



www.ffct.org

FFCT CYCLOTOURISME

La Gazette du CYCLO

Numéro 28 - JUILLET-AOUT 2009

Site Internet : www.chez.com/cyclodounoux

Adresse e mail : cyclodounoux@chez.com

[Cyclodounoux.actualités@chez nous](mailto:Cyclodounoux.actualités@chez.com)

RANDONNEE DE LA VOGE



Par une belle journée, 92 cyclos se sont élancés sur les routes de la Vôge pour cette 25^{ème} randonnée ; 44 sur le 115, 30 sur le 85 et 18 sur le 50 km. Le club de Remiremont était le plus représenté avec 20 participants.

Trois parcours roulants et sans grande difficulté aux dires des participants et bien signalés. Parmi les cyclos les plus âgés, notons Michel K sur le 50km! Les parcours étaient accessibles pour les personnes de 7 à 77 ans comme le plus âgé sur

le 115km et le plus jeune Alexis Grisval 16 ans (1+6=7).

Merci aux cyclos qui ont fait de cette rando 2009 un certain succès. Remercions aussi tous les membres du club qui ont contribué à cette manifestation en assurant le fléchage, l'accueil, les ravitaillements, les achats pour l'entendance, les lots et les coupes.

Et en 2010 ? Jean-Marie Duguet propose un circuit en pétales avec un seul ravito au point central.

Les parcours devront être faits dans le cadre du brevet cyclo-grimpeur vosgien comme en 2006.



LE NOUVEAU « CAMION » DU CLUB



La décision d'investir dans un nouveau véhicule a été prise lors de la dernière Assemblée Générale. Daniel Chrétien, qui s'occupait déjà de l'entretien du camion, s'est vu chargé de rechercher LA bonne occasion en respectant le budget prévu. Voilà donc le nouveau camion aux couleurs du club. Il a été utilisé pour la sortie des Ardennes et pour l'Ardéchoise sans remarques particulières sinon qu'il est très agréable à conduire.

L'ancien véhicule a été mis en vente et a trouvé preneur très rapidement.

Remerciements à la Municipalité de Dounoux qui a subventionné l'investissement à hauteur de 25%.



WEEK-END DE PAQUES SUR LES GRANDS CAUSSES



Alors que la météo annonce des températures estivales sur le Nord-est, plus nous descendons dans le centre, plus celles-ci baissent dangereusement. En arrivant sur les hauteurs de Millau à 800 m d'altitude, il fait tout juste 5°C, la pluie balaie le plateau du Larzac dans un brouillard à couper au couteau. Certains auront même du mal à localiser notre hébergement, une ancienne gare plantée là dans cette immensité désertique. Voilà le décor de notre arrivée le samedi soir 11 avril, veille de Pâques. Cette région sauvage des Grands Causses souvent qualifiée « austère et de sublime » nous révèle d'emblée son premier visage, pour le « sublime » il faudra patienter un peu.

Après la prise de possession de nos chambres à l'hôtel de la gare aux ânes où nous serons très bien reçus, il nous faut tirer de nouveaux plans pour notre séjour d'autant que les gens du cru ne nous annoncent pas de meilleur temps pour le dimanche. Même pour une chasse à l'ouf, c'est limite, alors la montée en vélo de l'Aigoual avec la neige qui tombe au sommet, non parlons pas.

Au programme du dimanche, journée tourisme pour tout le monde : visite de la Couvertorade, village classé parmi les 100 plus beaux. Après le tour des fortifications, la municipalité met à notre disposition une salle chauffée pour le repas du midi : un bien bon moment. L'après-midi est consacré à la visite des caves de Roquefort et la dégustation des fromages de brebis puis celle du magnifique viaduc de Millau. Finalement cette journée sera très bien occupée et fort intéressante.

Pour le lundi nous décidons de prendre les voitures direction le sud et la ville de Lodève dans l'Hérault, à peine 30 Km de notre hébergement toujours coincé dans le brouillard et le vent. Et là, miracle, il fait beau !



Un rapide itinéraire de 100 Km tracé autour de Lodève et du lac du Salagou, nous permet enfin d'enfourcher les vélos, il était temps. Les premières grosses bosses de l'année (col de la Merquière, col de Dio et col de la Baraque) font mal aux jambes mais quel plaisir de rouler tous ensemble sous le soleil qui semble s'installer pour plusieurs jours.

Notre patience est enfin récompensée pour la 3^{ème} journée avec une boucle de 100 Km sur les Causses et dans les gorges de la Jonte et de la Dourbie : immensités désertiques, petites routes escarpées et sinueuses, descentes vertigineuses dans les gorges. Le tout agrémenté de quelques terrasses aux Roziers et à Nants de quoi retrouver les bonnes habitudes des sorties vélos du club de Dounoux. Finalement le bouleversement du programme établi initialement sera un prétexte pour reprogrammer dans quelques temps une nouvelle sortie dans cette région.

Jean-Luc GRISVAL

Semaine Fédérale Internationale 2010.



Suite à l'annonce parue dans la précédente gazette, comme pour la maxi-verte qui a eu lieu en 2007, le partage des bénéfices de l'opération est versé aux clubs proportionnellement aux nombres de personnes bénévoles des clubs qui y participent pour apporter leur contribution. C'est une bonne opportunité pour faire rentrer de l'argent au club afin de financer les futures dépenses de fonctionnement. Les cyclos intéressés pourront se faire connaître auprès de Fernand ou Jean Loup, membres du CODEP, qui leur donneront toutes les informations utiles. N'attendez pas, quand la randonnée des Images sera là, 2010 ne sera plus très loin!

LE GROUPE DU SAMEDI DANS LES ARDENNES



Les Ardennes Françaises et Belges n'ont plus de secret pour les 15 cyclistes de Dounoux emmené par Jacques Valentin qui ont passé le long week-end du 8 Mai 2009 dans cette belle région méconnue.

Le 1^{er} jour, vendredi après-midi, nous fit découvrir la ville de Sedan et son imposant château fort mais également le château de Bazeilles ou fut signé la capitulation de la France en 1870 face à la Prusse et pour finir, le plus bel édifice religieux ardennais, l'église de Mouzon. 55 Km ont été parcourus, avec une côte mémorable à 15 %, sous un beau temps fixe. Le lendemain, samedi, nous sommes entrés en Belgique accompagnés par Jean-Noël, un cyclo Belge qui nous a servi de guide en nous citant nombre d'anecdotes intéressantes. Qu'il en soit ici remercié. Nous avons ainsi visité le fief de Bouillon, admiré de superbes points de vue sur la vallée de la Semois et franchis de petits cols aux noms charmants : Col des fiancés du Châtelet et Col de la bonne idée. Le pique-nique à Vresse était orchestré avec art par Michel H.

Au retour, l'après-midi, nous avons été surpris par une bonne averse. Le compteur affichait 65 km. Dimanche, c'était la journée reine des 100 Km, redoutée par beaucoup mais heureusement entrecoupée par un bon repas réparateur au restaurant à Stenay. Nous avons pédalé dans la campagne ardennaise et meusienne en direction de l'imposante basilique d'Avioth, d'Orval en Belgique (abbaye et bière célèbres) et du clou du jour, la citadelle de Montmédy, hautement gravie par nos 5 courageuses cyclistes : Marie-France, Sylvia, Marie-Pierre, Sylvie et Sandra. La météo était magnifique.

La 4^{ème} et dernière matinée, lundi, a été pluvieuse mais n'a pas freiné les cyclos qui ont accompli 35 Km dans des paysages embrumés. Il était venu le temps du retour dans les Vosges et de quitter notre immense gîte de Yoncq à la table excellente mais à l'accueil versatile.

JLS



Compte-rendu de la réunion du CODEP le 5 juin

1. Critérium du jeune cyclo VTT, 11 jeunes vosgiens y ont participé avec une finale régionale à Vigny près de Metz.
2. Concentration des 3 ligues de l'est à Belfahy, peu de vosgiens. Ce sera au Donon en 2010, chaque année un cyclo est fait chevalier, cette année François Liénard de Remiremont, à quand un dounousien ?
3. Les BCGV : en 2010 Dounoux sera sollicité comme en 2006, faire des parcours avec du dénivelé !
4. La semaine régionale à Les Voivres du 21 au 26 juin : 33 inscrits comprenant belges, hollandais, pas mal de féminines et 3 vosgiens : Marcel Durand et Mr et Mme Boisselier du comité d'organisation. Départs tous les jours à Les Voivres à « La Maisondici » au centre du village. Le lundi 22 juin le parcours passait à Dounoux et quelques uns de nos cyclos ont été invités à accompagner en cyclotourisme sur le petit parcours. Le 26 juin quatre guides dounousiens et autres cyclos dounousiens accompagnaient les participants pour « Escapade en Haute Saône ».
5. Demande de subvention : 600€ pour le CODEP venant du Conseil général. Le président du CODEP a demandé 190€ pour Dounoux.
6. Les commissions : la commission tourisme a le projet d'une randonnée dans le parc naturel des ballons.
7. Les finances : 5150€ au 30/04, une partie venant des inscriptions à la semaine régionale.
8. Les licenciés dans les Vosges : 565, dont 79 à Dounoux et 27 individuels.
9. « En roue libre vers l'Europe » parcours en étapes de Dijon à Luxembourg du 14 au 21 août avec escale à Epinal.
10. Congrès fédéral à Gérardmer les 11 et 12 décembre 2010, ce sera à l'Espace Lac.
11. Semaine Fédérale 2010 à Verdun. Tout est dans le planning. Le comité d'organisation (COSFIC) recrute des bénévoles, il en faut 500 ! Des membres de Dounoux se sont déjà inscrits, n'attendez pas pour faire de même (voir article dans cette gazette et dans la précédente). Il y aura une retombée financière pour le club.
12. AG du CODEP le 14 novembre à Neufchâteau.
13. Divers : les points pour le challenge départemental sont maintenant calculés en fonction du nombre des participants aux randonnées par rapport au nombre de licenciés au club, par exemple un club de 20 licenciés avec 10 participants se verra attribuer plus de points qu'un club de 50 licenciés avec 11 participants.

LA CYCLO-DECOUVERTE ESTIVALE DU GROUPE DU SAMEDI

20 JUIN 2009

Nous étions une douzaine au départ de Lerrain ce matin là pour une ballade de 65km. Nous avons fait une première pause à Thuillières devant le château de Boffrand. Après avoir descendu le Vallon de Chèvre-Roche, nous avons traversé Relanges et visité son église romane du 12^{ème} siècle puis nous sommes allés en forêt voir le rocher sculpté avec la scène des 12 apôtres.

Ensuite, nous avons remonté les jolies gorges de la Gabionne avant d'atteindre Provençères les Darney et de descendre le vallon du Gras qui nous a conduit à Bleurville où nous sommes allés voir l'élevage de bisons et ensuite jeter un coup d'œil à l'abbaye St Maur. En cette fin de matinée, avant le repas à Darney au restaurant la Porte de la Forêt, nous avons avalé la côte de Nonville puis celle de Belmont les Darney. Et l'après midi il ne restait plus que 15km avant de rejoindre notre point de départ avec une fin de parcours presque en descente. Que retenir ? C'était bien, on en redemande pour l'an prochain, on était 12 comme les apôtres du rocher, le parcours était facile et ne nous a pas fait devenir chèvre (roche) et en se quittant, la bise on (bison) a fait aux dames qui nous ont accompagné. **FG**



ARDECHOISE 2009

19 participants au départ de cette nouvelle édition de l'Ardéchoise. Cette année, six « nouveaux » dont je fais partie, ont souhaité tenter l'expérience. Quelle belle occasion de découvrir ou redécouvrir cette magnifique région.

Départ mercredi 17 pour rallier le Château de Lempis vers midi, le gîte où les habitués de la sortie aiment à se retrouver, je comprends pourquoi ; un site hétéroclite, un accueil chaleureux, des produits « maison » du petit déjeuner au dîner, des apéritifs aux tisanes. L'après-midi, nous sommes allés à St Félicien, village organisateur, pour prendre notre « paquetage », c'est-à-dire tout ce qui nous sera utile pour le séjour, adresses des hébergements, dossard, puce électronique avec plaque à accrocher devant le guidon, un bidon et en cadeau cette année un casque aux couleurs jaune et violet de l'Ardéchoise.



Jeudi matin, départ à 6h (sur le vélo) pour notre périple. Les trois groupes se sont séparés, ils étaient 4 sur un circuit de 595 Km, 5 sur un circuit de 421 Km et nous étions 10 à avoir choisi un circuit « cool » de 285 Km mais avec 16 cols au programme et + de 5000 m de dénivelé, donc costaud tout de même mais qui permet de profiter des paysages de l'organisation, etc.

Les nouveaux : Marie-Cécile, Patricia, Vincent, Christophe, Jean-Marie M et moi-même se souviendront de cette première fois qui ne sera certainement pas la dernière puisque déjà Vincent, Marie sont partants pour l'année prochaine, sur un parcours similaire ou plus long. Moi-même, je serais bien tentée de retourner et j'invite celles et ceux qui ne sont jamais allés à le faire, l'ambiance est vraiment sympa, tous les villages traversés sont aux couleurs de la manifestation, les bénévoles (6000) et les autochtones ne cessent de vous encourager, et tous les circuits s'achèvent le samedi par le col du Buisson dans lequel vous êtes accompagnés par la musique des différents groupes installés le long de la route. L'arrivée au sommet est assez émouvante car on sait que c'est la fin de la boucle, reste une descente de 15km pour regagner St Félicien, et il y a beaucoup de monde tel une étape du Tour de France et c'est impressionnant.

Il y aura donc une édition 2010 qui sera évoquée lors de l'AG, alors pourquoi pas vous ?

NS

SORTIE ANNECY



Après Les Grands Causses, les Ardennes et l'Ardéchoise, le prochain départ pour une nouvelle sortie est fixé au vendredi 10 juillet.

Là encore il s'agit d'un grand week-end, il nous est préparé par **Claire**, notre Parisienne Franc-Comtoise et amie de Denis. Destination Les Alpes avec une boucle depuis Seysssel, petite ville qui se partage entre les deux départements de l'Ain et de la Haute-Savoie. Le circuit est prévu sur 3 jours et sera accompagné par quelques-uns des déjà cités.



certains d'entre nous comme Les Saisies, Les Aravis, le Cormet de Roselend ... Une vingtaine de participants pour cette nouvelle aventure qui sera relatée dans la gazette 29.

Rappelons qu'en août un petit groupe ira sillonner les routes de l'Île de Beauté et un autre suivra Fran6 dans sa sortie traditionnelle dans le Vaucluse pour défier une fois de plus le « Géant de Provence »

Bon été et bonnes vacances à toutes et tous.

A vendre

Suite à erreur dans ma commande, je vends un maillot du Club manches courtes taille 3 -10% du tarif
Si vous êtes intéressé(e) : mon adresse mail : nadineschmidlin@gmail.com ou tél 0329325814

NS

ITINAIRES DES SORTIES DES DIMANCHES DE JUILLET ET AOUT 2009

Dimanche 5 juillet

Meurthe et Moselle, chez Gilles et Jacques. Le départ sera à Fléville-devant-Nancy. Nous parcourons 81km le matin pour une boucle au nord-est de Nancy nous conduisant au terrain d'ULM à Hoéville, et 32km l'après midi. Détail du parcours sur feuille séparée.

Départ 9 h Hadol . la Racine . Raon aux Bois . col de Raon . Anty . Haumantarde . Mailleronfaing . Gerardfaing . Bellefontaine . les Granges Richard . la Vierge des Neiges, Xertigny . Moyenpal . Rasey . les Forges d'Uzemain . Uzemain . Chapuy Chantré . Buzegney . Hadol Haute - Dounoux **50 km**

Et aussi le Cyclo Tour de Gérardmer.

12 juillet à 8 h, «en court» les 4 Vents . Renauvoid - la Bourieure . les Forges . Darnieulles . Fomerey . Gigney . Mazeley . Bouxières aux Bois . St Vallier . Bettegney St Brice . Gugney aux Aulx . Vaubexy . Derbamont . Circourt . Hennecourt . Girancourt . Bouzey . Renauvoid . la Curtillotte . Dounoux **83 km**

A 9 h, les 4 Vents . Renauvoid - la Bourieure . les Forges . Darnieulles . Fomerey . Gigney . Mazeley . Bouxières aux Bois . la Croix de Virine . Hennecourt - Girancourt . Bouzey . Renauvoid . la Curtillotte . Dounoux **63 km**

Mardi 14 juillet 8h30 direction Arches par Laménil . Archettes . Mossoux . la Baffe . Charmois devant Bruyères . le Roulier . Deycimont . Deycimont . Laval . Champ le Duc . Fiménil . Prey . la Neuveville devant Lépages - le Boulay . Docelles . Jarménil . Pouxoux . Arches . Aneuménil . les Etangs, la Draille, Senade, Hadol . Dounoux **65km**

19 juillet , «les gousses» les 4 Vents . Renauvoid - la Bourieure . les Forges . Darnieulles . Fomerey . Gigney . Mazeley . Bouxières aux Bois . St Vallier . Bettegney St Brice **É Gugney aux Aulx** . Ahéville . Vaubexy . Derbamont . Circourt . Hennecourt . Girancourt . Bouzey . Renauvoid . la Curtillotte . Dounoux **83 km**

A 8h 30, les 4 Vents . Renauvoid - la Bourieure . les Forges . Darnieulles . Fomerey . Gigney . Mazeley . Bouxières aux Bois . la Croix de Virine . Hennecourt - Girancourt . Bouzey . Renauvoid . la Curtillotte . Dounoux **65 km**

26 juillet à 8 h : «le poteau» -Hadol . Arches . Jarménil . Cheniménil . Tendon . col de Bonnefontaine par la route forestière . le Tholy . le Rain Brice . **le Haut du Tô**t . Crémanvillers . Saint Amé . Saint Etienne les Remiremont . Eloyes . Jarménil . Archettes . le Digneul . Grandfaing . Dounoux **92 km**

A 9 h Dounoux . Uriménil . Uzemain . Rasey - la Forge de Thunimont - Thunimont village . Harsault . Hautmougey - Bains les Bains, petite route de l'étang Lallemand - les Voivres - le Grand Bois - la Chapelle aux Bois . Xertigny . Hadol, l'étang Perry - Dounoux **50 km**

2 Août à 8 h : « Montdoré » départ différé de La Chapelle aux Bois É parking du Chaudron

La Chapelle aux Bois, le Grand Bois, Les Voivres, Les 3 Fontaines, Bains les Bains par le camping, direction Fontenoy, La manufacture, le long du canal jusqu'à Fontenoy, Montmotier, Amiéville, Pont du Bois, Alaincourt, **Montdoré**, Hurecourt, Polaincourt, Archenoncourt, Melincourt, direction St Loup, Betoncourt, Fontenois la Ville, La Vierge, Trémonzey par les Arsandiaux, La gare de Bains, Les grands Prés, La Raie de Fontaine, Hardémont, les 2 Etangs, La Chapelle aux Bois . **80 km**

Départ 9 h, les 4 Vents . Etang du Bult . fort des friches . la Curtillotte . Bouzey . Sanchey . Darnieulles . Gorhey . Girancourt . le Void de Girancourt . Naymont . Chapuy Chantré . Buzegney . la Houssière . Hadol . Dounoux **48 km**

9 Août 8 h «Madelon», Hadol . la Racine . Mailleronfaing . Fallières . Remiremont . Pont . **Dommartin** . col de Cheneau . Nol . Vagney . Thiéfosse . col de la Burotte . Planois . Vagney . Remiremont . col de Raon (classique ou par derrière Chaumont) . Raon . Hadol . Dounoux **90 km**

Départ à 9 h : Hadol . la Racine . les Drailles . Fallières . Remiremont . Pont . Dommartin . col de Cheneau . Nol . la voie verte jusqu'à Remiremont . St Nabord - col de Raon . Raon . Hadol . Dounoux **60 km**

16 Août à 8 h, «le moulin» Uriménil . Uzemain . Méloménil . Reblangotte . Charmois l'Orgueilleux . le Ménil . Ville sur Illon . les Ableuvenettes . Gelvécourt - **Heucheloup** . Bainville aux Saules . Frénois . Esley . Senonges . Dombasle devant Darney . Jésonville . Lerrain . Escles, le Void d'Escles . Fleuriot - Charmois l'Orgueilleux . les Forges d'Uzemain - Uriménil . Dounoux **95 km**

Départ à 9 h, Senade . la Racine- Raon Basse par la Senadaire . Raon, le Savron . le Pranzieux . Bellefontaine . Xertigny . Amerey . Rasey . D51 route d'Epinal, le Roulon . Safframénil . Uriménil . Dounoux **55 km**

23 Août à 8 h, «Geneviève» . les 4 Vents . Renauvoid . Bouzey . Sanchey . Uxegney . Darnieulles . Fomerey . Mazeley . D36 . Frizon . Nomexy . Chatel . Pallegney . Domèvre sur Durbion . Villoncourt . Sercoeur . Dompierre . **Fontenay** . Aydoilles . Charmois devant Bruyères . la Baffe . Mossoux . Archettes - Hadol . Dounoux **85 km**

A 9 h,- Hadol - Géroménil - Arches - Archettes - Mossoux - la Baffe - Charmois dvt Bruyères - le Roulier - Docelles - Cheniménil - Jarménil - Archettes - Arches - Laménil - Guménil - le Digneul - Grandfaing - le Roulier - Dounoux **45km**

30 Août à 8 h, « Maigret » Hadol - la Racine - Raon aux Bois - col de Raon - Anty - Fallières - direction Remiremont, ancienne route de la Demoiselle - col du pas de l'ane - le Peutet - le Val d'AJol - Hamanxard - le Girmont - **la Vigotte** - la Croisette - route de l'étang du Renard - la Demoiselle - la Nolle - Fallières - les Drailles - Hadol - Dounoux **85 km**

Départ à 9 h ,Hadol, Senade - la Draille - les Etangs - Rougerupt - Aneuménil - Arches - Archettes - Eloyes - St Etienne les Rt . Remiremont . St Nabord et direction Pouxoux par ancienne RN 57, Arches . Guménil - le Digneul - Grandfaing . Dounoux : **60 km**

Dimanche 6 septembre, randonnée des Images à Epinal