût la bienvenue. L'étape du dernier jour était encourageante par son kilométrage, par son parcours touristique, mais pas par son profil difficile et vallonné.

L'accueil à La Gaude avec le repas de clôture bien garni et ombragé fût des plus agréables. Dommage un peu dans la précipitation pour certains, ayant des impératifs d'horaire.

Sans doute ma préparation n'était pas

optimum, le Paris-Nice étant trop rapproché de mon retour de voyage qui m'a éloigné des routes pendant quasiment trois semaines. Le niveau général m'a paru assez élevé, de part la participation de beaucoup de candidats au Paris-Brest-Paris en août. La chaleur également m'a été fatale. J'ai dû boire énormément. J'aurais bien volontiers souhaité un peu de pluie...

Ce qui est sûr, c'est que ce brevet restera un souvenir inoubliable. Tout comme notre arrivée à Guérigny le dimanche soir dans cette salle de restaurant où les derniers danseurs, surpris de notre arrivée, virevoltaient encore sur la piste alors que nous reparions pour de longues heures.

Merci à l'UAF, et vous, organisateurs, qui avez su, durant ces quatre jours nous encourager et nous apporter aide et assistance.

Bravo pour ce brevet 1000 km.

Daniel BROSSARD

16



### Les participantes

BINOIS Dominique  
SWALLOW Judith

### Les participants

ANCEL Dominique  
GAUTRIN Jean-Claude  
BERNARDIN Didier  
GUIZARD Jean-Claude  
JULIÉ Marc  
BLANCHARD Jean-Yves  
LE BRUN Claude  
BOISSE Philippe  
LE PORT Jean-Pierre  
BOLZAN Robert  
LECOEUR Marcel

BRAT Gérard  
LESCOUZEC Jean-Pierre  
BRILLANT Gérard  
MARY Jean-Pierre  
BROSSARD Daniel  
MINTER Dave  
BRUNET Emmanuel  
MORANNE Eric  
CASTILLON Manuel  
PERRON Jean-Claude  
CHENU Daniel  
REBY Jean  
CREPIN Olivier  
ROBERT Stéphane  
DECAMP Luc  
SOUPIZON Alain

DESPRÉS Jean-Yves  
STRANG Nigel  
DUPIN Bruno  
DURU Gérard  
TURMEL Jean  
DUSFOUR Jacques  
VINCELOT Jean-Michel  
FRANCHET Philippe  
WATRIN Christian

### Des chiffres :

Kilométrage : 1.005 km  
Dénivelé : 7.700 m  
Nombre d'inscrits : 41  
Nombre de partants : 38  
Nombre d'homologations : 26

## Petit retour sur ma première expérience



Participants de l'ACTC : Gérard BRILLANT, Emmanuel BRUNET, Jean-Yves DESPRES, Brevet homologué : Claude LE BRUN

Bonjour à tous,

Petit retour sur ma première expérience sur le brevet Audax Paris-Nice 2015 soit 1000 km.

Petit rappel sur la forme de ce brevet : départ le 5 juillet 2015 à 9h00 de MONTGERON dans le 91 à l'endroit où le premier départ du Tour de France en 1903 a eu lieu, belle image n'est-ce pas, pour arriver à LA GAUDE le 8 juillet 2015 près de NICE à 12h00. Quelques infos sur ce brevet Audax hors du commun, 7700 m de dénivelé, 40 participants.

Voici l'histoire d'un apprenti cyclo pour ce défi hors du commun. 5 juillet 2015 il est 9h00 départ du rond-point du Réveil Matin, direction VALENCE 576 km en une seule étape. La première journée se déroule normalement et les paysages sont assez sympas, la chaleur commence à se faire sentir. La journée s'avance et nous arrivons sur la nuit. Oui nous avons roulé toute la nuit et j'ai été agréablement surpris que tout se passe bien. Le fait de rouler de nuit demande juste un peu plus de vigilance. Plus nous descendons vers le sud et plus il fait chaud, car n'oublions pas, nous sommes partis en pleine canicule. Le jour se lève et là nous découvrons de magnifiques paysages. Malgré cette chaleur toujours présente, la journée se passe normalement malgré quelques abandons. Nous arrivons à SAINT ETIENNE, au pied du col de la République, et juste pour info température compteur vélo 45 degrés, ressenti 48 degrés, et là il y fait très chaud. La montée du col se passe bien, nous continuons et en fin de soirée nous arrivons à VALENCE.

Après une petite nuit passée à l'hôtel, nous repartons à 4h00 du matin pour une étape de 300 km et là encore à 5h00 du matin la température est déjà de 20 degrés. Plus nous avançons plus les paysages sont superbes, nous passons près du mont chauve (le mont VENTOUX), nous passons dans le LUBERON et la chaleur se montre de plus en plus lourde à supporter. A quelques kilomètres de BONNIEUX, environ dix kilomètres, j'ai cru que je n'allais jamais pouvoir monter ce col à cause de la chaleur. Une fois monté j'arrive à BONNIEUX avec deux balles dans chaque pieds et bien fatigué, je pense avoir pris un coup de chaud complètement vidé de toute énergie et là pour moi il est impossible de repartir dans l'état. Donc je fais le choix de monter dans la voiture suiveuse le temps de me reposer pour après espérer continuer cette belle aventure. Donc je passe l'après-midi dans la voiture et nous arrivons à CARCES et là je re-



trouve le goût de la nourriture, et là je sais déjà que je repartirai dès le lendemain matin.

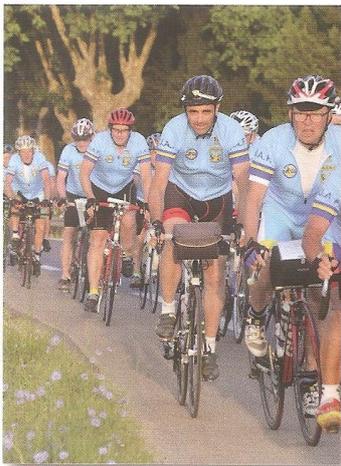
Nous arrivons sur la dernière étape 120 km 1400 m de dénivelé, donc jolie étape en perspective avec une température assez chaude. Là, après une bonne nuit et un bon repas je retrouve la forme, nous arrivons à LA GAUDE.

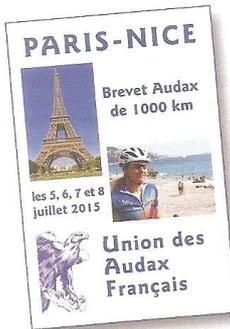
Donc pour finir sur cette belle aventure il me manque 120 km pour valider mon brevet, mais c'est la dure loi du sport, moi j'ai préféré jouer la carte sécurité, mais cette expérience m'a fait grandir et prêt à repartir découvrir d'autres brevets.

Merci à tous les organisateurs de brevet et grand merci aux trois mousquetaires du club de l'ACTC Changé qui m'ont accompagné. A bientôt pour d'autres brevets

L'Amicale Cyclotouriste de Changé  
Emmanuel BRUNET

17





## 2015 : 10<sup>ème</sup> Paris-Nice Audax

1952-1955-1958-1963-1968-1985-1990-2000-2005-2015

Le 9<sup>ème</sup> Paris-Nice avait eu lieu en 2005. Nous voulions renouer avec ce brevet de 1.000 km, certes difficile, mais tellement beau ! A l'avenir, une périodicité de 5 ans me semble souhaitable.

Il avait été décidé cette année de revenir à un découpage proche des anciens Paris-Nice avec deux arrêts

de nuit seulement. Un départ le matin et une première étape longue de 577 km nous a conduits à Valence. Une seconde étape de 319 km pour nous rendre au Cannet des Maures et la dernière de 104 km.

Des « anciens Audax » nous avaient expliqué que ce type de découpage pratiqué par le passé aussi bien sur le Paris-Nice que sur le Paris Brest Paris était préférable car permettant d'allonger les temps de repos. Nous avons souhaité le tester.

Ce découpage était très proche de celui des Paris-Brest-Paris jusqu'en 1991.

Exemple 1986 : une première étape de 597 km de Versailles à Brest, une seconde de 272 km conduisant à Rennes et une troisième de 322 km pour retrouver Versailles.

La canicule ayant accompagné ce 10<sup>ème</sup> brevet Paris-Nice ne permet pas d'en tirer le bilan. Elle a contraint à l'abandon ou arrêt avec reprise du brevet ultérieure (donc non-homologation) de nombreux participants entre le km 400 et le km 500 malgré de nombreux ravitaillements en eau. Température ressentie dans le col de la République, 45°.

Paris-Nice est l'un des brevets 1.000 km des plus difficiles sinon le plus difficile au regard du profil de ce parcours, autant que le 1.200 km Paris Brest Paris aux dires de certains.

Les nombreux témoignages des participants (homologués ou non) et leurs remerciements nous ont fait chaud au cœur. Nous avions tout fait en termes de logistique pour les « chouchouter » pour que ce soit une parfaite réussite, au vu de ces témoignages il semble que ce soit « mission accomplie » et je tiens à remercier tous ceux grâce à qui cela a été possible. Les bénévoles qui ont tant fait tout au long de ce brevet, Alain Challant, Jacques Gardans, Charly

et Monique Hérubel, Jean-Luc Tréberne. Merci à Jean-Michel Vincelot (organisateur) et n°1 de ce brevet, aux capitaines de route et à tous les participants pour la convivialité ressentie grâce à leur



Les "encadrants" : Alain, Jean-Luc, Monique, Charly, Patrick et Jacques

bonne humeur malgré les conditions difficiles de ce brevet. Merci aussi à Jacques Torgue notre « Mr Communication » à l'UAF qui mettait en direct sur notre page Facebook depuis Paris des commentaires et photos que nous lui transmettions et à Jean-Pierre Mary un des participants qui en faisait de même sur son blog <http://lerandonneurvendomois.blogspot.fr/>

Un grand merci enfin aux municipalités de Montgeron et de La Gauce.

Monsieur Géraud Goury, Maire adjoint de Montgeron chargé des sports, toujours présent au départ ou à l'arrivée des brevets organisés par l'UAF à Montgeron, était là cette fois encore. A la Gauce une banderole d'arrivée avait été mise en place et le Maire adjoint chargé des Sports Monsieur Laurent Fugen nous a accueillis.

De l'avis de tous, un formidable brevet (mise à part la canicule) ...  
Patrick AGUETTANT

18



La clôture d'un brevet, comme on sait faire chez les Audax !



