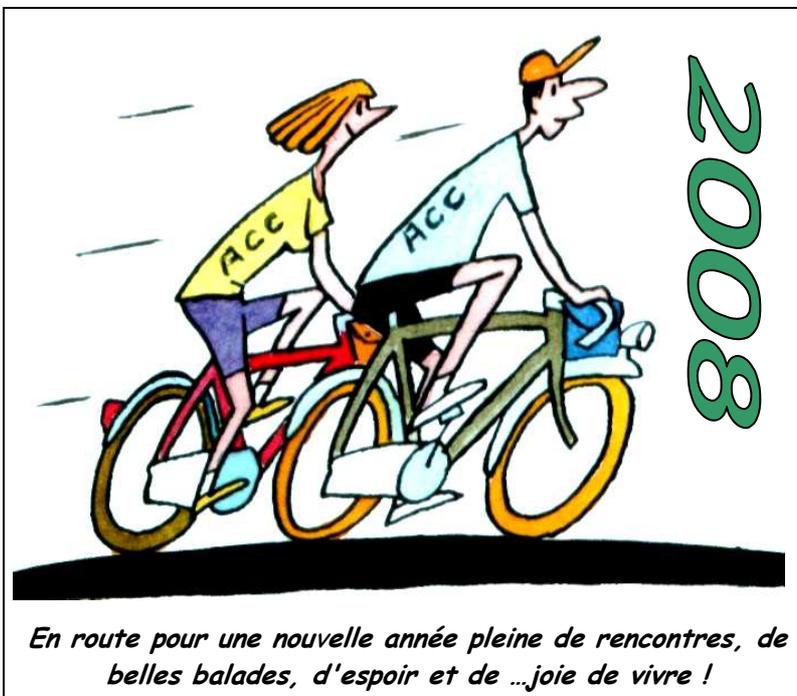




## Dans ce numéro :

- **Journées Brégeron 2008**
  - ▶ En septembre, la Bourgogne... 2
- **Liste des membres actifs** 3-4-5
- **Où irons-nous en 2008 ?**
  - Journées Printemps Grand Ouest 5
  - Séjour Cévennes 5
  - Autres découvertes dans la Drôme 6
  - Journées auvergnates 6
  - Voyage itinérant en Alsace 6
  - Retour dans le Vaucluse 6
  - A pied en Ile de France 6
- **L'A C C en marche**
  - ▶ Balades automnales
    - Sur les routes d'Eure-et-Loir 8
    - Belle journée dans le Pilat 8
    - Autour du Ventoux 8
  - ▶ Message de François 8



## Bonne année !

**A**u seuil de cette nouvelle année, je souhaite, en mon nom et celui de tout le bureau, qu'elle soit bonne et heureuse à tous.

La vie n'est pas un long fleuve tranquille et cette année encore, bon nombre d'entre nous ont eu leur lot de peines. J'espère que l'Amicale a pu leur apporter un peu de soutien et de réconfort et qu'ils débiteront 2008 sous de meilleurs auspices.

La participation des Acécistes à nos nombreuses rencontres est de plus en plus importante. Cela prouve bien que ces journées régionales ou nationales sont attendues et appréciées comme en témoignent également les courriers que nous recevons. Lors de nos randonnées, les nouveaux venus trouvent très vite le groupe leur correspondant, le but étant de se faire plaisir sans faire d'imprudences. Que l'on fasse partie des "contemplatifs", que l'on aime « avaler » plus ou moins de kilomètres ou que l'on marche ou pédale, le principal est de bouger notre corps.

A ce propos, une phrase a attiré mon attention, il y a quelques jours :

**"Ne craignez pas d'être lents, craignez seulement d'être à l'arrêt"**

Elle pourrait très bien devenir une autre devise pour l'ACC. En tout cas, elle peut nous donner à réfléchir.

Le calendrier 2008 est déjà bien rempli et je souhaite vous retrouver nombreux à l'une ou l'autre des rencontres programmées.

Rappelez-vous aussi que toutes les occasions sont bonnes pour témoigner, aider, partager notre expérience et véhiculer notre devise : **Forme et Joie de Vivre.**

Bonnes Fêtes à tous.

Josiane Besset ■

### Amicale des Cyclos Cardiaques

137, avenue Paul Doumer

92500 RUEIL-MALMAISON

☎ 01 47 51 60 43 ou 04 75 76 80 00

E-Mail : contact@cyclocardiaques.org

Josiane Besset : president@cyclocardiaques.org

Pierre Poisson : secretaire@cyclocardiaques.org

### Cœur & Vélo

Responsable : Michel Dautresme

47 avenue de la Baylie 78990 Elancourt

☎ 01 34 82 07 09

E-Mail : coeuretvelo@cyclocardiaques.org

Retrouvez toute l'actualité de l'Amicale, les photos des sorties effectuées,

le programme de celles à venir, des informations, des conseils, le forum, etc sur notre site Internet :



[www.cyclocardiaques.com](http://www.cyclocardiaques.com)

### Appel des cotisations 2008

La cotisation annuelle reste à 13 € pour les membres actifs (membres bienfaiteurs : 16 € sans bulletin, 20 € avec bulletin). A régler sans tarder si ce n'est déjà fait. **Important** : vous avez adhéré ou acquitté votre cotisation depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2007 ? Elle couvre l'année 2008, vous êtes donc à jour et ne devez rien.

## En septembre, la Bourgogne...

**Pierre Lescure, l'animateur des futures Journées Maxime Brégeron nous avait déjà donné une idée de ce qu'elles nous réservent. Il nous livre maintenant un aperçu de ce que nous feront découvrir (ou re-découvrir) les différents circuits.**

**A** vélo ou à pied, la Bourgogne vous offrira la beauté de ses paysages, de son patrimoine, l'excellence de ses vins et la richesse de sa gastronomie.

Alors, pour les 120 participants ( pas un de plus, hélas !), je lève un petit coin du voile en vous invitant à découvrir les circuits concoctés avec minutie de façon à ce que chacun prenne beaucoup de plaisir à la découverte de notre belle région.

Après la joie de retrouver à nouveau notre famille de cœur, et un repos bien mérité afin de récupérer de la fatigue du voyage, dès 9 heures le dimanche matin nous partirons à l'assaut de la cité médiévale de Semur en Auxois et effectuerons ensuite une reconnaissance des villages voisins sur un parcours de mise en train proche de 40 km et accessible à tous.

Le lundi 8, les choses sérieuses vont commencer. C'est en Auxois que nous conduira notre randonnée. Nous rendrons d'abord visite à Vercingétorix à Alise Sainte Reine. Avant de partir nous aurons pris quelques pièces de monnaie pour les jeter plus loin dans la source de la Seine, en prenant soin de faire un vœu comme le veut la tradition. Sur le retour, nous passerons par Flavigny sur Ozerain, petit bourg médiéval fortifié, également célèbre pour ses bonbons à l'anis.

Vézelay fait partie des plus beaux villages de France et, ce mardi 9, nous croiserons sûrement des pèlerins sur le chemin de Saint Jacques de Compostelle. Ce site classé au patrimoine mondial de l'Unesco marquera le point de retour de notre randonnée, par la vallée du Cousin. Sur notre route à travers les forêts du Morvan, à proximité de Quarré les Tombes, nous ferons une petite halte du côté de l'Abbaye de la Pierre Qui Vire, endroit de recueillement empreint d'une ambiance difficile à décrire.

Le mercredi 10, il faudra être prêt plus tôt que d'habitude puisque nous devons tous prendre nos véhicules pour nous rendre à Beaune par l'autoroute, point de départ d'une journée marquée par la traversée de villages rendus très célèbres par

leurs vins prestigieux.

Nous commencerons ce périple en nous rendant au centre de Beaune devant l'Hôtel Dieu. Et nous emprunterons ensuite la Route des Vignes : Pommard, Volnay, Meursault, Puligny-Montrachet... Après un petit détour par l'Abbaye de Cîteaux, nous retrouverons les grands crus à Gevrey-Chambertin. Un petit arrêt devant le château du Clos Vougeot et nous passerons devant la parcelle de 18 050m<sup>2</sup> de la Romanée-Conti avant de traverser Nuits Saint Georges pour découvrir quelque km plus loin le beau village d'Aloxe-Corton et retrouver nos véhicules.

Le jour suivant, après l'hommage rendu la veille à Bacchus, nous irons pédaler du côté des vallées du Serein et de l'Armançon. Pour les inconditionnels des BPF, nous passerons à Montréal et Noyers sur Serein où ils pourront faire tamponner leur carnet. Le grand bol d'air de ce jeudi se mariera à merveille avec la vie culturelle de ces deux vallées.

Un chapelet d'abbayes et des écrins de châteaux viendront ponctuer notre dernière randonnée le vendredi. Nous partirons dans le Montbarinois en passant par l'Abbaye de Fontenay, elle aussi classée au patrimoine mondial de l'Unesco. Lovée au fond d'un vallon forestier, elle semble être oubliée du monde. Ensuite nous prendrons la direction nord vers Nuits-sur-Armançon, également BPF, avec son Château du 16<sup>ème</sup>, après quoi nous regagnerons nos pénates en découvrant au passage les grandes forges de Buffon, ancien haut lieu de la métallurgie.

Bien sûr nos amis randonneurs pédestres, sous la conduite de Chantal et de son ami Emile, ne seront pas oubliés, mais de cela nous reparlerons dans le prochain numéro.

Terre d'abbayes que croise la route des vins, région gastronomique qui offre également à l'amateur d'art ou de châteaux de belles rencontres, la Bourgogne vous attend.

Chers amis n'hésitez plus, notre région vous espère nombreux en septembre pour partager cette semaine avec nous.

**Pierre Lescure** ■



### Bulletin de réservation « Journées Maxime Brégeron » 2008

du 6 septembre au 13 septembre à Semur en Auxois (Côte d'Or)

Nom : ..... Prénom : .....  
Adresse : .....  
C P : ..... Ville : .....  
Tél. : ..... E-mail : ..... N° ACC : .....

Je compte participer aux Journées Maxime Brégeron 2008 à Semur en Auxois.

Je serai présent les journées complètes du : *(cocher les cases correspondant à vos intentions)*

Samedi 6 le soir	Dimanche 7	Lundi 8	Mardi 9	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12	Samedi 13 midi
---------------------	------------	---------	---------	-------------	----------	-------------	-------------------

Je souhaite être hébergé au **Village Vacances** en : chambre seul (e)  chambre à 2 lits

Je me logerai : en camping  à l'hôtel  ou autre moyen  *(cocher la case correspondant à votre choix).*

L'organisation se charge exclusivement des réservations au **Village Vacances**, lequel est vivement conseillé **(coût de la pension complète environ 45 € - tout compris - par jour et par personne)**.

Je serai accompagné de : Nom : ..... Prénom : .....

Bulletin à découper, photocopier ou copier et à retourner dès maintenant à J. BESSET Les Meaux 26400 EURRE  
(☎ 04 75 76 80 00) avec un chèque de 100 € par persome (à l'ordre de l'A C C ) qui sera déduit des frais de séjour

## Liste des membres actifs de l'A C C

Membres actifs au 1<sup>er</sup> décembre 2007 (sous réserve de leur ré-adhésion 2008). Puisse cette liste favoriser contacts et échanges.

- AGUILLAUME Pierre 49, rue de la Maladière 21160 MARSANAY-LA-CÔTE ☎ 03 80 52 19 00
- ALLEXANT Jean 11, rue de la Combe 21200 STE MARIE-LA-BLANCHE ☎ 03 80 26 52 63
- AMBLARD Lucien Quartier Lacoste 07200 SAINT-PRIVAT ☎ 04 75 93 64 27
- AMIEL Jean-Pierre 17, avenue Guiard 93380 PIERREFITTE ☎ 01 48 22 86 63
- ANDRE Maurice 14, rue du Bel-Air 77310 BOISSISE-LE-ROI ☎ 01 60 65 72 38 ou 06 83 67 01 08
- ANTONIEWSKI Jacques 47, rue du Petit-Parc 78120 RAMBOUILLET ☎ 01 30 41 13 16
- AURENCHE Jean R N 304 ST JULIEN EN ST ALBAN 07000 PRIVAS ☎ 04 75 65 71 11
- BARBIER Claude 4, rue du Bon Puits 91320 WISSOUS ☎ 01 60 11 61 81
- BARETH Jean-Pierre 8, avenue de Mortemai 78650 BEYNES ☎ 01 34 89 32 47
- BARROIS Henri 9, rue du Merlan 51490 BETHENVILLE ☎ 03 26 03 75 19
- BAYLE Georges 37, rue J. d'Arbaud lot. Le Clairiant 84260 SARRIANS ☎ 04 90 65 52 79
- BAYOL Roger 87, allée des Acacias 83260 LA CRAU ☎ 04 94 66 75 53
- BELLAN Pierre Villa « Santu l'Anu » 20129 BASTELICACCIA ☎ 04 95 20 00 25
- BELLEC Michel 32, route de Plescop 56890 MEUCON ☎ 02 97 60 77 95
- BENDJUIA Marthe 3, avenue de Taillebourg 75011 PARIS ☎ 01 43 56 20 41
- BERJOT Alain 2 bis, Grande Rue 10150 CULOISON SAINTE-MAURE ☎ 03 25 8134 02
- BERNARD Marcel Chemin de la Croix du Poirier Cornillon 42240 ST PAUL EN CORNILLON ☎ 04 77 35 76 54
- BERTAUDIÈRE Lilian Place Mascharo 20117 CAURO ☎ 04 95 28 40 25
- BERTRAND Georges 213, Chemin de Vernes 38250 LANS EN VERCORS ☎ 04 76 95 44 80
- BESNARD Jean-Claude 63, Boulevard de Strasbourg 35000 RENNES ☎ 02 99 36 82 99
- BESSET Josiane « Les Meaux » 26400 EURRE ☎ 04 75 76 80 00
- BEUNIER Jean-Pierre 4, place Porto Riche 33000 BORDEAUX ☎ 06 08 24 36 48
- BIDEAU Pierre 2, Place des Fauvettes 29720 PLONEOUR-LANVERN ☎ 02 98 87 64 04
- BIEULES Louis 7, rue Jules Ferry 66410 VILLELONGUE DE LA SALANQUE ☎ 04 68 73 31 75
- BLU Geneviève 17, Route de Château-Gontier 53400 CRAON ☎ 02 43 06 26 44
- BOISSIER Pierre 18, rue Anatole France 92290 CHATENAY-MALABRY ☎ 06 74 03 44 68
- BOISTEAU Marcel 8, rue Jean Moulin 44980 STE LUCE SUR LOIRE ☎ 02 40 25 61 89
- BONNET Bernard Route du Moulin 83790 PIGNAN ☎ 04 94 33 28 54
- BOUDET Philippe 17, rue du Moulin de Pierre 95220 HERBLAY ☎ 01 39 31 47 08
- BOULNOIS Marie-Thérèse 7, Cité Emile Verroye 59250 HALLUIN ☎ 03 20 23 97 21
- BOURGEOIS René 22, rue de la Louvière 78120 RAMBOUILLET ☎ 01 30 41 05 56
- BOUSQUET Robert 15, rue des Camélias 81600 GAILLAC ☎ 05 63 57 08 03
- BRAURE Antoine 3, Petit Chemin de Lecelles 59158 MAULDE ☎ 06 10 60 77 44
- BRIERE Michel 27, Route du Mesnil 61100 LA LANDE PATRY ☎ 02 33 65 62 50
- BRU Claude 8, rue Henri Martin 46100 FIGEAC ☎ 05 65 34 25 95
- BRUNEAU François 20, rue Eugène Varlin 75010 PARIS ☎ 01 46 07 91 32
- BRUNON Daniel 19bis, rue du Stade 43240 ST JUST MALMONT ☎ 04 77 35 63 92
- BRUSSON Jean-Marc 9, rue des Francs Bourgeois 35000 RENNES ☎ 02 99 38 28 55
- BUJON Marc 1, allée des Roses 78114 MAGNY LES HAMEAUX ☎ 01 30 52 33 82
- CABARET Henri 30, Chemin des Pins 30500 ST VICTOR DE MALCAP ☎
- CADIEU Philippe 6, rue Pierre Roussard 35230 NOYAL-CHATILLON S/ SEICHE ☎ 02 99 52 37 78
- CALLEDE Jean-Paul 19, rue Emile Marty 81800 RABASTENS ☎ 05 63 40 65 69
- CARON Gérard 18, rue de Schwertes 62400 BETHUNE ☎ 03 21 01 31 08
- CASSOU Claude 32, rue des Forges 21000 DIJON ☎ 03 80 30 88 24
- CHAMPROND Françoise 119, rue Franz Litz Montjay 73000 CHAMBERY
- CHAUVOT Robert 41, avenue Paul Delorme 69580 SATHONAY CAMP ☎ 04 78 23 45 63
- CHEVALEYRE André 8, rue du Chicot 63600 AMBERT ☎ 04 73 82 12 32
- COÏC Laurent 19, avenue de Langeais 44800 SAINT HERBLAIN ☎ 02 40 40 01 94
- COLOMBAT Jacques 127, route d'Antibes 06560 VALBONNE ☎ 04 93 12 24 51
- COQUARD Paul Montfollet 42570 SAINT HEAND ☎ 04 77 30 93 63
- COQUEBIN Jean-Claude 15, rue des Saules 94410 SAINT MAURICE ☎ 01 43 53 24 27
- CORNUMENT Jacques Le Bois des Land II 18, avenue St Lazare 26200 MONTELMAR ☎ 04 75 53 76 24 ou 06 30 06 51 32
- CORRE Joseph 69, rue Le Gonidec 29860 PLOUVIEN ☎ 02 98 40 01 19
- CORTINOVIS Joseph 659, En Boisset 01430 MAILLAT ☎ 04 74 75 72 74
- COSTA Bruno Moulin de Latouille 46400 LATOUILLE LENTILLAC ☎ 05 65 38 04 85
- COUDREAU Paul 25, rue Lantara 91490 MILLY LA FORÊT ☎ 01 64 98 77 11
- COULIN Michel 18, Grande Rue 80600 MEZEROLLES ☎ 03 22 32 69 85
- CROC Marcel 135 Bd Jacques Cartier 35000 RENNES ☎ 02 99 26 35 69
- CURTILLET Henri 42, Montée du Petit Versailles 69300 CALUIRE ☎ 04 78 08 50 77
- DA SILVA Jean-Baptiste rue Auguste Chenu 26400 AOUSTE SUR SYE ☎ 04 75 40 63 48
- DAUTRESME Michel 47, avenue de la Baylie 78990 ELANCOURT ☎ 01 34 82 07 09
- DECRAND Bernard 14, rue de Turckheim 06400 CANNES ☎ 04 93 38 02 48
- DEDIEU André Chemin de la Hount-Barade 31800 SAINT-GAUDENS ☎ 05 61 79 85 50
- DELOCHE Jean-François 392, Av. Victor Hugo Résidence Antares 26000 VALENCE ☎ 06 76 83 24 94
- DELRUE Jean "l'Oliveraie" 499, chemin des Courcettes 06220 GOLFE-JUAN ☎ 04 93 63 74 57
- DISTRIBUE Roger 11, rue de Verdun 85800 ST GILLES CROIX DE VIE ☎ 02 51 54 14 19
- DOBISE Marc 15, rue Albert Fririo 92220 BAGNEUX ☎ 01 47 35 20 52
- DOZIERE Pierre résidence Richelieu 293, quai Devigne 59500 DOUAI ☎ 03 27 97 72 48
- DREYFUS Michel 14, avenue Charles de Gaulle 78650 BEYNES ☎ 01 34 89 20 51
- DUC Jacky 184, route de la Frasse 74400 CHAMONIX ☎ 04 50 53 32 17
- DUGELAY Alain 16, rue Stéphane Dalud 69170 TARARE ☎ 04 74 05 25 16
- DURAND Robert 368 Chemin de Patin 84810 AUBIGNAN ☎ 04 90 12 59 22
- DURTETTE Daniel 4, rue Chapotel 02870 CERNY LES BUCY ☎ 03 23 79 33 69
- ESCARAVAGE Robert 14, rue Ingres 81600 GAILLAC ☎ 05 63 67 20 73
- FAUCHEUX Joseph L'Ourmais 35410 NOUVOITOU ☎ 02 99 37 80 76



## Liste des membres actifs de l'A C C (suite)

- FAYARD Jean-Louis Route de la Gare 26400 ALLEX ☎ 04 75 62 62 36
- FENYO Jean-Claude 5, rue de la Source enragée 76960 NOTRE-DAME DE BONDEVILLE ☎ 02 35 75 53 06
- FERRER François 1<sup>er</sup> étage Résidence Mirabeau 2, avenue Joffre 65100 LOURDES ☎ 06 75 88 77 98
- FINDELI Fernand 7, rue d'Erstein 67230 BENFELD ☎ 03 88 74 57 80
- FREULARD Francis 20, avenue Pasteur 76330 NOTRE-DAME DE GRAVENCHON ☎ 02 35 38 66 75
- GABERT Roland 4, chemin des Passadoires 84420 PIOLENC ☎ 04 90 29 62 10
- GADY Yves Rue des Petits Champs 16400 VOEUIL ET GIGET ☎ 05 45 65 47 74
- GARNIER Jean-Claude 346, rue de Ruaudin 72100 LE MANS ☎ 02 43 84 06 43
- GAU Jacques 30, rue Amiral de Loria 34350 VALRAS-PLAGE ☎ 04 67 37 09 45
- GAUDRY Jean-Patrice Rés. Thétis Av. Port Roussillon 66140 CANET EN ROUSSILLON ☎ 04 68 73 03 27
- GAUTHIER Jean-Claude 2bis, rue du Pont St Martin 63260 EFFIAT ☎ 04 73 63 69 22
- GELIN Jean 9, place des Moissons 77380 COMBS-LA-VILLE ☎ 01 60 60 43 76
- GERARD Gilbert 10, rue des Martyrs 07250 LE POUZIN ☎ 04 75 63 81 56
- GIBERT Alain 8, rue des Alisiers Lot. les Sycomores 38280 VILLETTE D'ANTHON ☎ 04 78 31 16 49
- GIBOUT Guy 15, avenue du Président Wilson Bt5 Log.130 94340 JOINVILLE LE PONT ☎ 01 78 54 21 71
- GILLODES Alain 10, impasse Joseph Delteil 31600 MURET ☎ 05 61 56 74 35
- GLATARD Michel 28, avenue Maréchal de Saxe 69006 LYON ☎ 04 78 52 52 48
- GRANDIN Régine 20, rue du Bocage 50530 SARTILLY ☎ 02 33 60 64 67
- GRANGE Henri 10, lotissement de Beauregard 07100 ANNONAY ☎ 04 75 33 15 58
- GRANSART Daniel 13, route de Bellevillotte Bourdenay 10290 VAL D'ORVIN ☎ 03 25 24 47 20
- GUEGAN Yves 84, avenue de la République 44600 SAINT-NAZAIRE ☎ 02 40 66 68 21
- GUERIN Jean 36, Quai Magellan 44000 NANTES ☎ 02 40 47 08 72
- GUERIN Jean-Louis Porte de Lyon 38160 ST ANTOINE L'ABBAYE ☎ 04 76 36 44 39
- GUILLAUME Eric rue Voltaire Lot.6 La Traverse 13140 MIRAMAS ☎ 04 90 50 09 01
- HABLAINVILLE Gilbert 5, rue Jean Moulin 92240 MALAKOFF ☎ 01 46 56 79 53
- HAGNEAUX André 26, rue du Bérou 27220 PREY ☎ 02 32 37 96 05
- HAINAUT Daniel 5, rue Saint Albin 59500 DOUAI ☎ 03 27 87 62 06
- HELLE Michel 2, rue Roquette 84000 AVIGNON ☎ 04 90 82 50 63
- ISERABLE Noël lot. Grand Pré 38160 SAINT-ROMANS ☎ 04 76 38 31 33
- JARNO Raymond 14, rue des Noës 44980 STE LUCE SUR LOIRE ☎ 02 40 25 94 99
- JEAN-JOSEPH Alain 42bis, rue de la République 94470 BOISSY SAINT LEGER ☎ 01 45 69 00 51
- JEREMIASCH Dylan Le Petit Bois 26300 BESAYES ☎ 04 75 47 49 08
- JOUBERT Christian 12, avenue Emile Chabrier 11000 CARCASSONNE ☎ 04 68 25 27 52
- JOULIA Jacques 29, rue Saint Pré 78730 SAINTE MESME ☎ 06 60 46 56 43
- JOURDAIN Robert 34, rue Ambroise Paré 29900 CONCARNEAU ☎ 02 98 50 63 84
- KOWALCZYK Stanis 10, allée Barère de Vieuzac 13500 MARTIGUES ☎ 04 42 42 12 31
- KUBLER André 43, route du Rinting 57830 BEBING ☎ 03 87 25 01 31
- KUHNMÜNCH Maurice 5, rue Lamartine 95630 MERIEL ☎ 01 30 36 95 27
- LABBE Francis 7, rue de Fresne 28630 BARJOUVILLE ☎ 02 37 28 75 02
- LAFFONT Henri 14, avenue Pierre Curie 11000 CARCASSONNE ☎ 04 68 71 06 90
- LAMOULLER Dominique 8, rue Gambetta 95300 PONTOISE ☎ 01 30 75 25 67
- LE BEHEREC Ferdinand 2, rue du Général Dusollier 51260 LA CELLE SOUS CHANTEMERLE ☎ 03 26 80 27 48
- LE CALVEZ Yannick 35, allée de la Houssaye 44600 SAINT NAZAIRE ☎ 02 40 66 55 26
- LE DCEUF Pierre lot. St Marc 29910 TREGUNC ☎ 02 98 97 66 98
- LE MENE Louis 20, rue Toulouse-Lautrec 44600 SAINT-NAZAIRE ☎ 02 40 66 19 36
- LE MINOUS Claude 69, rue Mansart 22000 SAINT BRIEUC ☎ 02 96 94 44 03
- LE MORVAN Jean-François 4, rue Honoré de Balzac 95270 LUZARCHES ☎ 01 30 35 02 76
- LE MOULEC Rémi chemin des Centimes 26000 CREST ☎ 04 75 40 65 26
- LEBEAU Jean 20/c 105, boulevard du Port 80000 AMIENS ☎ 03 60 10 14 57
- LEBRETON Michel 107, rue Pierre François 76120 LE GRAND QUEVILLY ☎ 02 35 68 15 30
- LEGENDRE Daniel « La Caprière B » 641, avenue de Siblas 83000 TOULON ☎ 04 94 91 51 66
- LEGRAND Paul 18, rue Mozart 35170 BRUZ ☎ 02 99 52 90 19
- LEMELLE Bruno 2, Les Ecouloirs Rote des Andelys 27700 FRESNE L'ARCHEVÊQUE ☎ 02 32 69 46 20
- LENABLE Jean 21, rue Jules Lopard 77450 ESBLY ☎ 01 60 04 26 95
- LESCURE Pierre 6, rue des Jacobins 21490 NORGES LA VILLE ☎ 09 54 58 02 85
- LEVEQUE Jean-Marc 112, rue de la Paix 78500 SARTROUVILLE ☎ 01 61 04 02 54
- LONGUEVILLE Jean 14, rue Centrale Résidence Saint Exupéry 69290 CRAPONNE ☎ 04 78 48 13 57
- LONGY Georges 10, rue Jean de la Fontaine 87220 FEYTIAT ☎ 05 55 48 33 38
- LOTOVIC Jean-Daniel rue des Prés Les Godets Bat. A 91120 PALAISEAU ☎ 01 60 10 39 06
- LOUINEAU Yves 23, rue des Frères Poels 1325 DION-VALMONT (Belgique) ☎ 003210846383
- LOUX Jean 1, rue des Muguets 26200 MONTELIMAR ☎ 04 75 51 35 28
- LUGUEL Paul 3, rue Michel-Ange 94370 SUCY EN BRIE ☎ 01 45 90 38 87
- MALNOË Emile « Les Allobroges » 96, boulevard des Allobroges 83100 TOULON ☎ 04 94 03 22 91
- MANGUY Bruno 28, rue Crucy 44000 NANTES ☎ 02 40 89 72 14
- MARAZANO Jacques 148, Grande Rue Sinancourt 60390 AUNEUIL
- MARTIN André 84, rue Sadi Carnot 27200 VERNON ☎ 02 32 21 29 89
- MARTZOLF Jean-Pierre Le Bochet 01500 BETTANT ☎ 04 74 34 67 64
- MATHIEU François Domaine de Calas 10, rue Watteau 13480 CABRIES ☎ 04 42 69 20 84
- MENEZ Georges 25, chemin de Saint-Just 38200 VIENNE ☎ 04 74 85 75 43
- MEVEL Jean 18, route de Kermat 29400 GUIMILIAU ☎ 02 98 68 76 16
- MICHELON Roger 5, rue du Dr Morizot 13310 ST MARTIN DE CRAU ☎ 04 90 47 30 05
- MORAND Raymonde 8, rue Pierre Amelot 03300 CREUZIER LE VIEUX ☎ 04 70 31 13 17
- MOREIRA Pierre 3, rue Mignard 10100 ROMILLY SUR SEINE ☎ 03 25 24 81 18
- MORIN Roland 48, rue de Clérac SILLAC 16000 ANGOULEME ☎ 05 45 61 22 96
- NICOTERA Franco Francescos 3, rue René Thomas 38130 ECHIROLLES
- NIEDERGANG Denis 22, rue Jean-Jacques Kieffer 57200 SARREGUEMINES ☎ 03 87 98 09 38
- ORHANT Jean-Claude 22, rue du Landrel 35135 CHANTEPIE ☎ 02 99 41 50 43
- PARASCANDOLA Jacques 25, rue Challemeil Lacour 69007 LYON ☎ 04 78 58 12 96



## TABLEAU DE CORRESPONDANCE DES TAILLES

TAILLES	0	1	2	3	4	4+	5	6	7	8
TOUR DE POITRINE	82/88	84/92	90/94	94/100	94/100	94/100	100/108	100/108	108/112	112/118
STATURE	1m54 1m60	1m60 1m68	1m68 1m73	1m72 1m76	1m75 1m80	1m85 1m90	1m72 1m76	1m75 1m80	1m75 1m80	1m78 1m84

Le prix de base est de : **49 €** livré chez le cyclo pour un **maillot manche courte fermeture intégrale**

Les maillots manches courtes sont réalisés en **"CONFORTO"** idéal pour la chaleur d'été

Les maillots manches longues entièrement en **"QUADRO"** tissu beaucoup plus épais idéal pour le printemps

Il peut y avoir une légère variation dans le ton des couleurs lors de leur réalisation mais cela sera très peu différent des modèles présentés sur le bon de commande. Les fermetures intégrales sont séparables sur toute leur longueur comme les blousons.

### **TARIF des différents maillots ou coupe-vent envoyés à domicile**

Désignation	Fermeture intégrale
€	
Maillot <b>manches courtes</b> ----- >	49,00
Maillot <b>manches longues</b> <u>que sur commande</u> - - - >	52,00
Coupe vent <b>GAMEX</b> <u>que sur commande</u> - - - >	45,00
Blouson <b>POLAIRE</b> doublé gamex épaules et devant de manches <u>que sur commande</u> - - - >	81,50
Blouson <b>"WINDTEX"</b> , complexe chaud, coupe vent, imperméable <u>que sur commande</u> - - - >	81,50



**BON DE COMMANDE** à envoyer à Josiane BESSET les Meaux 26400 **EURRE**  
**Tel** 04 75 76 80 00 **Courriel** : tresorier@cyclocardiaques.org

NOM :  Prénom :

Adresse précise :

Code Postale :  VILLE :  TEL :

Désignation Précise	Manches	Fermeture	Taille	Quantité	Prix Un	Prix Tot

Les commandes seront enregistrées jusqu'au **30 janvier 2008**. Profitez des divers équipements proposés car les stocks seront composés uniquement de maillots classiques de taille courante *manches courtes fermeture intégrale*.

**Paiement à la commande.** Ci joint un chèque de :  € à l'ordre de l'ACC



*"CONFORTO", "QUADRO", "GAMEX" & "WINDTEX" sont des marques de fibres, de tissus ou des modes de fabrication déposés.*

## Liste des membres actifs de l'A C C (suite)

- PASSERON René 89, rue de la Forêt 26000 VALENCE ☎ 04 75 42 11 78
- PAUCHET Jacques 30, avenue du Champ de Mars 17000 LA ROCHELLE ☎ 05 46 41 00 42
- PAVIA François 8, rue des Clématites 44300 NANTES ☎ 02 40 93 97 83
- PELLERIN Claude 10bis, rue de la Croix Biné 44230 ST SEBASTIEN SUR LOIRE ☎ 02 40 34 08 45
- PELLEGRINELLI Guy 14, Quartier des Amphores 01580 IZERNORE ☎ 04 74 76 96 03
- PERRON Marcel Kérizout 22300 PLOUMILLIAU ☎ 02 96 35 40 75
- PFEIFFER André "Les Crunes" 24230 NASTRINGUES ☎ 05 53 74 00 71
- PINSON Max allée des Peupliers 68280 ANDOLSHEIM ☎ 03 89 71 54 74
- POIFOL Robert 4, rue Max Blondat 89000 AUXERRE ☎ 03 86 40 61 94
- POISSON Pierre 137, avenue Paul Doumer 92500 RUEIL-MALMAISON ☎ 01 47 51 60 43
- PRAT Michel 75, chemin du Prieuré 38560 JARRIE ☎ 04 76 68 85 30
- QUOILIN André 1, rue de l'Emulation 04120 NEUPE ☎ 003243713195
- QUILLET Claude 30/3, rue Velpeau 92160 ANTONY ☎ 01 46 68 27 24
- RANDEZ Claude 10, rue des Saules 21310 MIREBEAU SUR BEZE ☎ 03 80 36 74 67
- RAYNAL Maurice 25, place des Bruyères 78260 ACHÈRES ☎ 01 39 11 13 57
- RENARD Robert 30, rue Aristide Briand 78540 VERNOUILLET ☎ 01 39 71 12 41
- RENUY Guy 165, chemin du Caragon 30560 ST HILAIRE DE BRETHMAS ☎ 04 66 56 85 15
- RIBAUT Francis 9, rue de Gaël 35290 ST MEEN LE GRAND ☎ 02 99 09 66 04
- RIEME Jacques Villa Hugo 262, Boulevard des Combes 04100 MANOSQUE ☎ 04 92 72 81 11
- RIFFARD Yves Masse Panier 26400 CREST ☎ 04 75 25 35 07
- RIGAUDEAU Gérard "Maubusson" 35150 BRIE ☎ 02 99 47 31 42
- RISCHMANN Alain 147, route de Paris 69260 CHARBONNIERES LES BAINS ☎ 04 78 34 30 19
- ROLLAND Joël 7, chemin du Donjon 26400 CREST ☎ 04 75 40 64 14
- ROUANNE Pierre 23 lot. les Chênes Blancs 34190 MOULES ET BAUCELS ☎ 04 67 73 58 80
- ROUSSEAU Christian 20, rue Saint Christophe 76410 FRENEUSE ☎ 02 35 78 98 70
- SAINT-FAUST Christian 18, rue Olier 75015 PARIS ☎ 01 45 32 26 65
- SEPTEMBER Bernard 128, chemin Mary 83500 LA SEYNE SUR MER ☎ 04 94 06 60 54
- SEVEYRAT Jean Fallamieux 38480 PRESSINS ☎ 04 76 32 84 66
- SICARD Georges 8, rue Léon Blum 63510 MALINTRAT ☎ 04 73 61 06 39
- SIMONNOU Pascal 9, route de Quimper Le Bourg 29170 PLEUVEN ☎ 02 96 51 72 30
- SOEHNLEN Joseph 5a, rue du Rossignol 68170 RIXHEIM ☎ 03 89 63 70 16
- SORT Jean-Paul 1, rue de Kerdogan 56890 SAINT AVE ☎ 02 97 54 23 03
- SOUZY Daniel 3, chemin du Barthélémy 69260 CHARBONNIERES LES BAINS ☎ 04 78 30 73 83
- STRICHER Pascal 27, rue de Belgique 57445 REDING ☎ 03 87 03 12 61
- TAILLADE Bernard 6, rue des Acacias 63510 MALINTRAT ☎ 04 73 61 01 92
- TARNAUD Claude 2, rue Ste Reine 10800 ISLE-AUMONT ☎ 03 25 41 90 95
- THERY-BERGOT Michel Résidence des Cardinaux Bât. A Appt 12 16, Place Richelieu 37400 AMBOISE ☎ 02 47 23 09 71
- THIRION Jean 2, impasse Tal An Ilis 22300 LANNION ☎ 02 96 48 98 49
- TROTTIER Didier 532, route des Chapelles 74410 SAINT JORIOZ ☎ 04 50 68 90 13
- VERNETTE Gérard chemin du Défens 1 83340 FLASSANS SUR ISSOLE ☎ 04 94 59 69 06
- VIEUBLED Dominique 511, rue de la Mairie 27380 AMFREVILLE-LES-CHAMPS ☎ 02 32 49 07 99
- VIVES Roger 39, rue La Fontaine 75016 PARIS ☎ 01 42 88 24 30
- WILMES Jean-Louis 25, avenue Victor Hugo 77380 COMBS LA VILLE ☎ 01 60 60 31 91

### Membre bienfaiteur associé

- BESSET Roger « Les Meaux » 26400 EURRE ☎ 04 75 76 80 00

## Où irons-nous en 2008 ?

**Pour retrouver ou conserver forme et joie de vivre rien de mieux qu'une rencontre ACC. Parmi celles que voici, il s'en trouve forcément qui devraient vous intéresser. Mais attention, il se peut que "les places soient chères". Aussi est-il recommandé de s'inscrire sans attendre (si ce n'est déjà fait).**

### **12 au 16 mai : Journées de Printemps du Grand-Ouest**

On sait que les "Journées de Printemps" 2008 se déroulent cette année à Amboise (Indre et Loir). Nous vous les avons présentées dans notre dernier numéro, aussi nous n'y reviendrons pas. Signalons seulement qu'en ce qui concerne l'hébergement il ne reste d'ores et déjà plus de places au VVF. **Seules peuvent donc encore s'inscrire les personnes ayant la possibilité de dormir à l'extérieur** (terrain de camping, hôtel, etc..).

**Contact : Claude Pellerin 10bis rue de la Croix Bine 44230 St Sébastien sur Loire Tél.: 02 40 34 08 45 ■**

### **23 au 25 mai : Séjour en Cévennes**

**Le second "Séjour en Cévennes" se fera comme l'an dernier au Mas d'Alzon à Saint-Jean du Pin à 5 km d'Alés la capitale des Cévennes du vendredi 23 après-midi au dimanche 25 Mai 2008 après le déjeuner.**

**Attention : nombre limité à 20 personnes.** Coût du séjour :100 euros par personne tout compris. **Inscriptions par téléphone ou par courrier auprès de Guy Renuy 165 chemin de Caragon 30560 Saint-Hilaire de Brethmas tél. 04 66 56 85 15 - portable 06.76.15.97.89 avant le 15 Janvier 2008.** Dans la 2° quinzaine de Janvier les 20 premiers inscrits recevront un bulletin d'inscription avec demande d'acompte à renvoyer à Guy pour le 31 janvier afin de réserver définitivement le gîte. Ce bulletin sera accompagné du programme complet du séjour. ►►

**Si vous n'avez pas déjà acquitté votre cotisation 2008 (voir p.1), adressez votre règlement à Josiane Besset "Les Meaux" 26400 Eure (chèque libellé à l'ordre de l'A.C.C.). Merci.**

## Où irons-nous en 2008 ? (suite)

### 5 au 10 juin : d'autres découvertes dans la Drôme

La Drôme est toujours aussi belle...même s'il y pleut un peu. En 2008, nos journées se tiendront du 5 au 10 juin. Comme l'an passé il y aura un programme proposé aux cyclos et un proposé aux marcheurs et accompagnateurs. Le dimanche est toujours réservé à la Randonnée de la Roanne et accueillera les participants d'un jour. Il est prudent de s'inscrire le plus tôt possible. Les places en chalet étant limitées. ■



#### Bulletin d'inscription aux Journées drômoises 2008 ( du jeudi 5 juin au mardi 10 juin)

Nom.....Prénom.....

Adresse.....Ville.....

Tel : ..... e-mail : .....

Je compte participer  Je serai accompagné de.....

Je souhaite être hébergé en chalet (2 couples par chalet).

Dans mon camping-car ou ma caravane

**Bulletin à découper, photocopier ou copier et à retourner accompagné d'un chèque de 50€ par personne libellé à :  
Josiane BESSET "les Meaux" 26400 EURRE Tel : 04 75 76 80 00 courriel : joro.besset@wanadoo.fr**

### 16 au 20 juin : les 5 èmes journées Auvergnates

Réservez votre troisième semaine de juin 2008 aux grands espaces et à la bonne chère. Cette année, trois jours de dépaysement au programme. Des parcours choisis pour leurs intérêts paysagers et culinaires avec des profils vallonnés mais accessibles à tous.

Séjour au « Gîte des 4 Vents » à 63120 Aubusson d'Auvergne. ( tél : 04 73 53 20 85 ) Les trois déjeuners seront pris dans trois restaurants locaux sélectionnés pour leurs rapports qualité – prix particulièrement séduisants.

Accueil le lundi 16 juin après midi. Fin du séjour le vendredi 20 après le petit déjeuner.

**Possibilité de raccourcir ou de prolonger le séjour.**



#### Bulletin de réservation aux Journées Auvergnates du 16 au 20 juin 2008

Nom.....Prénom.....

Adresse.....Ville.....

Tel : ..... e-mail : .....

N° licence FFCT : ..... de carte ACC : .....

Nombre de personnes

Je compte arriver aux "4 Vents" le.....vers..... heures et en repartir le.....vers .....heures

**Bulletin à découper, photocopier ou copier et à retourner à :  
Bernard TAILLADE 6 rue des Acacias 63510 MALINTRAT Tél. : 04 73 61 01 92 ou 06 71 82 37 98  
Courriel : bernard.taillade@wanadoo.fr**

### 1<sup>er</sup> au 6 juillet voyage itinérant en Alsace

Un voyage itinérant de six jours, du 1<sup>er</sup> juillet au 6 juillet 2008, est envisagé en Alsace avec pour but de faire découvrir (ou re-découvrir) cette belle région: Strasbourg, la Route des Vins, les villages fleuris, la gastronomie, etc..

Les effectifs étant limités, pour tous renseignements et inscriptions prendre contact très rapidement avec :  
**Claude Pellerin 10bis rue de la Croix Bine 44230 St Sébastien sur Loire Tél. : 02 40 34 08 45** ■

#### A noter également :

#### 2 au 7 octobre : retour dans le Vaucluse

Ce sera la 3<sup>e</sup> édition de ces superbes balades dans le Vaucluse avec, au programme, de nouveaux parcours à partir de Bédoin, au pied du Mont Ventoux (que certains pourront grimper si ça leur dit).

Nous en reparlerons.



**Le samedi 16 février 2008, aux Amicalistes d'Ile de France et des environs Robert Renard propose une "marche-promenade" de + ou - 13 km en forêt de St Germain. Thème : "Le sentier des Oratoires". Déjeuner dans un restaurant situé Etoile des six chiens aux Loges. Rendez-vous à 9h30 parking de la piscine, proche de la gare RER, à St Germain. Qu'on se le dise !**

**Nous avons appris que notre ami Alain Rischmann a été victime d'un AVC. Aux dernières nouvelles, il se rétablit lentement, peut manger seul avec sa main gauche et communique à nouveau. La ré-éducation sera longue mais il se bat. Tous nos vœux l'accompagnent, ainsi que son épouse Odile, dans ce difficile combat.**

## Balades automnales

**Les Journées nationales de début septembre ne marquent pas la fin de la saison cyclo à l'ACC. Des rencontres ont eu lieu depuis. Comme celles qui vous sont ci-dessous contées.**

### Ile de France : sur les routes d'Eure et Loir

Ce samedi 29 septembre 2007 Maurice (Kuhnmünch) avait convié les cyclos de l'ACC, et tout particulièrement ceux de l'Ile de France, à venir découvrir le département de l'Eure et Loir dans sa partie jouxtant les Yvelines.

Le rendez-vous avait été donné à Gazeran, charmante petite bourgade située à 5 km de Rambouillet.

Parmi les 17 participants on note la présence de Michel et Yolande venus de Rouen. Bravo à tous les deux. Jacqueline, l'épouse de Maurice, avec toute la gentillesse que nous lui connaissons, nous servit avant le départ, thé, café et autres pâtisseries, fort appréciés de tous.

Nous quittons Gazeran par un temps mitigé mais qui s'éclaircit très rapidement. Après quelques km, nous longeons la réserve zoologique de Sauvage, située sur la commune d'Emancé. Dans ce parc de 36 ha la quasi-totalité des animaux évoluent en toute liberté. Parmi ceux-ci, pas moins de 180 kangourous. Un petit coin de paradis à voir sans faute. Mais pour nous, cyclos de l'ACC, notre bonheur, à ce moment précis, est plus dans « le coup de pédale » que dans la flânerie le long des sentiers du parc, si magnifique soit-il.

La suite de notre randonnée nous conduit vers Esclimont où nous côtoyons l'ancienne résidence de la famille La Rochefoucault, superbe château du XVI<sup>e</sup> siècle situé dans un parc classé de 60 ha et transformé aujourd'hui en hôtel-restaurant.

A quelques km de là, Gallardon s'annonce d'assez loin par la ruine imposante de son donjon du XII<sup>e</sup> siècle qui constituait un des éléments de l'enceinte fortifiée de l'époque.

Nous empruntons une petite route balayée par un vent de face peu agréable, très caractéristique de la Beauce, et nous voici dans la vallée de l'Eure, verdoyante et lieu de prédilection de nombreux cyclos de la région. A l'entrée de Maintenon nous passons sous l'une des arches de l'aqueduc prévu à l'origine pour alimenter les fontaines du château de Versailles. Cet ouvrage gigantesque, voulu par Louis XIV, ne fut jamais achevé. Sur les trois rangées d'arcades prévues, une seule fut réalisée, composée de 47 arcades sur 975 m. Le château de Maintenon aurait mérité une petite visite mais notre bonheur à cette heure là n'est pas dans la visite, ni même dans le « coup de pédale » mais bien plutôt dans « le coup de fourchette ». C'est ainsi qu'on se retrouva au « Bistrot d'Adeline » où nous attendait un couple de restaurateurs charmants.

Ce 29 septembre était le jour de la saint Michel et nous en avions deux dans le groupe. Pour marquer l'évènement ils offrirent l'apéritif. Une sympathique attention appréciée de tous.

L'après-midi notre randonnée emprunta de jolies routes traversant les communes de Villiers le Morhier, de Saint Martin de Nigelles, de Saint Lucien, de Mittainville et les Chaises. C'est à partir de là que les dix derniers kilomètres furent effectués en forêt de Rambouillet en passant par la charmante commune de Poigny la Forêt.

On en profitera pour noter que Maurice a déjà fixé les dates des deux sorties d'Ile de France programmées en 2008 : le samedi 19 avril et le samedi 27 septembre.

Francis Labbé ■

### Rhône-Alpes : une bien belle journée dans le parc du Pilat

Ce dimanche matin automnal (nous sommes le 30 septembre) voit arriver dans le charmant petit village de Longes (69) une petite cohorte de cyclos vêtus de jaune et bleu pour la plupart. Salutations et embrassades, manifestement ces gens là sont contents de se retrouver. Il y a Josiane et Roger Besset, Odile et Georges Menez, Paulette et Bernard Taillade, Jean Pierre Martzolf et celui par qui le plaisir de se retrouver arrive, Daniel Sousy.

Les congratulations et la collation terminée il faut y aller, les vélos sont prêts et les cyclistes aussi.

Une descente, un peu fraîche en ce début de matinée, nous mène facilement à Rive de Giers. Cité industrielle aux grandes cheminées que nous contournerons sans vraiment y entrer.

Commence alors la montée vers le col de Pavezin où une concentration nationale en souvenir de Vélocio\* est organisée par le comité de la Loire (il s'agissait de commémorer la dernière ascension du maître peu de temps avant sa mort en 1929 NDLR).

La route bien ensoleillée et peu pentue nous fait entrer dans le parc régional du Pilat. Un lac artificiel à notre droite fait le bonheur de quelques pêcheurs. Une dizaine de km plus loin

nous arrivons à Ste Croix en Jarez et sa célèbre Chartreuse fondée au XIII<sup>e</sup> siècle. Une halte s'impose. Nous reprenons notre périple par une pente un peu plus prononcée mais très accessible. La végétation s'épaissit, les châtaigniers bordant la montée font le bonheur de quelques promeneurs.

Arrivés au sommet nous sommes étonnés par le grand nombre de cyclos présents, on se croirait presque à un ravito de la Semaine fédérale.

Nous retrouvons sur place Paul Coquard, Daniel Brunon et Marcel Bernard, cyclos cardiaques du crû, arrivés par un autre itinéraire. Ils se joignent à nous pour pique-niquer sur place.

Jacques Parascandola est également présent avec son épouse, il nous rassure sur son état de santé qui s'améliore nettement.

Après le café pris en commun, nous repartons tous ensemble jusqu'au pied du col de la Croix de Monvieux

La montée est un peu hard, il y a des "cardios" qui s'affolent. Georges et Paulette grimpent allégrement et profitent en premier du super point de vue sur la vallée du Rhône. Les Alpes et le Mont Blanc ont décidé de nous snober derrière d'épais nuages. A revoir l'an prochain ?



## Balades automnales (suite)

### Rhône-Alpes : une bien belle journée dans le parc du Pilat (suite)

» Une belle descente nous conduit à Pelussin. Josiane, notre présidente et néanmoins descendeuse experte, n'est pas la dernière en bas, petite revanche pour celle qui souffre mille maux, en silence, dans cette succession de bosses. Chapeau pour l'exemple.

Au pied de la dernière grimpe certain(e) en profite pour faire provision de châtaignes. Elles étaient fort savoureuses, merci.

C'est dans le milieu de l'après midi que tout ce petit monde

se retrouve à nouveau à Longes pour repartir. Les discussions vont bon train autour du dernier ravito, tous s'accordent à dire que ce fut une bien belle journée, et que l'endroit mérite d'être connu.

Merci à Daniel pour l'organisation sans faille, même le soleil eut le bon goût de nous accompagner tout au long de ce dernier dimanche de septembre.

**Bernard Taillade** ■

*\* Rappelons qu'il s'agit de Paul de Vivie, dit Vélocio, le père du cyclotourisme*

### Provence Alpes Côte d'Azur : autour du Ventoux

*Ce séjour, qui s'est déroulé du 4 au 9 octobre à Bédoin (Vaucluse), au pied du Ventoux, a réuni une vingtaine de participants. Il nous vaut les deux témoignages que voici.*

#### Le témoignage d'un "nouveau"...

**C'**est la première fois que je participais à un séjour de l'Amicale des Cyclos Cardiaques depuis mon adhésion il y a un an.

J'ai découvert un nouvel horizon très convivial, une ambiance sereine, des cyclos et cyclotes très sympathiques.

J'ai particulièrement apprécié le respect, la simplicité de chacun plus particulièrement lors des différentes randonnées que nous avons effectuées pendant les quatre jours dans cette magnifique région que je connais bien (pardonnez mon excès de chauvinisme sur le sujet !)

Il y a bien longtemps que je n'avais pris autant de plaisir à "cycler" dans un si harmonieux groupe.

Ce court séjour m'a vraiment motivé à cyclo en groupe, m'a redonné l'envie comme autrefois de pédaler en joyeuse harmonie et en excellente compagnie.

Tous les ingrédients étaient réunis pour une complète réussite du séjour, une météo exceptionnelle, des circuits touristiques magnifiques, un hébergement sans reproche, mais c'est cela la Provence et surtout le département de Vaucluse.

Je tiens à souligner à nouveau la convivialité qui anime cette équipe.

Je remercie la Présidente et tous les adhérents présents de m'avoir intégré aussi sympathiquement, la disponibilité et la gentillesse de Robert Durand et de son épouse.

Avec Jacqueline nous gardons un merveilleux souvenir de cette rencontre et nous reviendrons.

**Roland Gabert** ■

#### ...et celui d'un "ancien"

Le séjour de quatre jours aux "Florans", à Bédoin (Vaucluse) a été très apprécié de tous, en premier lieu grâce à la sympathie et la simplicité des organisateurs, nos amis Robert Durand et son épouse, qui sont des figures de l'Amicale et que je connais depuis leur arrivée dans notre grande famille.

Robert garde toujours le sourire et le moral malgré ses problèmes de santé. Il a toujours le mot pour rire, quelle joie de vivre chez ce sacré Robert. Ce à quoi participe Madame, toujours très heureuse de rendre service à tout le monde.

Pour ma part, je regrette de n'avoir que très peu roulé. J'ai tenté mais le résultat n'a pas été très probant, deux chutes sur 30 km, ce n'est pas mal pour un senior, cela à cause de pédales que je n'ai pas pu "dégrafer". Il s'agissait pourtant de supers Look, modèle Tour de France, que j'ai changées depuis. J'ai pu contempler le soir les superbes hématomes que ces chutes m'ont valu sur le fessier !

Merci encore à Robert et sa femme Michèle pour tout : le séjour qu'ils nous ont préparé, le raisin qu'ils nous ont offert, et tout, et tout... A la prochaine fois, "Si Dieu le veut", comme on dit.

**Daniel Legendre** ■

### Un message de Françoise Champrond

C'est officiel, je suis sélectionnée pour participer à l'expédition "Paris-Pékin" organisée par la FFCT dans l'objectif des Jeux Olympiques à Pékin.

Nous partirons le 16 mars sous la Tour Eiffel et l'arrivée est prévue le 3 août à Pékin. Nous traverserons douze pays, parcourrons 13 000 km environ, et accompagnerons la flamme olympique dans les derniers kilomètres.

A ce jour le groupe se compose de 91 Français, 18 étrangers, dont 20 femmes. Nous soutiendrons un projet cyclotourisme solidaire qui mettra en relation des écoles françaises et des écoles des pays traversés, véhiculant ainsi les valeurs de l'olympisme, du cyclotourisme et de l'éducation par le sport.

Et, en ce qui me concerne, je serai la preuve vivante qu'avec un cœur "raccourci", un entraînement adapté à mon handicap grâce au soutien de l'Amicale des Cyclos Cardiaques, il m'est encore possible de réaliser un projet de longue haleine.

Alors amis cyclos, "haut les cœurs!". Ayez confiance en vos ressources, en adaptant vos efforts à votre condition du moment, vous ne pourrez que mieux aller, progresserez, recommencerez à rêver et peut-être réaliserez vos projets un peu fous.

En ayant des rêves, en élaborant des projets, en les réalisant, je trouve la vie belle et (à mon âge...) il me semble qu'il m'est encore possible de grandir...si...si.

Françoise