



La Revue des **Audax**

Numéro spécial - Décembre 2016



Paris-Brest-Paris

du 2 au 6 juillet 2016

"Partir ensemble, revenir ensemble" (Henri Desgrange)

www.audax-uaf.com

Ivry-sur-Seine, le 24 août 2016
DL/AL/16267

Monsieur Patrick AGUETTANT
Président
Union des Audax Français

uaf.aguettant@yahoo.fr

Objet : Paris Brest Paris Audax 2016

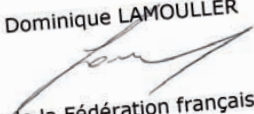
Monsieur le Président, Patrick,

Je t'adresse toutes mes félicitations et celles de la FFCT pour l'organisation de la nouvelle session du Paris Brest Paris Audax 2016, ainsi qu'à tous les bénévoles de l'UAF qui ont permis cette réussite.

Cette randonnée historique et difficile, perdue grâce à votre investissement et j'espère que nos clubs pourront relancer, sous votre impulsion, la pratique de l'allure Audax, véritable école du cyclotourisme et de la randonnée à allure modérée et adaptée.

Je t'adresse, Patrick, mes salutations cyclotouristes les plus amicales.

Dominique LAMOULLER


Président de la Fédération française de cyclotourisme



Vidéos de Bordeaux-Paris et Paris-Brest-Paris

Des films ont été tournés sur ces deux brevets.

Le montage ne sera terminé qu'en début d'année prochaine suite à un gros « bug » dû à un virus sur mes fichiers qui m'a considérablement mis en retard m'obligeant à reprendre entièrement le calendrier afin qu'il puisse être mis en ligne et expédié en ce qui concerne la version papier avant la fin de l'année.

Un DVD vous sera envoyé par courrier courant janvier.

Patrick Aguettant.

Movies were made on these two brevets.

The edition of the movie will be ended only at the beginning of next year due to a big "bug" on my files which considerably put me late obliging me to take back completely the Audax calendar so that it can be displayed online and sent under the paper version before the end of the year.

This DVD will be sent to you by mail in January.

Patrick Aguettant.



Monthéry au moment du départ.
Participant, motard et président, tout sourire
mais impatients de prendre la route.

La Revue des Audax

ISSN 0223-9000

Directeur de la publication : Patrick Aguetant
39, rue des Roses - 94520 Perigny-sur-Yerres
06 09 47 90 70 - president@audax-uaf.com

Rédacteur en chef : Jacques Torgue
revue@audax-uaf.com

Rédactrice-révisseuse : Françoise Berthou

Photo de couverture : Jacques Torgue

Expédition : Charly Hérubel

Abonnement annuel : 40 euros (avec calendrier)
Prix de l'adhésion 45 € comprenant l'abonnement
10 euros au numéro, à envoyer au siège uniquement

Union des Audax Français
CISP, 6 avenue Maurice-Ravel
75012 PARIS

Imprimerie ICL - Lens

Le mot du président

Voici la Revue spéciale Paris-Brest-Paris

Je tiens tout d'abord à remercier tous ceux qui ont contribué à son organisation : Jean-Michel Vincelot et Jean-Luc Tréberne qui ont réalisé un énorme travail pour nous concocter un parcours avec un minimum de circulation avec des restaurants et des hébergements de grande qualité, Jacques Torgue pour la communication et la réalisation des carnets de route, Alain Challant pour la partie déclarations en préfectures.

Merci aussi aux bénévoles toujours disponibles :

Au ravitaillement : Paulette Lecœur et Daniel Acker

A la voiture mécanique : Jacques Gardans et Jean-Luc Tréberne

Aux bagages : Charly Hérubel et Jacques Lannoy

Jacques Torgue pour les photos et la vidéo

Monique Hérubel que j'accompagnais dans la voiture ouvreuse.

Jacques Remande, présent au départ et à l'arrivée pour nous assister dans l'organisation.

Merci aux motards de l'ARAS qu'accompagnait un motard de l'ANEC suite à une défection de dernière minute.

Un roulement avait été mis en place. Il y avait six motards dont quatre en permanence pour assurer la protection du peloton, deux se levant plus tard nous rejoignaient au repas de midi remplaçant deux autres qui partaient se reposer au lieu d'hébergement du soir.

Notre regret sera le faible nombre de participants. Nous avons 111 inscrits mais il y a eu 23 défections, certaines de dernière minute, soit 88 participants au départ.

Le nombre de participants décroît à chaque PBP. Nous avons pourtant fait beaucoup pour la communication avec notre site et Facebook adressés aux plus jeunes, des articles de presse, la distribution de flyers et notre présence sur des stands de la FFCT (semaine Fédérale et AG de la Fédération). Cela vient sans doute de l'âge des participants aux brevets Audax, bien que nous ayons pu constater depuis deux ans le retour de jeunes dans nos pelotons, ce qui devrait inverser cette tendance à terme. En ce qui concerne l'âge moyen de nos sociétaires qui augmentait d'un an chaque année, il a été stabilisé depuis trois ans grâce à l'arrivée de nouveaux adhérents plus jeunes.

78 étaient à l'arrivée. 10 abandons liés à des problèmes de santé pour certains et peut être une préparation insuffisante pour d'autres ? Tous avaient pourtant leurs brevets qualificatifs mais un Paris-Brest-Paris c'est tellement difficile !

Les nombreux témoignages de satisfaction reçus nous récompensent de tous les efforts que nous avons prodigués pour la réussite de ce brevet. A mon tour je remercie tous les participants pour la convivialité et l'esprit Audax sur ce brevet.

En 2017 ce sera le 600 km Gien-Col du Galibier pour nous retrouver. Il y a déjà des demandes de pré inscriptions !

En 2018, le 1000 km Montgeron – le Mont Ventoux où nous retrouverons les marcheurs qui y effectueront un 100 km.

Je vous dis à tous à très bientôt
Patrick Aguetant

Les grandes lignes du parcours de ce 16^{ème} Paris-Brest-Paris Audax



MONTLHERY
Limours
Rambouillet
Epernon
MAINTENON 60 km
Ormo
Châteauneuf-en-Thymerais
VERNEUIL-SUR-AVRE 120 km
Chandai
Moulins-la-Marche
SEES 187 km
Carrouges
La Ferté-Macé
DOMFRONT 254 km
Désertines

Landivy
SAINT-JAMES 315 km
Pontorson
Le Vivier-sur-Mer
DOL-DE-BRETAGNE 360 km
Dinan
Trélivan
PLELAN-LE-PETIT 400 km
Plestan
Lamballe
Yffiniac
LANGUEUX St Brieuc 446 km
(Etape - nuit de repos)
Châtelaudren
Plouagat
Guingamp
BELLE-ISLE-EN-TERRE 502 km
Le Ponthou
Morlaix
SAINT-THEGONNEC 548 km
Landivisiau
Landerneau
Le Relecq-Kerhuon
BREST 596 km
Pont Albert Louppe
Landerneau
SIZUN 634 km
Roc Trévezel
La Feuillée
Berrien
SCRIGNAC 672 km
Coat Ar Herno
Plougras
Plounevez-Moëdec
BELLE-ISLE-EN-TERRE 708 km

Louargat
Guingamp
Trémuson
LANGUEUX-St Brieuc 760 km
(Etape - nuit de repos)
Yffiniac
Lamballe
Jugon-les-Lacs
DINAN 820 km
Dol-de-Bretagne
Pontorson
SAINT-JAMES 883 km
St Hilaire-du-Harcouët
Barenton
DOMFRONT 940 km
La Ferté-Macé
Carrouges
SEES 1008 km
Essay
Le Mêle-sur-Sarthe
La Gravelle
BELLEME 1053 km
(Etape - nuit de repos)
Nogent-le-Retrou
Happonvilliers
Magny
BAILLEAU-LE-PIN 1117 km
Dammarie
Prunay-le-Gillon
Béville-le-Comte
GARANCIERES-EN-BEAUCE 1171 km
Dourdan
Le Marais
Marcoussis
MONTHERY 1214 km

4



Les participants

1	Jean-Michel VINCELOT - UAF	45	Christian WATRIN - ESVC Villiers sur Marne
2	Marcel LECOEUR - CC Roumois	46	Bo BERGLUND - Audax Stockholm (S)
3	Jean-Philippe LETOURNEUR - Audax Lavallois	47	Peter HAMPUS - Audax Stockholm (S)
4	Pascal BOHLER - CSC Châteu-Thierry	48	Torun KARLSSON - Randonneurs Stockholm (S)
5	Judith SWALLOW - VC 167 (GB)	49	Daniel SAFSTRÖM - Audax Stockholm (S)
6	Dave MINTER - Audax UK (GB)	50	Jan-Olof JANSSON - Fredrikshof IF CK (S)
7	Marc JULIE - AC Esbly	51	Timo TAMMINEN - Audax Stockholm (FIN)
8	Dominique BINOIS - Bonneval	52	Paul ROZELLE - Randonneurs USA (USA)
9	Guy MORIN - Cyclo St Benoît	53	Daniel SCHRECK - Central FL Randonneurs (USA)
10	Daniel CHENU - CSC Châteu-Thierry	54	Serge PINSARD - Velo Club Sébastienais
11	Gérard DURU - Cyclo Rando Bellerive	55	Pascal LOMETTI - MUC Cyclotourisme
12	Jean-Claude PERRO - Velo Club Sébastienais	56	Luc DECAMP - Les Copains d'Abord Boncourt
13	Jean-Pierre LESCOUEZEC - AC Méreville	57	Nathalie DAUBECH - Les Copains d'Abord Boncourt
14	Eric LECORDIER - CSC Briare Cyclo	58	Alain PERROUD - CT Grenoblois
15	Jean TURMEL - AS Gaz Elec Nantes	59	Denis FABRE - CT Grenoblois
16	Olivier CREPIN - CSC Châteu-Thierry	60	Raymond PRADELOUX - ASDC Drancy
17	Bernard LE DENMAT - AS PTT St Brieuc	61	Jean-Claude COURBON - ASDC Drancy
18	Bruno DUPIN - CC Varadais	62	Patrick CASAGRANDE - AC Trois-Fontaines
19	Jean-Luc GRIPPON - Randonneurs Val d'Authion	63	Gérard LACOUQUE - AC Châteu-Landon
20	Pierre DUVERNOY - CT Belfortains	64	Frédéric POPINET - AC Germinoise
21	Roger RANGEARD - Cyclo Randonnée Laval Nord	65	Etienne LECOMTE - Randonneurs Val d'Authion
22	André GRAUX - Cyclo Randonnée Laval Nord	66	Alain SOUPIZON - CC Villers-Cotterêts
23	Eric MORANNE - VCBS Chilly-Mazarin	67	Frédéric NIEDERGANG - CC Villers-Cotterêts
24	Alain BARBEDIENNE - ECP Plérin / UAF	68	Michel GEORGES - CC Villers-Cotterêts
25	Thierry DEPOND - UC Touraine	69	Laurent FRAPPAT - Non licencié Grenoble
26	Dominique BOURGETEAU - VL Saosnois	70	Alexandrine HENRY - CT Rambouillet
27	Denis SCALA - CT Ville de Sceaux	71	Joël GABORIT - CT Rambouillet
28	Francis PONTIER - VC Vernon	72	Francis VILETTE - Cyclo du Bocage 53
29	Stéphane ROBERT - ASBE Bonnières sur Seine	73	Marie-Hélène VILETTE - Cyclo du Bocage 53
30	Philippe FRANCHET - ASBE Bonnières sur Seine	74	Nick DALE (AUS)
31	Ulrich BAECHLI - UC Buchs (CH)	75	Hubert JEGU - ECTL Lamballe
32	Jocelyne BOUVET - US Lecousse	76	Pascal MAYSOUNAVE - CC Béarnais
33	Thierry LARCHER - Non licencié	78	Dominique ANCEL - VC Val d'Europe
34	Paul PAILLARDON - AC Briochine	79	Dominique TESSIER - CC Vimoutiers
35	Henri BOUREL - Individuel FFCT	80	Jean-Pierre MARY - UC Touraine
36	Jean-Marc BANDURA - Cyclo Mistral (B)	81	Thierry POULEN - US Créteil
37	Guy BARANGER - Club Omnisports Othis	82	Allan SEIGNOL - Non licencié
38	Francis BUSSETTI - Club Omnisports Othis	83	Michel MORTIER - Individuel FFCT
39	Olivier LIENARD - Club Omnisports Othis	84	Jacques DURAND - Saint Michel Sport Cyclo
40	Denis MARTINEAU - ASPC Pont de Cé	85	Irmgard MULLER - Non licencié (B)
41	Thierry STREIFF - CC Croissy sur Seine	86	Didier BERNARDIN - CC Contrais
42	Dominique LAMOULLER - CC Vexin	87	Sylvie LAVERDURE - Levallois Sporting Club
43	Jean REBY - CRLO	88	Patrice HEBERT - US Villejuif
44	Joachim SESE - CRLO	89	Jean-Claude GAUTRIN - VCBS Chilly-Mazarin



L'organisation

Parcours/Hébergements/Préfectures

Jean-Michel VINCELOT
Jean-Luc TREBERNE
Alain CHALLANT

Voiture pilote

Monique HERUBEL
Patrick AGUETTANT

Camion mécanique

Jean-Luc TREBERNE
Jacques GARDANS

Camion bagages

Jacques LANNNOY
Charly HERUBEL

Camion ravitaillement

Paulette LECOEUR
Daniel ACKER

Logistique départ/arrivée

Nicole AGUETTANT
Jacques REMANDE

Photographe

Jacques TORGUE

Motards

Manuel REYES-PASTOR (ARAS)
Joël COLOMBO (ARAS)
Salah BENYAHIA (ARAS)
Jacques NEDELLEC (ANEC)
François PESQUET (Indépendant)
Jean-Claude BOUGEANT (MIF)

Retour sur Paris-Brest-Paris 2016



Retour sur Paris Brest Paris Audax 2016
Depuis quelques années, impliqué dans l'organisation des brevets Audax en Ile-de-France, j'avais depuis de longs mois en tête la préparation de ce Paris-Brest-Paris Audax 2016.

La préparation au Paris-Brest-Paris Audax :

Dès 2014 et bien entendu en 2015 je m'aperçois qu'il est temps d'augmenter le nombre de brevets organisé en Ile-de-France car depuis quelques années ceux-ci se raréfient. C'est pourquoi en 2016 nous avons proposé toutes les distances possibles entre mars et le Paris-Brest-Paris de juillet, en incluant le Bordeaux-Paris.

Le but était double :

Bien entraîner les cyclos qui s'étaient inscrits pour le Paris-Brest afin d'arriver en bonne forme physique, et ainsi de réduire au minimum le nombre d'abandons.

Essayer d'attirer de nouvelles personnes à la pratique Audax en proposant un programme varié.

Je suis très satisfait des deux résultats, de nouvelles têtes sont apparues dès le mois de mars et certains qui n'avaient pas idée d'effectuer Paris-Brest-Paris en mars ont pu réaliser ce beau brevet. Cela a permis également de rajeunir le peloton (59 ans) qui aurait allègrement dépassé les 63 ans sans l'apport de ces nouveaux Audax.

Le fait de revoir régulièrement les cyclos entre mars et juillet a permis de développer une bonne convivialité et de renouer avec l'esprit Audax. Certains nous ont déjà donné rendez-vous pour 2017.

Une part non négligeable d'inscrits, 23 sur 112, ne se sont pas présentés au départ du Paris-Brest-Paris, soit 20%, les principales raisons sont les suivantes :

- Développement de maladies suffisamment graves nécessitant l'arrêt de la pratique du vélo, pendant la préparation.
- Accidents domestiques.
- Manque de motivation et c'est bien regrettable voire assez incompréhensible.
- Forme physique ne permettant pas de participer au Paris-Brest-Paris (de l'importance d'organiser la série de brevets).
- Chute(s) de vélo au printemps nécessitant un arrêt prolongé.

Déroulement du brevet :

Je ne reviendrai pas sur les péripéties de ce brevet au long cours qui je n'en doute pas seront relatées dans cette revue par les différents participants et les accompagnants.

Comme pour les grands brevets précédents, à l'exemple de Paris-Nice, j'avais à l'avance désigné des capitaines de route afin de m'épauler (Marcel Lecoeur, Pascal Bohler et Jean-Philippe Letourneur) qui se chargèrent d'imprimer le rythme adéquat sur les différentes étapes entre deux arrêts. Ceux-ci désignaient leurs adjoints afin de se partager la tâche. Je voudrais les en remercier ici, tous ayant accomplis leurs missions avec enthousiasme et un grand professionnalisme.

Assistance médicale : nous avions la chance d'avoir 3 médecins et des dentistes (dentistes, qui à ma connaissance n'ont pas eu d'intervention à effectuer durant ce brevet).

Qu'ils soient également remerciés pour leurs interventions notamment au retour de Brest où la tête et les jambes de certains devenaient bien (trop) lourdes. Un grand merci à Alexandrine Henry, Jean-Pierre Mary et Nick Dale.

Assistance sur le vélo : je voudrais également remercier notre homme à tout faire de ce brevet à savoir Dave Minter, tantôt serre-file encourageant les retardataires et les ramenant vers le peloton, tantôt réparant les vélos lors des arrêts prolongés. Certains peuvent remercier très chaleureusement Dave, sans qui ils n'auraient jamais franchi la ligne d'arrivée dans les délais.

Sécurité : moi qui ne suis pas un grand fan de la protection motocycliste, car quand on fait du vélo c'est avant tout pour se promener dans le calme afin de profiter des paysages et des bonnes odeurs du printemps et de l'été, alors vous comprendrez qu'entendre le bruit des moteurs ce ne soit pas ma tasse de thé. Néanmoins je dois reconnaître tous les bénéfices de la protection motocycliste pour ce Paris-Brest-Paris, en effet quoi de plus sécurisant pour un peloton imposant de se voir encadré par une escorte, de pouvoir passer aux feux rouges ou aux ronds-points, sous haute protection. Merci une fois encore à nos montards.

Comment oublier nos accompagnants :

Que ce soit notre voiture ouvreuse (Patrick Aguetant et Monique Hérubel), qui pour l'anecdote se trompèrent de chemin dès le premier kilomètre, Le GPS étant en cours d'initialisation.

Notre voiture ravitaillement (Paulette Lecoeur et Daniel Acker) qui su nous

préparer de bons en-cas variés, toujours avec le sourire.

Notre véhicule bagage (Jacques Lannoy et Charly Hérubel) qui nous transporta tous les sacs aux différents points de rassemblement. Jacques fêtait à l'occasion les 50 ans de son premier Paris-Brest-Paris Audax.

Notre voiture dépanneuse (Jean-Luc Tréberne et Jacques Gardans) qui suivit le peloton sans relâche et qui à la moindre défaillance mécanique donnait un coup de main pour que la réparation ait lieu dans les plus brefs délais ; qui parfois malheureusement devait arrêter des cyclos n'ayant plus la force de continuer. Le nombre d'abandons sur ce brevet s'éleva à dix cyclos, certains ne firent qu'un Paris-Saint Brieuc-Paris et prirent une journée de repos à Saint-Brieuc, ce qui leurs permirent de rentrer sans difficulté à Paris.

Il ne manque plus qu'à remercier notre Tintin reporter (Jacques Torgue) qui jonglant d'une voiture dans une autre ou à cheval sur une moto put effectuer des centaines de photos, un film en cours de préparation (qui sera expédié à chaque participant sous la forme d'un DVD courant janvier) et informer par Facebook les familles et amis des participants de la progression du peloton.

L'arrivée sur Monthléry, comme pour beaucoup, fut assez brutale, car passer le cap de l'euphorie des derniers kilomètres au calme de l'arrivée, c'est quelque chose d'assez difficile à imaginer quand on ne le vit pas de l'intérieur.

Néanmoins le repas de clôture s'effectua dans une excellente ambiance malgré un manque de sommeil évident et marqué par la remise des récompenses.

Je donne rendez-vous à la majorité d'entre vous en 2021 pour la prochaine édition du Paris-Brest-Paris Audax.

Jean-Michel Vincelot





Participants, organisateurs, familles et amis, réunis avant le départ pour la traditionnelle photo

Je n'ai pas pédalé sur le PBP Audax

Je n'ai pas pédalé sur ce PBP, s'il me fallait une bonne raison, je l'avais trouvé en étant désigné photographe. Cela m'a laissé un peu de temps pour observer les participants comme les organisateurs, et prendre quelques notes.

Sans m'imaginer l'égal de notre historien du cyclotourisme, Jacques Seray, pour ne pas le nommer, et conscient de mes modestes moyens, je vous propose ci-dessous ma vision de cette 16^{ème} édition du Paris-Brest-Paris Audax.

Vous trouverez également sur les pages suivantes les lignes proposées par ceux qui ont pédalé. Ils y expriment chacun à sa manière, l'histoire de ce 16^{ème} PBP Audax.

Paris-Brest-Paris Audax 2016 s'est déroulée du 2 au 6 juillet. Mine de rien, il s'agissait de la 16^{ème} édition de cette randonnée historique. Historique, car elle figure tous les cinq ans au calendrier de l'UAF depuis 1931, c'est dire qu'elle fait partie de notre patrimoine, et par voie de conséquence du patrimoine de la FFCT.

En ces premiers jours de juillet l'Union des Audax Français avait donné rendez-vous aux bénévoles et aux participants au stade Paul Desgouillons de Montlhéry, lieu du départ de cette édition 2016. Au passage, remercions la Municipalité de Montlhéry pour l'aide précieuse qu'elle nous a apportée.



Les préparatifs

Petit à petit le stade s'anime avec l'arrivée des organisateurs. Patrick Aguetant, aidé de Nicole, vérifie pour la dixième fois que tout le matériel est là, qu'aucun sac ou carton n'a été oublié. Arrive le minibus prêté par la ville de Rézé, que nous remercions vivement, Jean-Luc Tréberne au volant, son bonnet vissé sur la tête, il est accompagné de Jacques Gardans, qui l'assistera sur tout le parcours. Les cyclos bretons étaient du voyage, heureux de ce covoiturage. Le grand Jean-Michel Vincelot, est là lui aussi, toujours aussi calme et serein. Daniel Acker, présent depuis longtemps, organise déjà son camion-ravito. Paulette Lecoer est là, accompagnée de son cyclo de mari. Monique

et Charly Hérubel, arrivent au volant du camion-bagages. Jacques Lannoy est là également, heureux de se retremper une fois de plus dans l'atmosphère des Audax. Jacques Remande, le célèbre Léon, la moustache hérissée, est aussi sur le pied de guerre.



Contrôle du matériel

Chacun se met en place. Jean-Luc et Jacques s'attachent à la vérification des vélos des premiers arrivants. Charly et Jacques s'affairent au camion-bagages. Paulette et Nicole se chargent de la distribution du matériel destiné aux participants (maillot, carnet de route, ...). Léon s'est transformé pour l'occasion en vendeur et propose maillots et médailles aux amateurs. Monique et Patrick jettent un dernier coup d'œil au parcours. Les organisateurs sont sereins, il y a des semaines, voir des mois, qu'ils peaufinent ce PBP, tout a été mis en œuvre pour que cette 16^{ème} édition soit une réussite. Mais on ne sait jamais, Patrick a l'œil aux aguets ...

Arrivés de toute la France, et de l'étranger, les cyclos sont largement à l'heure au rendez-vous de Montlhéry. C'est le moment de joyeuses retrouvailles. Les nombreux kilomètres parcourus lors des brevets qualificatifs ont fait naître de solides amitiés. Chacun prépare et vérifie son matériel, pose sa plaque de cadre, charge sa sacoche de guidon ou de selle. Les vieux routards avec décontraction, les novices avec un peu moins d'insouciance. Ces "petits nouveaux" s'interrogent, je n'ai rien oublié,



vais-je tenir le coup ? Les discussions vont bon train. Pourtant, ils devraient être rassurés. Leur préparation a été sérieuse, ils ont été présents sur les brevets qualificatifs, certains les ont même doublés. PBP c'est un challenge pour tout cyclotouriste, alors un peu de stress au départ est inévitable. Pour d'autres pas d'appréhension, qui sur un banc, qui dans l'herbe, ils vont glaner quelques instants de sommeil, en prévision de la nuit blanche qui s'annonce.



Les motards de l'ARAS

Voilà les motards de l'escorte qui arrivent. C'est un groupe de quatre motocyclistes de l'ARAS et de l'ANEC (deux autres nous rejoindront à Domfront), qui se relayeront afin de protéger le peloton et faciliter sa progression sur la route, et plus particulièrement dans les villes. Ils ont une bonne expérience de nos brevets pour avoir été présents, par exemple, sur notre Bordeaux-Paris Audax.



Patrick et les personnalités venues encourager les cyclos

Quelques personnalités sont venues nous rendre visite, qu'elles en soient remerciées. En premier lieu Monsieur Gérard Nivet, Maire-adjoint chargé des Sports de la ville de Montlhéry, ainsi que Yves Blondiaux vice président du Club Cyclotouriste de Linas-Montlhéry dont le rôle d'interface entre l'UAF et les services de la Mairie de Montlhéry nous a énormément aidé au départ comme à l'arrivée.

Il est temps de faire la photo-souvenir. Participants, organisateurs, supporters, familles et amis se regroupent sur la pelouse pour l'incontournable cliché.

L'après-midi touche à sa fin, un repas est proposé par l'UAF. Malheureusement le traiteur a mal quantifié les besoins, nombreux sont ceux qui auraient aimé un peu de "rab". Malgré cela les cyclos gardent le sourire, mais . . . quand même . . . Le seul point noir de cette organisation.

Le départ approche. Jean-Michel, le capitaine de route de cette 16^{ème} édition, donne les dernières consignes pour la route. Le même rappel que sur tous les brevets Audax, rouler par deux, ne pas dépasser les capitaines, les éclairages, les chasubles, . . . Il est presque 22h00.

Il est temps de prendre la route cap à l'ouest. Le peloton s'élance sous les applaudissements et les encouragements des supporters. Retour dans 1200 km et 85 heures.



Enfin le départ

La 1^{ère} étape Montlhéry-St Brieuc – 446 km

Le peloton qui s'élance est constitué de 88 cyclotouristes, dont 9 féminines. Parmi ces cyclos, 12 étrangers sont venus prendre la mesure du Paris-Brest-Paris Audax.

Le peloton est bien encadré. Une première voiture ouvre la voie devant les cyclistes, à l'arrière le minibus-mécanique ferme la marche, les quatre motos assurant les passages des carrefours. Le camion-bagages et le camion-ravito sont également sur le parcours.

La météo est clémente, comme un beau soir d'été. Rapidement le ciel se fait plus sombre, et ce n'est pas dû seulement à la nuit.

Le long serpent des cyclos s'extirpe sans trop de mal de la banlieue. Parfois, quelques applaudissements saluent notre passage. 23h00, première crevaisson. Marcel Lecœur a percé, bien sûr à l'arrière, le camion-mécanique et un petit groupe de cyclos s'arrêtent, réparation rapide. De jeunes badauds nous interrogent pour savoir ce que font là ces cyclistes à une telle heure. Le petit groupe repart à la poursuite du peloton, protégé à l'arrière par le camion-mécanique. La nuit est bien noire, et les cyclos sont très heureux de profiter des phares du camion.



Les premiers kilomètres dans la nuit

60 km, nous arrivons à Maintenon. Un parking bien éclairé, Daniel et Paulette au pied du camion-ravito attendent sereinement les cyclos. C'est une nuée de sauterelles qui s'abat sur le ravitaillement. En quelques minutes les tables sont nettoyées. Il faut sortir des réserves de quoi regarnir les tables. Même les boissons sont prises d'assaut. Mais au bout de quinze minutes il faut repartir. Quelques attardés sautent en panique sur leur vélo. A cette heure-ci de la nuit la circulation automobile est calme. Le peloton roule régulièrement, et les cyclos bavardent. Une succession de petites côtes sans difficulté jalonnent le parcours. En douceur, le compteur dénivélé s'est bien mis en route.

A la hauteur de Tremblay, un petit groupe de quatre cyclos attardés se trompe de route, le camion-mécanique fait de même. Chacun cherche sa route et reprend la bonne direction, Châteauneuf. C'est à cette heure là que les premières gouttes font leur apparition et que chute l'un des participants.

Km 120, il est 3h30, le peloton arrive à Verneuil-sur-Avre. La salle



des fêtes nous accueille pour une restauration rapide. Un grand merci à la Municipalité de Verneuil. Sandwich, mais surtout soupe chaude, très appréciée des cyclos. Vingt cinq minutes d'arrêt, il faut remonter en selle.



Le tandem vérifie le parcours à Verneuil

Les premières lueurs du jour apparaissent. Moment difficile, les yeux piquent un peu, l'attention se fait moins forte, le coup de pédale est moins souple, le sommeil se fait sentir chez beaucoup.

L'arrêt de Sées (km 187) un ciel bas et gris, promesse d'une matinée arrosée. Le cadre est magnifique, mais peu de cyclos admirent cette ancienne chapelle canoniale édifiée depuis le 12^{ème} siècle. Leurs pensées sont ailleurs. Beaucoup profitent de ce bref instant pour retrouver un peu de souplesse musculaire. Le ravitaillement proposé par Daniel et Paulette fait le bonheur de tous, encadrement compris.



Au sec à Domfront

La pluie nous attendait un peu avant la Ferté-Macé. Le dénivelé s'accumule en traversant le Parc Naturel de Normandie-Maine. Enfin c'est l'arrivée tant attendue à Domfront, enfin au sec ! L'Hôtel de France nous attend. Les bagages sont sortis du camion pour permettre un changement de tenue, dans la mesure du possible. Un excellent et copieux repas "roboratif" attend la troupe. Il faut dire que l'hôtelier a l'habitude de recevoir les Audax, il connaît les besoins. Des cyclos font cercle autour de la cheminée pour sécher leurs vêtements. Il est environ 10h30, ces 255 premiers kilomètres ont ouvert l'appétit. La salle est bruyante des conversations retrouvées. Un premier abandon est signalé, Daniel Schreck venu des Etats-Unis a chuté lourdement à Tremblay, dommage de venir de si loin et de ne pouvoir atteindre son but.

Il est 12h00, il faut se remettre en route.

La météo fait toujours des siennes. Vous avez le choix, pluie, crachin, brouillard, . . . Faire du vélo sous cette météo, faut avoir le moral ! D'autant que la température n'a rien à voir avec celle d'un mois de juillet. Cette situation laissera des traces chez les participants. Malgré cela les kilomètres défilent, agrémentés par de nombreuses petites côtes. Nous passons de l'Orne à la Mayenne, puis en Ile-et-Vilaine, par de petites routes où la circulation automobile est assez calme. Nous voilà maintenant dans la Manche où un arrêt est programmé à Saint-James. Un

petit groupe d'attardés en profite pour rejoindre le peloton. Daniel et Paulette ont fait très fort. Ils nous ont trouvé un parking de supermarché couvert. Nous sommes donc bien à l'abri de la pluie, toujours présente. Les cyclos ont besoin de reprendre des forces pour lutter contre cette météo franchement défavorable. Mais ils ont aussi hâte de reprendre la route car ils se refroidissent. La Normandie avec sa météo et ses bosses ne laissera pas que de bons souvenirs au peloton. La Bretagne n'est pas loin, tout va changer ?



En route pour Landivy

Eh bien non, c'est du pareil au même. Peu après être descendus sur Pontorson nous avons retrouvé le département d'Ille-et-Vilaine, et donc la Bretagne. Une petite erreur de parcours perturbe quelque peu les capitaines de route. Mais bien vite tout rentre dans l'ordre. Le crachin (cette fois-ci breton) arrose toujours le peloton. Une petite percée dans le brouillard nous permet d'apercevoir au loin le Mont St Michel. Du côté de Dol-de-Bretagne le ciel semble avoir épuisé ses réserves liquides. Le soleil se glisse petit à petit entre les nuages, pour le plus grand plaisir des cyclistes . . . et des motards. Lors de l'arrêt de Dol les cyclos font tomber les impers. Le Massif Armoricain se montre à la hauteur, les pentes se succèdent, les descentes aussi. Nous sommes désormais dans les Côtes-d'Armor. Nous découvrons la belle ville de Dinan et prenons la direction de Trélivan. Avec le soleil le peloton a retrouvé le moral, l'allure s'en ressent, malgré le petit vent d'ouest qui tente de le ralentir.



Le soleil retrouvé sur la route de Lamballe

Le dernier arrêt de la journée se fait à Plélan-le-Petit. Un geste amical de la mairie qui nous a ouvert ses portes. Le soleil a définitivement gagné la partie, il réchauffe les corps et les cœurs. Avec peut-être un peu moins de succès le ravito est là pour satisfaire tous les appétits et toutes les soifs. Belle surprise Daniel Ropert, un grand parmi le peloton Audax, est venu se joindre au peloton.

La journée n'est pas terminée, il reste une petite cinquantaine de kilomètres pour boucler l'étape. Même si l'on est bien à Plélan, il faut tout de même enfourcher les vélos. La route est très agréable en cette fin de journée. Bien sûr, pour certains le coup de pédale est moins facile, kilomètres et dénivelés



s'accumulent. Mais dans l'ensemble le peloton reste bien soudé. Les villes et villages se succèdent, Jugon (et sa côte), Plestan (pays de légendes), Lamballe (et sa superbe collégiale), Yffiniac (le pays du Blaireau). Nous approchons ainsi de la banlieue de Saint-Brieuc, Langueux.



L'arrivée à Langueux

La première étape est bouclée un peu avant 22h00. Des supporters sont là pour accueillir les valeureux cyclistes. Les cyclos sont fourbus mais heureux d'avoir "tenu le coup". Cela fait 24h00 que les audaxieux sont partis de Monthéry. Le compteur annonce 446 km et plus de 3100 mètres de dénivelé. Le Brit Hôtel accueille le peloton pour un arrêt de 6h45, durant lequel il faudra dîner, se doucher, petit-déjeuner, calculez le temps qu'il reste pour dormir ! Certains hésitent, je prends ma douche de suite ou après le repas ? Le restaurant se remplit rapidement, le service est efficace. Les visages sont marqués, les tenues dévoilent également les difficultés de la journée. Malgré tout, les conversations vont bon train. Dès le repas terminé les cyclos ne s'attardent pas, direction la chambre ! Pas besoin de les bercer !



Langueux, un rapide repas

La 2^{ème} étape St Brieuc-Brest-St Brieuc – 314 km

Un petit déjeuner vite avalé en silence (certains n'ont ouvert qu'un œil). Les visages portent encore les stigmates des efforts de la veille. Devant l'hôtel des flashes font apparaître quelques



4h45 départ de la seconde étape

zombis, de petits phares dessinent des personnages en suivant les brillants gilets de sécurité. Derniers préparatifs, dernières vérifications. On s'assure que le copain est bien là, sinon, on court le chercher dans l'hôtel. Quelques cyclos, trop fatigués ou blessés, font l'impasse de cette seconde étape.

Pour les autres, le coup de sifflet du capitaine de route annonce le départ. Des retardataires affolés de voir le peloton partir sans eux accourent retrouver le groupe. Il est tout de même 4h45 ! La météo semble bonne, la température pas trop fraîche. La longue sortie de l'agglomération n'est pas facile, d'autant qu'il y a d'importants travaux sur la chaussée.

Nous voilà sortis de St Brieuc. La nuit est bien noire, surtout ne pas perdre de vue les petites lucioles du peloton. Heureusement le gyrophaire de la voiture ouvreuse se repère de très loin. Le jour se lève. Traversant les villages nous pouvons admirer les belles maisons bretonnes. Une petite bruine nous accompagne. Cap plein ouest, nous passons par Plouagat (pays du cycliste Cyril Gautier), Guingamp (en passant pas loin du célèbre stade du Roudourou), pour arriver à Belle-Isle-en-Terre.

Il est 7h15, et il est bien temps de prendre un bon petit déjeuner. Ce sont les élus dont Monsieur le Maire, François Le Marrec, et les adhérents du club local, qui ont la gentillesse de nous le préparer. Qu'ils soient infiniment remerciés. L'ambiance est détendue et tous profitent de cette belle salle municipale et de ce copieux petit déj.



Le petit déjeuner de Belle-Isle-en-Terre

La météo est maussade pour sortir de Belle-Isle. Comme de coutume les bosses se succèdent. Nous arrivons à Morlaix. La traversée de la ville n'est pas facile. Le peloton se scinde en deux. Dans la mesure du possible le parcours évite les grandes villes, qui sont toujours des moments laborieux pour un peloton Audax. Mais parfois il est compliqué de faire autrement. Heureusement la pause de St Thégonnec est proche. Daniel et Paulette ont installé leur éventaire sur un grand parking. Ils ont toujours autant de succès auprès des cyclos. Sept ou huit cyclos profitent de cette halte pour récupérer le groupe. Malgré cet arrêt de 15 minutes des cyclos arrivent une fois le peloton reparti. Le temps de prendre un peu de ravitaillement et de boisson, et les voilà en chasse derrière le paquet, sous la conduite de Dave, dit le "chien de berger".



Enfin Brest



La météo est toujours aussi médiocre. D'un autre côté, un point positif, le vent contraire n'est pas très puissant. Rien n'arrête nos pédaleurs, la mer n'est pas loin, alors la météo, le dénivelé, on s'en moque ! Après 150 km nous apercevons le Pont de l'Iroise dans la brume, nous sommes à Brest ! Des cyclos s'arrêtent pour une photo-souvenir.



Tout sourire à Brest

Il est 12h15, l'Auberge de Jeunesse, face au port de plaisance, nous accueille pour un repas toujours le bienvenu. 75 minutes d'arrêt, certains ont largement le temps de prendre leur repas et de trouver un coin tranquille pour un peu de repos, ou pour faire un tour sur le port.



Brest, l'Auberge de Jeunesse

Il est temps de repartir. Les voitures suiveuses abandonnent momentanément le peloton. Le pont emprunté par les cyclos est interdit aux véhicules. Tous se retrouvent à Landerneau (et son célèbre pont de Rohan). Nos roues nous conduisent à Sizun et son incontournable enclos paroissial. C'est là que nous attend la municipalité, représentée par sa Maire-adjointe chargée des sports, Madame Nicole Crenin, pour nous offrir une belle réception. Après quelques mots d'encouragement, Madame Crenin nous invite à profiter du buffet préparé par la Mairie de Sizun. Cette réception est un message amical que nous acceptons avec plaisir.



Sizun



Le Roc Trévezel

Le ciel reste insensible au plaisir du moment. Gris il est, gris il reste. Les cyclos ont pris des forces car nous attaquons bientôt le point fort de ce PBP : le Roc'h Trévezel. Avec ses 383 mètres le Roc'h est l'un des sommets des Monts d'Arrée. La circulation automobile, relativement importante, ne permet pas d'admirer le paysage comme il le mérite. Cette longue montée d'environ une dizaine de kilomètres a fait des dégâts chez les cyclos. Malgré l'allure réduite par les capitaines de route le peloton s'allonge sur plusieurs centaines de mètres. Heureusement après toute montée il y a une descente, et c'est encore le cas. Un grand dénivelé nous conduit à Scrignac, judicieusement choisi pour être un point d'arrêt-ravitaillement. Tout le monde se regroupe durant les 20 minutes de cette halte.

Il n'est pas loin de 18h00 quand nous repartons. Une succession de belles petites collines égaye le parcours. Parcours qui nous conduit à nouveau à Belle-Isle-en-Terre pour une nouvelle réception. Cette fois-ci c'est la municipalité qui nous reçoit dans son gymnase. Un grand merci à Belle-Isle pour ces deux réceptions plus que sympathiques. Après quelques mots de bienvenue et d'encouragement de Monsieur le Maire, nous sommes invités à profiter largement des fruits, friandises et boissons, mis à notre disposition.

Mais on n'est pas d'ici, il faut se remettre en selle pour une petite cinquantaine de kilomètres et remonter la belle descente de ce matin, aïe aïe ! Nous reprenons quelque peu la route de ce matin en sens inverse. A Guingamp, une petite erreur de parcours trouble le peloton. Nous retrouvons rapidement le bon chemin et après quelques bosses nous voilà de retour à St Brieuc-Languieux.



La seconde arrivée à Languieux-St Brieuc

Une vraie délégation de supporters attend le peloton. Cris, applaudissements, drapeaux, tout y est ! Les supporters ont fait le déplacement pour encourager qui un papa, qui un frère, qui un mari. Joie des retrouvailles, le meilleur des dopants ! Il est 21h55, 315 km et 2500 mètres de dénivelé. La soirée est courte, pas le temps de raconter l'étape, ce sera pour plus tard. Repas, douche, dodo, petit déj, et c'est reparti.

3^{ème} étape St Brieuc-Bellême - 293 km

Les cyclos se réveillent lentement d'une courte nuit. Après un petit déjeuner toujours aussi silencieux, les cyclos, dans un semi



automatisme, se préparent pour le troisième acte du PBP 2016. Jean-Michel est déjà devant l'hôtel, il attend tranquillement l'heure du départ. Charly et Jacques chargent les bagages dans leur camion. Les féminines bavardent paisiblement en attendant leurs compagnons. Des participants absents du peloton hier, enfourchent à nouveau leur vélo après une journée de repos.



Les bagagistes, Jacques et Charly attendent les clients

La voiture ouvreuse de Monique et Patrick se dirige devant la sortie du parking. Les motos se placent en protection du peloton. Le gyrophare s'allume, il est 4h30, l'heure du départ. Comme hier, la sortie de la ville est assez délicate. Le peloton apprécie l'aide de la voiture ouvreuse et des motards pour le conduire dans la bonne direction. La météo est incertaine, le ciel est couvert, la température de 14° n'est pas celle que l'on attend en juillet. Les jambes manquent un peu de souplesse durant les premiers kilomètres, et je ne vous parle pas de la selle ! Le premier objectif de ce matin s'appelle Dinan, à 60 km de St Brieuc. Le groupe est silencieux et avance régulièrement. Tous ont revêtu le gilet de sécurité et portent le casque (notre seule carrosserie !). Vu de l'arrière, le peloton se résume à un chapelet de lucioles rouges surmonté de brillants personnages.



En route pour Dinan

Le parcours n'offre pas trop de difficultés. Si ce n'est les pavés en arrivant à Dinan ! Dans la ville de Du Guesclin, l'UAF a bien fait les choses. Un traiteur nous a préparé un excellent petit déjeuner (il est 7h15). De plus nous sommes reçus dans les locaux du Palais des Congrès. L'Adjoint au Maire chargé des Sports, Monsieur Mathieu Jouneau, tient à nous rendre visite. Par ses quelques mots adressés aux audaxieux, il dit son étonnement et son respect devant la performance, et avoue son ignorance de notre pratique cycliste. Eh bien voilà, il n'a pas perdu sa journée, il a fait connaissance avec l'Audax. Patrick ne manque pas de le remercier de sa chaleureuse visite.

Après une trentaine de minutes le peloton reprend la route. Peu après Dinan, une succession crachin/pluie/crachin arrose les audaxieux. Malgré cela la plupart gardent le sourire, voyez les photos. Comme à l'aller un chapelet de petites bosses fait croître le compteur du dénivelé. Nous quittons bientôt les Côtes-d'Armor pour l'Ille-et-Vilaine en prenant la direction de

Dol-de-Bretagne. Puis nous retrouvons la Normandie en arrivant sur Pontorson. De là, en direction de St James le parcours ne se révèle pas simple. Le fameux crachin breton poursuit toujours le peloton. Le terrain est toujours aussi bosselé. Et pour améliorer la situation, la circulation automobile est importante. Enfin nous voilà à St James pour la seconde fois, Daniel et Paulette ont installé le ravitaillement sur le parking face à la cathédrale St Jacques.



St James

Le club de Lécousse est venu en nombre, et à vélo malgré le mauvais temps, encourager Jocelyne. Une attention amicale digne d'éloge. Le ciel est toujours aussi plombé. Quelques uns souffrent de ces mauvaises conditions, mais c'est décidé, ils continuent, n'est-ce pas Christian.



Bientôt le second passage à Domfront et son restaurant

Bien restauré, le peloton repart pour deux heures de route en direction de Domfront. Une chute sans gravité ponctue ce départ, du gravier, toujours aussi traître, en est la cause. Le petit jeu des montagnes russes use les cyclos les moins aguerris. Le sommet de la matinée est atteint du côté de St Martin-de-Landelles, il est situé à 192 m. Pour dire qu'il n'est pas très élevé, mais ces répétitions consomment beaucoup d'énergie. Nous traversons St Hilaire-du-Harcouët (pays du coureur Mickaël Chérel). A Barenton, une nouvelle chute à déplorer, la fatigue se fait sentir et l'attention dans le peloton se relâche. Nous quittons la Manche pour l'Orne. Une belle descente nous conduit à Domfront, où nous retrouvons comme dimanche, l'Hôtel de France. De nombreux amis ont fait le déplacement pour accueillir les cyclos, parmi eux un célèbre marcheur Audax, Henri Génissel venu avec une énorme boîte de gâteaux secs, spécialité locale, qui régaleront les cyclos aux ravitaillements suivants.

Les bagages ont été déchargés afin de permettre un changement de tenue. Seulement pour ceux qui ont encore un maillot et un cuissard secs ! La matinée en chiffres : 180 km et 1300 m de dénivelé. 1h30 de détente et de conversations fournies. La composition du repas est très appréciée des convives, ils y puisent du carburant pour un bel après-midi. Le temps du repas, la météo a complètement changé. Le soleil, encore timide, est de retour. Les photographes s'en donnent à cœur joie. C'est le moment de se remettre en selle. Une superbe côte attend les cyclos pour sortir de la ville. Nous prenons la direction de Sées. Nous traversons le bocage normand jusqu'à La Ferté-Macé



(pour les gourmets, pays des tripes en brochette et des tripounettes). La fatigue du peloton est notable, tout autant que les indisciplines qui se multiplient. A plusieurs reprises les motards sont obligés de demander à certains de rentrer dans le rang (d'ailleurs souvent les mêmes). Nos roues nous conduisent bientôt jusqu'à Carrouges (et son superbe château). C'est quelques kilomètres plus loin que nous atteindrons le sommet de la journée, un peu plus de 400 m, avec de bons pourcentages. Et c'est donc par de belles descentes que nous arrivons à Sées.



A Sées, Jean-Marc a de la visite

Quand nous y sommes passés dimanche la météo n'était pas très clémente, aujourd'hui il fait grand soleil. Le parcours de cet après-midi n'est pas facile, mais le soleil redonne des forces. Daniel a posé son camion au même endroit que la première fois, pas besoin de chercher. Comme lors des arrêts précédents, les cyclos ont faim et soif ! Du salé, du sucré, de l'eau, des jus de fruit, du coca, . . . Daniel sait prendre soin de ses sportifs. Cette fois-ci les cyclos prennent le temps d'admirer la cathédrale Notre-Dame et la chapelle canoniale. La belle météo aide certainement à lever le nez . . . et les yeux.



Le peloton dans les environs de Gravelle

Encore une grosse quarantaine de kilomètres pour boucler la journée. Nous sommes sur les routes tranquilles de l'Orne pour le restant de la journée. Le parcours se fait moins mouvementé. Malgré tout, le peloton a hâte d'arriver.



Les cyclos heureux d'être à l'étape de Bellême

Voici le petit bourg de Bellême. Jean-Michel nous a trouvé un superbe hébergement dans un golf (mais nous n'aurons pas le temps de sortir nos clubs). Un trois étoiles rien que ça ! Nous arrivons aux alentours de 20h45 après 113 km et 1200 m de dénivélé pour l'après-midi. Le temps de ranger le vélo, et voici déjà les cyclos à table. Le restaurant accueille les convives autour de belles grandes tables. Le service a un peu de mal à se mettre en place, mais après un moment tout rentre dans l'ordre, avec parfois quelques moments de flottement. Le repas est bon et convient parfaitement aux pédaleurs. Celui-ci terminé, les cyclos n'ont qu'une idée rejoindre leur chambre. Là, ça se complique un peu. Les chambres se trouvent dans de petits pavillons disséminés dans la verdure. Fallait bien écouter les conseils du personnel pour trouver son logis ! Sinon c'est un peu un jeu de cache-cache. Tout le monde a du trouver sa chambre, car au bout d'un moment le calme est revenu sur le domaine.

4^{ème} étape Bellême-Monthléry – 162 km

Aujourd'hui le petit déjeuner est encore plus matinal. Certains marchent au radar. « Tiens, fait pas chaud ce matin ».



2h30, c'est l'heure du petit dej !!!

La voiture ouvreuse se met en place et allume son gyrophare, seul point lumineux du moment. Par petits groupes les cyclos rejoignent cette lumière comme le feraient des insectes. Il est bientôt l'heure, et il manque du monde à l'appel. Il faut dire que la nuit a été courte, il est 3h00 du matin. Jean-Michel se décide à lancer gentiment le peloton, forçant ainsi les traînants à s'affoler un peu. Certains ont un peu de mal à se mettre en jambe. La météo n'arrange rien. Il fait froid (suivant les avis de 6 à 8°). Les cyclos n'avaient pas prévu cette fraîcheur. Nombreux sont ceux qui regrettent les gants d'hiver et le maillot manches longues.

C'est le froid ou le sommeil qui rend le peloton aussi silencieux ? Allez savoir. Après quelques kilomètres une chute est déplorée, un manque de vigilance, certainement la fatigue. Le parcours est encore bien bosselé, pas facile après toutes ces heures de selle, mais au moins ça réchauffe ! Un peu avant Nogent-le-Rotrou nous passons en Eure-et-Loir. La traversée de cette agglomération se déroule sans problème, la plupart des nogen-tais dort encore. Petit à petit le jour se lève. Il nous découvre une campagne superbe. Des bancs de brouillard enveloppent le paysage, le panorama est à la fois magnifique et irréel. Mais ces belles images n'empêchent pas le peloton de réclamer avec impatience la venue du soleil.

Bailleau-le-Pin, voici le premier arrêt de la journée. Il est plus de 6h00, après 65 km, le peloton est en retard sur l'horaire. Daniel a installé son stand sur une petite placette coincée entre la Mairie et l'Eglise. Charly et Jacques sortent les bagages du camion. Les cyclos sont heureux d'y trouver des vêtements chauds. Quelques voisins se mettent à la fenêtre, intrigués par le bruit des conversations.

Les plus téméraires ont hâte d'enfourcher à nouveau leur vélo. Rapidement le peloton se remet en route. Depuis un moment le parcours se fait plus facile. Ce n'est pas l'approche de "l'écurie" qui rend la pédalée plus aisée, c'est que tout simplement nous





Le soleil arrive enfin

descendons sur le bassin parisien. Nous traversons de petits villages endormis, le passage furtif du peloton ne réveillera personne. Voilà enfin le soleil, nous sommes tout de même en juillet, que diable ! C'est avec un certain plaisir que les cyclos retrouvent une température presque estivale. Les petites routes d'Eure-et-Loir nous conduisent alors au village de Garancières-en-Beauce.



L'ultime arrêt de Garancières

Nous arrivons à l'ultime arrêt de ce brevet. A l'occasion de ce dernier ravitaillement, de très nombreux amis sont venus à la rencontre des cyclos, dont Jean Veillet, président de l'UAF de 1982 à 1988. Les photographes mitraillent à tout va. Un grand et chaud soleil d'été éclaire ces retrouvailles. Pour l'occasion, Daniel et Paulette ont préparé un superbe buffet. Les conversations joyeuses des cyclos et leurs sourires font plaisir à voir. C'est là le signe de la réussite.



Un peu de repos avant les derniers kilomètres

Malgré tout, nous ne sommes pas au bout du parcours. Il faut enfourcher le vélo et chausser les pédales. Peu après Garancières nous abordons l'Ile-de-France par l'Essonne. La circulation automobile est bien sûr un peu plus dense, mais Jean-Michel a déniché un maximum de petites routes où le peloton avance serein. Quelques plis du terrain vers Marcoussis (où nous ne verrons pas de rugbyman) nous rappelleront que l'Ile-de-France n'est pas que plate. Encore quelques tours de roues et nous voici de retour à

Montlhéry, il est 11h29, 1214 km au compteur et presque 10000 m de dénivelé.



La joie de l'arrivée

Les familles et les amis sont là à attendre impatiemment l'arrivée des audacieux. Dès la tête du peloton aperçue, les applaudissements et les vives éclatent. Les supporters crient leur joie et leur admiration devant la performance. Les parents et amis venus en nombre applaudissent l'exploit et embrassent les audacieux. De nombreuses personnalités sont là pour saluer ces valeureux cyclistes, le Maire-adjoint de Montlhéry Monsieur Mathieu Jouneau, Isabelle Gautheron Directrice, Technique Nationale de la FFCT, Evelyne Bontems-Gerbert, Présidente de la Ligue Ile-de-France FFCT, et Yves Blondiaux vice président du Club Cyclotouriste de Linas Montlhéry.

La boucle est bouclée, le brevet est réussi. Beaucoup d'émotion dans le peloton, quelques yeux laissent trahir l'intensité du moment.

Ca n'a pas toujours été facile, mais le pari est réussi, tout le reste est oublié. La performance est aussi bien physique que morale. Il faut saluer ces participants, pas toujours très jeunes, qui ont démontré qu'un sport raisonné permettait tous les exploits. Ce n'est pas une victoire "contre", mais "avec" ses compagnons de route, une victoire partagée.



L'épilogue

Après tant d'efforts et d'émotions on ne peut se quitter comme ça dès l'arrivée franchie. C'est pourquoi l'UAF invite tout le groupe à un banquet. C'est avec bonheur que les cyclos se retrouvent autour de la table. C'est aussi avec bonheur, entourés de leur famille et amis, qu'ils commencent le récit de ces cinq jours pas comme les autres.

Patrick et Jean-Michel profitent de ce moment convivial pour remettre à chacun un souvenir de ce beau brevet, en commençant par les 9 féminines, à qui ils offrent de superbes bouquets. Monique et Charly sont récompensés pour leurs nombreuses participations en tant que bénévoles, celle-ci, nous ont-ils dit étant leur dernière sur un long brevet.

Le repas terminé, chacun s'en retourne, des souvenirs plein la tête et la joie au cœur d'avoir réalisé le plus beau des brevets Audax.

Rendez-vous dans cinq ans . . .

Jacques Torgue

Paroles de cyclos

Mon premier PBP

J'ai réalisé pour la première fois la randonnée Paris-Brest-Paris en Audax et ce fut une excellente expérience pleine de convivialité et d'entraide, aussi bien sur les brevets réalisés de 100, 200, 300, et 400 km que sur ce grand parcours. Je souhaite poursuivre cette expérience et un grand merci pour cette organisation impeccable.

Patrice Hebert

J'ai adoré

Merci à toute l'équipe d'encadrants, sympathiques et efficaces. C'était mon premier Paris-Brest-Paris Audax et j'ai adoré ce grand train humain si convivial et si modeste, malgré un effort pour le moins conséquent. Et maintenant que le PBP et les brevets qualificatifs sont passés, il va pouvoir faire beau !

Laurent Frappat

En famille

Je me suis inscrit cette année car j'accompagnais mon gendre qui était désireux de participer à cette belle épreuve. Je remercie encore toute l'équipe qui nous a emmenés à bon port. J'étais l'an dernier sur le randonneur mais on ne peut pas trop comparer ces deux épreuves, l'une à allure libre et l'Audax où on est emmené par le groupe ce qui donne un peu plus de confort. L'ambiance fut très bonne et la météo assez conciliante. Je féliciterai le capitaine de route de Laval, Jean-Phillipe, qui est resté à mes côtés quand j'ai eu des crampes. Au niveau de la restauration et des hôtels il n'y a rien à dire mais on a pas beaucoup de temps pour en profiter ! Il y a toujours un très bon esprit et cela permet de passer plus facilement les difficultés. La vie de groupe permet de partager les bons et les mauvais moments. Mes années de participations aux Paris-Brest-Paris Audax : 1976-2006-2011-2016 Longue vie aux Audax et encore BRAVO !!!!!

Henri Bourel

Une saveur particulière

Je tiens à féliciter l'organisation de ce Paris-Brest-Paris qui est pour nous tous un des objectifs de notre "carrière" de randonneur. Tous les bénévoles ont été parfaits, prêts à rendre service et avec le sourire malgré le manque de sommeil pour eux aussi. Il faut savoir que la mise à disposition de nos bagages représentait la maintenance de deux tonnes à chaque fois. J'ai quand même eu "un coup de gueule" ! Lors de la dernière étape, j'ai pu constater que des participants avaient des éclairages défectueux. Un de nos compagnons de route n'avait pas de chasuble, ni d'éclairage avant et arrière. C'est inconscient ! Pour moi, ce Paris-Brest-Paris à une saveur particulière n'ayant repris le vélo à la suite d'une opération chirurgicale subit quinze jours plus tôt. J'avais été contraint de déclarer forfait pour Bordeaux-Paris. Amicalement

Jean Turmel

Bravo

En tant que motard, j'ai vu des hommes et des femmes très courageux (ses) de pédaler la nuit comme le jour par tous les temps, aussi bien sous la pluie que la chaleur, avec très peu d'abandon, et en très peu de temps seulement (3 jours et demi). C'est fantastique cette épreuve. C'était mon premier Paris-Brest-Paris, j'en garde un très bon souvenir. Merci à vous tous.

François

PBP AUDAX

une première pour moi

Une organisation au top. Les restaurants ainsi que les hôtels étaient vraiment bien choisis et nous ont réservé un très bon accueil. Une immense reconnaissance aux accompagnants, toujours là pour nous servir, et nous encourager.

Une très belle aventure riche en rencontres et en émotions.

Un grand BRAVO et MERCI à toutes et tous.

Sylvie Laverdure

Prêt à repartir

Un seul petit bémol, le casse-croûte avant le départ était un peu juste !!

Pour le reste tout était parfait : rigueur des horaires, ravitaillements, repas, hôtels.

Excellente convivialité, bonne sécurité.

Prêt à repartir l'an prochain si vous avez une nouvelle randonnée organisée.

Félicitations.

Hubert Jégu, Club de Lamballe (22)

La joie d'avoir réussi

Pour moi, ce Paris-Brest-Paris était une première, approchant les 70 printemps et n'ayant jamais participé à cette mythique randonnée j'ai voulu me lancer et je n'ai pas eu à le regretter. Rapidement l'entente s'est établie dans le groupe et la convivialité s'est installée, avec solidarité et humilité. Nous avons fait face chacun à des difficultés mais également à des satisfactions de réussite et de joie. La progression dans l'effort et le dépassement de soi sont rassurants et nous en éprouvons une grande satisfaction même si c'est parfois dans la souffrance. Depuis 2010, j'ai fait quelques randonnées certaintes de type « audax » comme « l'Euro PN » mais je n'ai pratiqué de vrais « audax » que depuis l'an dernier avec le « Paris-Nice », épreuve où j'ai été souffrant, raison supplémentaire pour m'affirmer dans ce « PBP audax ». Maintenant que l'épreuve est terminée nous en éprouvons une certaine tristesse d'avoir à nous séparer mais avec la joie d'avoir réussi et pouvons nous rappeler ces souvenirs partagés avec les photos, et le film qui sera réalisé.

Christian Watrin



Le pari fou

Cette aventure à commencé le soir du 31 janvier 2010 après le fromage ... moment propice aux vœux, résolutions et diverses élocubrations ... *«l'an prochain je ferai le Paris-Brest-Paris, pi c'est tout !»*

Première semaine 2012 acquisition d'un vélo d'équipements puis adhésion à l'E.C.P de Plérin.

Le constat fût immédiat pour moi ... l'objectif du PBP est conservé mais pas cette année !

Puis ce fût l'apprentissage avec le club d'abord puis viendront les brevets et mon premier PBP en 2015.

Les AUDAX m'attiraient pour leur histoire, pour ces histoires d'exploits ordinaires... début 2016 adhésion à l'UAF, participation stage à Beaufort-en-Vallée avec le STAFF, Jean-Luc, Patrick et Jean-Michel.

Puis le 200 de Jean-Luc, Brevet 400 de Jean-Philippe à Laval.

L'aventure recommençait cette fois moins individuelle... en tous cas moins solitaire.

Pour ce qui me concerne l'aventure 2016 fut une confirmation une validation. Les moments intenses furent vécus intimement sourires, rires sous le casque... larmes ... étant un rien émotif, il est certain que les conditions de roulage, de fatigue favorisent et amplifient le ressenti.

Un regret quand même, ne pas avoir voulu ou pu accepter de passer en tête du peloton à Plélan-le-Petit. Jean-Michel me l'avait proposé et je ne pouvais pas à ce moment là. Avec le recul je crois que j'avais peur... et des motifs on en trouve toujours.

Rendez-vous le 6 mai 2017 à Plérin pour notre premier brevet 200 AUDAX !

Alain Barbedienne

Déjà en 2021

Tout d'abord je voudrais remercier très sincèrement tous les bénévoles qui ont donné beaucoup de temps et d'énergie pour mettre sur pied, organiser et encadrer cette merveilleuse épreuve qu'a été ce PBP Audax 2016.

Pour ma part il s'agissait de ma première participation en Audax et j'ai beaucoup apprécié, comme dans les différents brevets préparatifs, cette allure régulière, les horaires rigoureusement respectés aux arrivées (chapeau les capitaines de route) mais qui stressent un peu aux départs pour les plus attardés, les arrêts intermédiaires qui permettent de se dégourdir les jambes et de combler un petit creux.

Pour ma part ni le froid de la première nuit ni la pluie du dimanche ne m'ont posé de problème, je n'ai pas ressenti de problème de sommeil et tout s'est parfaitement déroulé jusqu'au retour de Brest à Saint-Brieuc (km 760) où j'ai commencé à ressentir quelques raideurs au niveau des cervicales. J'espérais que la nuit allait suffire à gommer ce problème naissant mais au départ mardi matin elles étaient toujours présentes et n'ont fait que s'amplifier tout au long de la journée. Relever la tête devenait une galère. Cela m'a d'ailleurs valu une chute sans gravité pour laquelle quelques compagnons présents à mes côtés se sont empressés de m'apporter leur aide, que j'ai beaucoup appréciée. Des âmes charitables m'ont prêté ici une minerve en laquelle j'espérais qu'elle résoudrait mes souffrances, là un comprimé de Doliprane, rien n'y faisait.

J'ai, malgré tout cela, pu continuer mon périple un peu après Sées au km 1018 précisément où Jean-Luc m'a sagement invité à l'abandon. Je pensais pouvoir rejoindre Bellême par mes propres moyens mais je ne pouvais plus suivre le groupe.

Malgré cet abandon j'ai gardé de cette épreuve tout le plaisir que j'ai éprouvé pendant les 760 premiers kilomètres. J'en ai tiré les conclusions, après aussi les conseils avisés de Jean-Michel qui m'a vivement conseillé de revoir ma position sur le vélo ce dont je vais m'appliquer à faire dès cette rentrée, et je serai, je le souhaite vivement, des vôtres pour le Montgeron-Galibier 2017 et je l'espère aussi pour le PBP Audax 2021.

Vive l'UAF Amitiés sportives

Paul Paillardon

Aigle d'or

Je tiens à remercier tous les organisateurs de l'UAF et accompagnateurs pour leur aide et assistance. Qui m'ont permis cette année de réaliser mon deuxième PBP et d'obtenir ainsi mon deuxième Aigle d'or. Ce brevet m'a permis de partager avec mes amis(es) cette belle aventure. J'ai apprécié le parcours, même si sur le vélo j'ai dit c'est terminé, j'espère si la santé me le permet revenir pour une troisième fois. En audax on se fait des amis(es) et c'est super de se retrouver et de s'aider dans les moments où les douleurs se font ressentir. A bientôt pour d'autres brevets.

Dominique Binois

Un grand merci

Un grand merci, mais aussi un énorme bravo pour ce magnifique brevet. L'organisation était parfaite sans faille. Ce brevet Paris-Brest-Paris est mon second brevet après un 400 km fait un mois avant. Grâce à vous j'ai enfin goûté aux sorties longues distances que je ne connaissais pas. Il me tarde les prochains brevets pour tous vous revoir.

Encore un grand merci, bravo à l'UAF à tous ses membres dirigeants et ses bénévoles si dévoués, qui à mon avis sont encore plus méritants que nous vu tout le travail qu'ils ont fait.

Allan Seignol

Avis aux hésitants

Très beau parcours, de jolis centre-villes traversés et des routes agréables car relativement peu fréquentées par les voitures.

J'ai été surpris de la relative facilité pour finir mes premiers 1200 km. J'avais fait les brevets, des sorties régulières mais rien d'exceptionnel.

Avis aux hésitants !

Cette gestion à allure modérée et des courtes nuits a été très instructive et me servira de modèle pour mes prochaines longues distances en solo.

Seul "coup de moins bien" entre 16 et 18 heures le premier jour, le temps couvert et la pluie froide m'invitaient plus à la somnolence qu'à la vigilance nécessaire pour continuer. Heureusement le soleil est revenu en fin d'après midi pour me réveiller.

L'intérêt de l'Audax réside dans les rencontres sur selle et les échanges au-dessus du guidon.

J'ai pris beaucoup de plaisir à tous ces partages d'expérience et je souhaite le refaire bien évidemment.

Un énorme merci aux organisateurs car je sais l'important travail accompli, avec mention spéciale pour Jean-Michel. Nous étions choyés, logés et nourris. Nous aurions pu être bordés mais on s'endormait avant !

Il faudra bien qu'apparaisse le mot fameux de Jean-Claude pour cette édition 2016 : dans Audax il y a Eau !

Denis Scala 46 ans
CT Ville de Sceaux



Paris-Brest-Paris ... toute une histoire ...

Mon premier PBP Audax a eu lieu en 1976, cette année fut célèbre par sa canicule et je vous garantis qu'il a fait chaud, très chaud. Je ne vais pas énumérer toutes les éditions réalisées depuis cette époque. Si j'étais présent en cette année 76, c'est que j'avais découvert la formule Audax en 1969, lors du premier Paris-Bruxelles-Paris, qui fut tout aussi chaud. La qualité de cette formule devrait trouver sa place dans l'école de la randonnée,

car elle permet d'apprendre à pédaler de manière régulière, sans à-coups, en ménageant des arrêts réguliers et courts. Ni plus, ni moins que l'application des préceptes de Vélocio. Force est de constater que ces notions se perdent, car dans la formule randonneur on trouve de moins en moins de pédaleurs stylés.

Autre particularité en cette année 2016, les brevets randonneurs se sont substitués aux brevets Audax pour se qualifier. Ce n'était pas envisageable lors des éditions antérieures. La raréfaction des brevets organisés en Bretagne ou sur le territoire a renforcé la difficulté de coordonner des dates qui conviennent. Nous avons effectué les brevets avec Christian qui, malheureusement, n'a pu se rendre au départ de PBP suite à ses ennuis sur le Bordeaux-Paris, bien imprévisibles. La suite de l'année nous donnera raison de ce choix sensé, même s'il paraissait bien en forme entre Saint-Brieuc et Brest.

La présence imprévue d'Alexandrine était pour moi un peu

inespérée. Malgré son peu de préparation physique, elle a pédalé avec une facilité déconcertante faisant honneur à cette formule et à tous les capitaines de route qui ont promu les Audax au court du long passé historique.

Beaucoup vont raconter leurs aventures sur cette session 2016 sachant qu'aucun voyage entre Brest et Paris n'est identique. Tout est variable, le temps, le vent, la température, les hommes,

les femmes, les encadrants, le paysage, notre forme du moment et le matériel, etc...

Le dévouement des dirigeants de l'UAF et des bénévoles est exemplaire, il est l'aboutissement de 4 années de travail. Il serait judicieux que la formule Audax regagne ses galons et se développe de nouveau dans les clubs auprès des jeunes, avec un esprit sportif, des enjeux de distance et le plaisir de rouler ensemble. Ce sont là, les valeurs essentielles d'un sport et du cyclotourisme. En découvrant la formule Audax, si on arrive à

franchir les différents paliers de distances depuis le 100 km jusqu'au 1 200 km et bien ensuite on peut tout se permettre en matière de vélo, de randonnée, de voyage dès lors qu'on pédale à sa propre mesure et sans amour propre comme disait Paul de Vivie.

Longue vie aux Audax

Dominique Lamouller

Président de la FF Cyclotourisme



La météo n'est pas clémente, même pour un président.

Le contrat est rempli !

Voilà, je viens de « boucler » sans doute mon huitième et dernier « Paris-Brest » version Audax auxquels j'ajoute cinq randonneurs. Pour ma part le contrat est rempli (!!) je quitte la scène comblé non sans une certaine émotion, empreint de nostalgie, des souvenirs accumulés pleins les poches, des moments inoubliables partagés au fil des années avec nombre d'amis (es) !! Que je n'oublie pas.....

Cependant il reste aujourd'hui nombre de challenges accessibles afin de ne pas perdre cette foi qui m'anime depuis une quarantaine d'année. Une pensée particulière à Jacques LANNOY mon premier capitaine de route de la première heure, qui m'a initié aux « mousses » lors des finales d'étape, à Gérard GIQUEL valeureux guerrier baroudeur si l'en est !!!, Billy et Mary (USA), et mon copain Bob trouvé dans le ruisseau il y a maintenant plus de vingt ans, avec qui j'ai partagé nombre de savonnettes !!.

En 2016 merci Jean Michel, Dave, Jean Philippe, Pascal et les autres à la bonne humeur et compétence constante, comme Fred « l'élégant », Dominique, Gérard, Joël, Marcel, Marc, et bien d'autres. Également beaucoup de propos échangés, empreints de gentillesse, avec les « filles » comment vous oublier ?!!! Coucou à Alexandrine, Nathalie, Judith (my little rabbit), Sylvie, Irmgard, ect....

Efficaces, courageuses, face à ce rude défi.

Mon objectif cette fois, était je ne le cache pas de « suivre » le rythme imposé, dans la joie et la bonne humeur. Réussi dans une certaine mesure si ce ne sont les « hérissos » présents dans mon cuissard lors du final !!! Déçu (!!) de n'avoir dégusté avec les amis (es) un coup de cidre et une crêpe au royaume de Bretagne (un comble) !!!, mais en Mayenne on m'a offert du gingembre (c'est chouette, ça pique !!!)... ... et ça remplace..... !

Sentiments perçus et rencontrés lors de ce brevet ? Appréhension de « percer » et rencontrer des problèmes mécaniques. Il n'en fut rien, ce qui ajoute à ce sentiment de plénitude et de bonheur qui m'anime désormais à l'issue de cette grande « messe ».

Maintenant place à l'Euro PN, une pensée à Alain CHALLANT, encore de bons moments de convivialités et d'amitiés en perspective, en guise de dessert pour achever cette belle saison prolifique.

Au revoir à toutes et à tous une page se tourne, pas trop vite j'espère ! Vais-je m'orienter vers la marche (si le corps

suit...) pour perdre 100 grammes !! et donner un coup de main à l'Union !!!

Améliorer mon Anglais (pour dialoguer plus !!) Merci aux motards (Sécurité), et à l'encadrement sauf Jean-Luc que je n'embrasse pas (!!!!) bien entendu.

Jean Claude Gautrin,

Savigny sur Orge le 14 juillet 2016



Jean-Claude et son ami Bob



Pour occuper ma retraite . . .

Jean-Luc Tréberne m'avait proposé en début d'année à m'intéresser à cette grande messe. Partant à la retraite fin mars, j'ai accepté et je me suis donc fixé les deux gros objectifs de l'année, Bordeaux-Paris et Paris-Brest-Paris. Jean-Luc s'est occupé de toute l'organisation et a formé un petit groupe de sept au départ de Rezé.

Ayant beaucoup souffert sur le Bordeaux-Paris surtout les 150 derniers kilomètres j'ai longtemps cogité pendant les trois semaines qui ont précédé, mais finalement encouragé par les copains je me suis lancé dans l'aventure avec beaucoup d'appréhension.

Arrivés à Montlhéry vers 15 heures l'attente fut longue jusqu'à 22 heures. Enfin nous partons difficilement, beaucoup de stress dans le peloton, mais après quelques kilomètres tout le monde prend ses marques et je roule derrière les mains crispées sur les freins. A Verneuil-sur-Avre j'enlève mon cuissard long que j'avais mis par dessus le court car j'avais beaucoup souffert de la selle sur le Bordeaux-Paris (ce n'était pas la bonne solution !). Ensuite mes freins arrière faisaient un bruit terrible, encore grosse erreur j'avais monté des patins dura-ace céramique. J'ai donc freiné tout le long du parcours qu'avec les freins avant !

La première journée commençait très mal

surtout que vers 4 heures du matin la pluie a commencé à tomber de plus en plus fort et je n'avais qu'une hâte : arriver à Domfront. Heureusement une belle cheminée nous attendait et nous avons pu nous sécher un peu tout en nous réchauffant. Le départ fut difficile surtout que la pluie redoublait et les bosses s'enchaînaient. (Les bosses pas de problème je suis originaire d'un département 65 plutôt montagneux, mais la pluie pas trop pour moi.) Le moral n'était pas au beau fixe. Mon copain Jean qui me demandait comment ça allait, je lui annonçais que j'avais envie d'abandonner, heureusement celui-ci me sermonna un petit peu et je m'accrochais jusqu'à Saint-James où j'ai pu récupérer. La pluie s'étant arrêtée le moral est revenu.

Ensuite tout est allé très vite, hôtel, repas, dodo, réveil et à nouveau départ, pas le temps de trop cogiter ! Les deuxième et troisième journées se sont bien passées surtout qu'au départ de l'auberge à Brest le vent nous a agréablement poussé. Je me suis même permis, avant d'arriver à Bellême en traversant les Alpes Mançelles, de rouler derrière les capitaines de route, ce qui évite tous les à-coups que l'on a en roulant en queue de peloton.

La dernière journée fut plus difficile, temps plus frais et mal au dos mais l'arrivée est en vue et je me dis que c'est gagné !!



Après le repas tous ensemble et la remise des médailles nous repartons sur Rezé, euphoriques !

Merci à tous, les organisateurs, les capitaines de route, les suiveurs, les bénévoles, les autres participants avec qui j'ai pu discuter un peu, malgré la fatigue, et à l'accueil des Bretons !

A dans 5 ans cela devrait mieux se passer avec l'expérience que j'ai acquise mais je ne regrette rien, bien au contraire !

Joachim SéSé (dossard 44)

18

L'Audax, une gestion du temps structurée

Mes préparations : 200 km randonneurs Dieppe, 200 km audax Boncourt, 300 km à Flins randonneurs, 400 km audax à Montgeron, 600 km de Bordeaux-Paris Audax.

Départ le samedi soir à 22 heures.

L'allure est soutenue et constante mais tout va bien il fait beau et on rentre dans la nuit avec plus tard un ravitaillement à Maintenon. La nuit se passe tellement facilement que je ne me souviens de rien, très vaguement du ravitaillement de Verneuil-sur-Avre, je me souviens aussi du restaurant Hôtel de France à Domfront. La pluie nous accompagnera pendant un certain temps et ce au moins jusqu'à St James, où nous sommes à l'abri du parking d'un centre commercial, mais il nous reste encore à atteindre Saint-Brieuc, vents et bourrasques nous accompagnent. Les derniers kilomètres avant Saint-Brieuc sont très longs et de plus ça monte ! Je suis complètement cuit et je ne demande qu'une chose c'est pouvoir dormir, mais il

faut passer le temps nécessaire pour le repas qui bien que le service soit rapide me semble très long. Dans l'état où je suis je m'arrêterai bien là....

Mon collègue Gérard tout juste arrivé dans la chambre s'écroule et s'endort comme un bébé, je prépare mes petites affaires pour le lendemain et ! Je me réveille en pleine forme après 3 h 30 de sommeil !

Départ dans la nuit pour Brest, l'allure est soutenue mais tout à fait supportable, je suis surpris par le pourcentage des bosses que l'on a à gravir. J'essaie de ne pas me faire mal et dans la mesure où je suis bien placé dans le peloton, je me laisse glisser vers l'arrière pour terminer les côtes. Dans la descente qui suit, je regagne aisément les places que j'avais perdues. Les capitaines de route régulent l'allure en terminant tranquillement les côtes, toutefois une petite dizaine de nos compagnons de route décrocheront et formeront un petit groupe à l'arrière. On arrivera sur Brest avec la brume pour y déjeuner et on passera le célèbre pont à contresens par rapport au Paris-Brest randonneurs.

Ce sera long pour revenir sur Saint-Brieuc. Lors du dernier ravitaillement je pense avoir dormi 10 minutes. C'est à peine suffisant pour rentrer sur Saint-Brieuc sans avoir à serrer les dents. Toutefois je pense à Philippe notre copain de Bonnières, qui s'est fait décrocher avant de faire une erreur de parcours et qui rentrera vers minuit alors que notre repas était terminé vers 22 h 45.

Comme à son habitude mon collègue Gérard, à peine arrivé à la chambre, s'écroule et s'endort jusqu'à 2 h 45. Toutefois le réveil est facile et la forme est là. Nous sommes contents de retrouver au petit-déjeuner notre ami Philippe qui ne semble pas trop mal. Le départ du groupe dans les zones industrielles de Saint-Brieuc est trop rapide. Des voix se font entendre pour le



Saint-James



Pas chaude la campagne pour cette dernière étape

signaler dont la mienne, surtout que nos amis qui ont souffert hier pour aller à Brest et rentrer difficilement, doivent se remettre en route tranquillement. Le rythme se calme sous l'impulsion de Jean-Michel.

Le petit déjeuner à Dinan nous requinque au maximum, et nous permet d'atteindre Domfront gaillardement. La succession des côtes et vallonnements jusqu'à Sées nous émousse profondément et il nous faudra encore forcer un peu pour grimper les dernières bosses jusqu'à Bellême.

Pour ma part lors du ravitaillement de Sées j'ai réussi à oublier mon casque dans l'environnement de la cathédrale, donc demi-tour. La rue est en sens interdit, je dois faire le tour du pâté de maison vitesse grand V, récupérer le casque et reprendre le parcours. Des gamins me confirment le passage du peloton, j'embraye pour essayer d'apercevoir le groupe au bout de trois kilomètres, ils sont là-bas, ouf, je suis sur la bonne route, je rentre facile.

Bellême je connais, je suis un peu surpris, je pensais arriver par le haut et on se retrouve à descendre dans une vallée et remonter une bosse que je n'avais pas prévue....

Pour la dernière nuit, on a encore droit au grand confort, le repas dure un peu..., mais gérer un groupe de 110 personnes n'est pas aisé en aussi peu de temps Demain matin réveil 2 h 15 pour départ trois heures. On ne cherche pas le sommeil, il nous prend naturellement. Le réveil sonne déjà, petite toilette, petit-déjeuner, préparation des sacs, récupération des vélos, le temps passe vite. Dans la nuit, on croise d'autres fantômes manches et marques fluorescentes. Les motos de la sécurité ronronnent déjà, et je m'aperçois que j'ai oublié une veste cyclo dans la

chambre, il est trop tard pour aller la récupérer, le portable d'un motard informe un bénévole du camion bagage qui récupérera sympathiquement mon vêtement, surtout qu'il fait un froid de canard. A 3 heures le groupe se met en route, ruban de feux rouges qui tranche la nuit. Le rythme est acceptable la fin des côtes se termine aussi gentiment que le début. Vers 4 h 30, il fait toujours très froid et nous sommes de plus en plus frigorifiés avec le jour qui commence à poindre, il fait 6° selon certains GPS.

Les zones boisées ont gardé un peu de chaleur de la veille alors que les zones en rase campagne sont franchement froides, mais comme d'habitude je me suis presque trop couvert et pour ma part je supporte, alors qu'à côté de moi j'en vois qui doivent regretter d'être aussi peu couverts. A 6 h 30 au ravitaillement quelques-uns se fauillent dans un café pour boire une boisson chaude, le camion bagage a descendu les sacs et je peux récupérer ma veste oubliée que j'enfile.

La Beauce se laisse traverser gentiment jusqu'au dernier ravitaillement, c'est gagné !!!

Je vais terminer mon troisième Paris-Brest et je vais me laver de l'affront que m'avait fait subir une sournoise tendinite lors de Paris-Brest randonneurs 2015, ne me permettant pas d'aller plus loin que Sens-de-Bretagne.

Je ne connaissais pas cette formule et je suis ravi de l'avoir découverte, je la conseillerais à des néo-prétendants aux Paris-Brest randonneurs ; ayant testé les deux formules, il ne faut pas croire que c'est beaucoup plus facile, la distance et la réduction des heures de sommeil, donc de la fatigue sont ici aussi présentes mais la gestion du temps est plus structurée.

On gagne du temps, merci, messieurs les motards dans les villes et les villages, merci aussi pour la sensation de sécurité qu'ils nous procurent.

Les capitaines de route savent réguler l'allure pour respecter l'horaire et savent moduler le rythme suivant le profil du parcours.

Merci aussi aux bénévoles des camions bagages et ceux de la restauration sur les petits ravitos, merci aussi aux photographes qui ont immortalisé l'événement.

Merci aux organisateurs de ce périple.

Merci pour ma médaille reçue lors du repas de clôture, que je suis allé chercher ... en courant ... !

Bravo à tous les valeureux participants et valeureuses participantes, bravo Gérard, et à Philippe qui a bien terminé, bravo avec mention spéciale à Jean-Pierre qui avait confondu au retour dans la Beauce un fossé avec son lit...

Francis Pontier N° 28



Bailleau le Pin



Gérer ses temps faibles Gérer ses temps forts

Merci à toute l'équipe de PBP 2016 pour m'avoir permis de mener à bien cette aventure personnelle et collective.

Personnellement, cet AUDAX m'aura permis d'apprendre à gérer les temps faibles en attendant de retrouver de l'énergie et de gérer les temps forts en m'économisant en pensant à la suite. Cette distance de longue endurance me permettra de me sentir plus fort dans les épreuves du quotidien en acceptant les souffrances

Collectivement, j'ai pu me rendre compte que l'on était plus fort en se rapprochant des autres, en conversant la nuit pour combattre le sommeil et le jour pour comprendre les motivations de chacun et les mettre en miroir avec les siennes.

Ce Paris-Brest-Paris en appellera sûrement d'autres pour continuer à avancer tranquillement vers mes limites et pour parfaire mon moral.

Merci encore pour cette tranche de vie passée ensemble et vive l'Audax.

Les points positifs de l'organisation.

- très bonne ambiance entre les membres du staff qui se répercute sur l'ambiance du peloton.
- Jean-Philippe : capitaine de route qui profite des descentes pour gagner un peu de temps
- restaurant Domfront. Très bonne organisation avec les trois plats sur la table, ce qui permet de manger rapidement et de se reposer ensuite.
- repas et cérémonie de clôture conviviale, laissant la possibilité aux participants d'exprimer leur émotion.

Les points mineurs à corriger selon moi.

- manque de nourriture traiteur pour le repas de départ à Monthéry.
- avoir des ravitaillements avec plus de produits facilement assimilables et énergétiques (bananes, dattes, pruneaux, pain d'épices...) au lieu de ce qui a été servi (gâteaux secs ...). Toutefois, il faut maintenir les ravitaillements salés (carré de gruyère...).

- adapter les points de ravitaillement à la météo. Au deuxième passage à Sées, il aurait été bien de se mettre sur une zone herbeuse (il y en avait plein avant l'arrivée du village), pour pouvoir mieux récupérer en s'allongeant.

- intégrer dès le début les étrangers en traduisant les consignes (mais cela a été bien fait par la suite).

Les points majeurs à corriger selon moi.

- mettre en place un esprit Audax en proposant que 7 ou 8 personnes aident les capitaines de route pour chaque 1/2 journée avant de n'avoir qu'un seul groupetto (les cyclos les plus en retard). Ces 7-8 personnes aideraient les coureurs en difficulté à revenir au plus vite sur le peloton afin de ne pas perdre d'énergie et de rouler un peu plus vite lorsque le profil le permet pour gagner un peu de temps sur les temps de récupération aux ravitaillements.

- avoir les restaurants du midi et du soir sur le même mode que le restaurant de Domfront (les trois plats sur la table) car les buffets et les services à table sont trop longs.

Bon débrief et merci encore pour cette belle expérience.

Pascal Maysounave

Le guetteur de la tour

Il était une fois un petit homme appelé Léon.

Il était si petit qu'il craignait qu'on le perde. Il aimait passionnément le vélo. Sa trop petite taille ne lui permettait pas de pratiquer. Il suivait régulièrement les grands événements : Le Tour de France, et particulièrement les Paris-Brest-Paris, épreuves délaissées par les professionnels depuis 1951, mais ô combien prestigieuses pour les cyclotouristes au long court communément appelés randonneurs. Léon apprit que l'édition 2016 partait de Monthéry. Nous étions en juillet, un samedi doux et agréable. Le président AGUETTANT, souriant et bienveillant, accueillait chacun d'un mot d'encouragement, pleinement satisfait malgré une participation moyenne.

La vingtaine de désistement en juin ne décourageait pas l'optimiste Jean-Michel VINCELOT, capitaine principal. Après un an d'un travail intense autour d'une équipe de fidèles, aucune vis ne manquait, aucun bouton. L'aventure de la XV^e édition du Paris-Brest-Paris AUDAX pouvait débuter. 22 heures, les 89 acteurs s'élançaient précédés des véhicules d'assistance.

"Que vais-je faire?" se demanda Léon. La tour m'offrait un gîte inespéré. Je me glissais à l'intérieur. Les voix se turent. Le verrou claqua. Léon prit l'escalier et se retrouva sur la terrasse supérieure. Enfin seul, croyait-il. Un chat s'approcha suivi d'une pie. Le matou s'étira et commença à raconter l'histoire du château. La pie lui piquait la queue à chaque fois que le discours l'ennuyait. De Guy 1^{er}, Comte de Monthéry, décédé en 1095 à Chappe et son télégraphe, 1794, elle connaissait tout par cœur. Grimpés sur les créneaux du couronnement, ils pouvaient voir le Mont-Saint-Michel et même la rade de Brest. La lune affichait un maigre croissant. Une étoile brillait. "C'est Jupiter" pointa le mistigri moqueur.

Au loin, le peloton offrait une bande lumineuse de feux rouges. Dimanche, la pluie se mêla à la fête. Les motards tournaient sans cesse pour fluidifier la circulation et protéger le convoi. Fantaisistes, certains cyclistes préférèrent rester à Saint-Brieuc et attendre le peloton au retour. Les plus motivés rejoignaient la capitale du Ponant.

Dave MINTER, le samaritain, encourageait sans relâche ses amis fatigués. La pie jacassait tout le temps. "Bob! Bob! "Vasy". Chez les poissons tant que l'œil sourit, le reste suit. Courageux, les jambes lourdes, l'élève de notre ami Gégé, retrouva le peloton à Saint-Brieuc et garda les roues jusqu'à l'arrivée. Jacques LANNOY et Charles HERUBEL, bagagistes, remuaient les sacs avec adresse et disponibilité.

A Domfront, un preux chevalier arriva. Juché sur un percheron pommelé, Henri GENISSEL vint saluer ses amis audaxieux. Jean Luc TREBERNE, casquette hip-hop, chargé de la mécanique avec son ami Jacques GARDANS, fit des merveilles. Tel le forgeron de Campan, d'un dérailleur plié et aux attaches brisées, il remplaça l'ensemble par une chaîne d'amitié. Paulette LECOEUR homologuait.

La magnifique aventure s'achevait par des fleurs et un repas commun.

Merci aux organisateurs.

Léon de Montreuil



Personne n'est laissé sur le bord de la route

Après plusieurs P.B.P, en randonneur, j'ai tenté l'aventure Audax, le parcours est différent. Pas de chance cette année j'ai découvert le Mont Saint Michel dans la brume ainsi que la région de la baie avec ses polders dominés par le Mont Dol, puis l'arrivée sur Brest, après avoir suivi la vallée de l'Elorn et découvert la rade au milieu du pont Albert Louppe. Certes les kilomètres sont toujours aussi longs, les côtes du parcours et des Monts d'Arrée, aussi bien vers Brest que le retour sur Paris, font toujours mal aux jambes. La brume, le froid au petit matin, la pluie, le soleil nous accompagnent tout le long du parcours mais ce sont les joies de la randonnée ! Et le grand plaisir de terminer même dans la souffrance.

Cependant ce que j'ai apprécié c'est le confort qu'apporte la formule Audax. Il suffit seulement de pédaler !!! D'ouvrir les yeux et de profiter au maximum de ces moments, l'intendance a tout prévu, réconfort aux différents arrêts, l'accueil rien que pour nous, entre autre, à Sizun et Dinan, dans ces moments-là on est vraiment des « V.I.P. », le gîte et le couvert aux étapes (peu de temps pour en profiter). J'ai ressenti une grande solidarité au sein du groupe, personne n'est laissé sur le bord de la route, il y a toujours un compagnon pour nous épauler, de tout cœur je les remercie.

Je ne saurais recommander à ceux qui sont tentés par l'aventure P.B.P de choisir la formule Audax pour la première fois, et si toutefois l'envie d'être indépendants les anime qu'ils recommencent en randonneurs.

Merci à vous tous, organisateurs, mes compagnons et capitaines de route, une mention particulière à Francis et Olivier d'Othis qui ont veillé un peu plus sur moi, aux mottards de la sécurité, à l'intendance qui était continuellement présente aux arrêts et le soir à l'étape. Et peut-être à dans 5 ans, si Dieu le veut...

Guy Baranger participant n° 37



Un rêve de gosse !

Qui, pendant son enfance n'a rêvé de devenir ne fût qu'un instant le personnage qui illustre sa revue préférée. Dans "miroir du cyclisme" que je feuilletais régulièrement il y avait quelques pages consacrées au tourisme à vélo, en 1975 j'avais lu, et relu les récits des randonneurs qui avaient accompli cette distance incroyable. Il y avait quelques explications sur l'équipement des vélos : éclairage, rayons de rechange scotchés sur les bases arrières. La préparation n'était pas en reste puisque, souvent les cyclos cumulaient des kilométrages importants avant de s'engager sur cette épreuve. Les récits avaient un parfum d'aventure, de découverte, de record aussi. Malgré que je ne me sois jamais désintéressé du vélo, ma vie professionnelle ne m'aura jamais permis de préparer PBP et encore moins de le réaliser.

En 2011 Joseph Médalino (un prédestiné) président du vélo-club Drouais cherche quelques bénévoles pour aider à l'organisation de l'accueil des cyclos à Dreux sur ce dernier contrôle avant l'arrivée. Je me porte volontaire de 20h00 à 04h00 chaque nuit (car je travaille en journée), et je touche de près ce monde de passionnés, je rencontre des cyclos de toutes nationalités, certains aguerris qui après 1120km ont un moral intacte, d'autres très fatigués, désorientés, qui recherchent une assistance et puisent dans leur dernières forces. En 2011 je roulais depuis quelques années en vélo couché, à la vue de ce PBP et du nombre importants de vélo couchés je me suis dit que le prochain PBP serait pour moi !. Je suis en retraite en août 2013, et je

participe à mes premiers brevets Audax cyclo en 2014 ...avec mon vélo couché ! Après une Loire à vélo aller-retour en totale autonomie (1460km en 9 jours), je me décide de me préparer pour le PBP randonneur 2015 avec un vélo traditionnel, randonneuse en acier, avec porte-bagage, garde-boue, éclairage permanent, selle Brooks.... 12,4kg à vide mais ultra confortable. Début 2015 j'effectue la série de BRM : deux 200 km, un 300, un 400 (Orléans-l'Aigle-Orléans) je suis souvent seul sur ces brevets que je négocie cependant très à l'aise. Fin mai il y a le 600 km je suis confiant, bien entraîné, rien n'est laissé au hasard excepté la méconnaissance de cette distance. La canicule va avoir raison de mon enthousiasme, un début de coup de chaleur me stoppera net et m'obligera à abandonner.

La canicule persistant je ne tenterai aucun autre 600 pourtant obligatoire pour se présenter au PBP quelle déception ! Mais tout n'est pas perdu car en 2016 il y a le PBP Audax.

Cette année 2016 je fixe mon objectif principal comme étant ce Paris-Brest-Paris, mais je m'entraîne différemment, des longues distances bien sûr, mais aussi du travail en fractionné sur 50 km, et cela paye : je participe à tous les brevets Audax que Gérard Paillard et "son Audax Club Espoir" organisent. Au fil des mois je suis de plus en plus à l'aise. Je consacre aussi du temps à d'autres activités, la marche Audax, la marche nordique et la natation. Toutes ces activités annexes évitent ce sentiment de lassitude et permettent d'entretenir une musculature que le vélo seul ne permet pas.



Eric et ses compagnons de route à Brest





Ce premier samedi de juillet, je me présente de bonne heure à Monthléry, ce rassemblement a un air de kermesse, je rencontre les "vieilles pointes" de l'UAF, mais aussi quelques autres cyclos rencontrés lors des brevets. Ma bicyclette passe au jugement impartial de Jean-Luc Tréberne : "bonne pour le service" j'ai tout révisé dessus, je possède en plus de quoi réparer, les freins, la transmission, 3 rayons de rechange (un dans chaque dimension). Il me reste plus qu'à attendre le départ de 22h00. Ça y est on est parti je me place bien à droite sur la route en début de peloton, il fait nuit je suis très attentif aux changements d'allure, aux écarts et coup de frein qui sont sources de chute. Tout se passe bien, il fait une température idéale, il pleut, cela ne me gêne pas. La succession des ravitaillements judicieusement situés et prodigieusement achalandés apportent un véritable confort, à tel point que l'arrivée à Saint Briec après 460km et 24h00 d'efforts sera le moment aussi d'effectuer un rapide auto check-up : "je vais bien tout va bien". Je profite de cette fin d'étape pour changer les patins de frein arrière qui ont été très sollicités. Une bonne douche et un sommeil réparateur de 3h30 vont remettre l'homme sur ses jambes, prêt à aborder la seconde étape : St Briec – Brest – St Briec. Après un petit déjeuner copieux, départ sur les chapeaux de roues, emmené par Jean-Michel. Je mouline pour me décontracter et monter le palpitant sans forcer. La première heure ressemble à mes séances de fractionné, ça monte, et je monte dans les tours aussi, puis ensuite ce sera un pur bonheur, une fine bruine, une température faible nous accompagne, ça discute dans le peloton, vers midi ce sera Brest, la bascule, le retour

déjà !. Toujours cet excellent accueil lors des ravitaillements et des repas, la gestion logistique de cette épreuve est bien rodée, et représente à n'en pas douter beaucoup de préparation pour les organisateurs. Le travail des accompagnants, escorte motocycliste, ravitaillement, bagages, voitures ouvreuse et balai répond à des devoirs de sécurité mais bien au-delà nous offrent un confort inégalable. Il ne reste plus qu'à pédaler au rythme des capitaines de route, sacré boulot aussi effectué par ces derniers, quand on est devant on a l'impression de rouler "en dessous" mais derrière ?

Derrière ? Justement je me sens bien je vais aller voir, j'y discute de choses et d'autres, certains roulent par conviction à l'arrière, d'autres s'accrochent, la moindre bosse les freine encore plus. A force de ne plus prêter attention je me retrouve dans un "Gruppetto". Il y a Jean-Michel qui est venu prendre la température, je lui indique que je vais remonter vers le peloton de tête, il me demande d'indiquer au capitaine de route de ralentir car les écarts se creusent. Dans ma roue j'emmène Nick, l'Australien. Un contre la montre qui va durer 20 minutes pour rejoindre le groupe de tête que je dépasse très légèrement sous l'œil inquisiteur de Marcel à qui je transmets cette recommandation de Jean-Michel, puis je rentre très sagement dans le rang, Nick me remercie chaleureusement.... Je n'ai pas l'impression d'avoir accompli un exploit. Au final je trouve qu'en tête on subit nettement moins les a-coups. L'arrivée à Saint Briec se fera sous le soleil, on sera même applaudi par quelques parents et amis venus encourager leurs proches. Je vais de nouveau profiter de ces quelques heures de sommeil réparateur.

Nous sommes mardi il est 04h00, j'ai bien dormi, j'ai pris le temps de prendre un petit déjeuner copieux, un œil sur le vélo, pression des pneus, éclairage, tout va bien. On repart pour une étape plus faible en kilométrage mais toujours aussi vallonnée, je profite de cette journée pour me familiariser avec le paysage. Lors du franchissement des côtes il y a souvent Jacques Torgue le reporter-photographe qui nous mitraille, on sourit à la caméra ! L'arrivée à Bellême est une surprise, un superbe complexe hôtelier s'offre à nous, c'est vaste, il faut un plan pour s'y retrouver !

Un grand confort dont on ne profitera que très peu car à 2h15 je me lève en sursaut, mon réveil n'a pas sonné et c'est une porte qui claque qui m'a réveillé. Je n'ai que 35 minutes pour m'habiller, récupérer mon vélo, donner mes bagages, prendre un petit déjeuner et me rendre sur le point de départ qui est éloigné de l'hôtel, j'exécute tout cela sur le mode "radar" je me prépare à la hâte des petits sandwichs dont je vais remplir mes poches de maillot, et lorsque je rejoins le départ il n'y a qu'un seul cyclo ! Au final je vais attendre 10 minutes, on partira même avec un léger retard qui ne fera que s'accroître au déroulé de cette matinée, car c'est la fin, il ne reste que 160 km. La route est un vrai billard, ça discute, il fait frais, je suis pieds nus dans mes sandales mais je n'ai pas froid, je suis serein je sais que c'est la fin, plus rien ne peut m'arriver sauf une chute, faisons attention ! Un ravito permet à certains de se réchauffer, on perçoit cette décontraction, on se congratule déjà ! La brume du matin laisse sa place à un beau lever de soleil donnant à ce final l'allure d'une conquête. Au dernier ravitaillement tout le monde arbore le maillot spécialement réalisé pour l'occasion, nous sommes tous en bleu et jaune, aux couleurs de l'UAF !

Une dernière petite difficulté : la côte de Dourdan qui me rappelle le temps (1980) où j'avais participé à la course Paris-Pithiviers et dont le parcours passait par cette côte.... Que je n'avais jamais emprunté depuis ! Monthléry approche toutes les féminines passent en tête, et puis c'est l'arrivée, pour certains c'est une délivrance, pour beaucoup c'est de l'émotion, celle de terminer sans encombre ce Paris-Brest-Paris. Alors oui, un grand bravo à toutes et tous, à vous cyclos qui avez fait perdurer ce mythe, à vous, organisateurs bénévoles qui avez su offrir vos compétences, votre temps pour que ce soit parfait !

Après le banquet de clôture, une certaine nostalgie m'a envahi, l'histoire se termine, et pendant le trajet retour c'est même de la mélancolie qui a pris place et je me suis rappelé du temps où je rêvais de ce Paris-Brest-Paris, ce rêve n'en est plus un, je l'ai réalisé !

Eric Lecordier.



Sourires de rigueur à Garancières

Driving the Autobus

Enjoying PBP Audax, even behind the peloton.

How does this happen when UAF's motto is "Start together, finish together"? I have learned that I may often be strong enough to ride at the front of a UAF peloton but also that I am not thoughtful enough to be a good captain. I leave captaining to Judith, a much smoother and better captain than me. Instead, I spent most of my PBP Audax near the tail of the bunch and sometimes even further back, when needed.

Near the front of an Audax peloton, the riders are usually calmly arranged in neat rows. Drifting backwards through a large Audax peloton, gaps begin to form and the group often stretches and contracts like an accordion as riders react to hills and brake for road hazards. This accordion effect will easily push a tired rider off the back of the bunch and into the wind. It feels a little unfair that stronger riders tend to stay near the front of the bunch and get an easier, even-paced ride while weaker riders often have to repeatedly brake and pedal hard just to stay near the back of the peloton.

Like a sheepdog for a flock of sheep, I tried to round up straying riders and bring them back to the group. Sometimes nipping at their heels when they weren't moving fast enough, though my bark is worse than my bite! My companions were mostly happy to see me, especially in a headwind. Perhaps I am more like a St Bernard, with a barrel under my chin.

Some strong riders were briefly stopped by mechanical problems and occasionally I could help them get back quickly (sometimes they towed me back to the bunch!). One fellow had his bike converted to single speed after his rear derailleur was destroyed before lunch on the third day. Despite skinny legs and not being allowed to climb out of the saddle (grimpeur en danse?) for fear of breaking his chain, he rode every hill but one all the way to the finish. Formidable!

There were some that I only saw once or twice, as they fought against a brief period of weakness before riding strongly again. Many times I have felt the same way during long brevets and I am always grateful for the assistance of fellow riders and ride helpers allowing me to reach the arrivee.

There were a few folk who became familiar friends, as accumulated fatigue, injury or illness meant difficulty staying with the peloton for several sections. Sadly, some riders had to quit when their bodies could be pushed no further, no matter how determined to continue. After months or even years of anticipation

Conduire l'autobus

Prendre plaisir au Paris-Brest-Paris Audax, même à l'arrière du peloton.

Comment cela peut-il arriver quand le slogan de l'UAF c'est « Partir ensemble – Revenir ensemble ».

J'ai appris que j'étais suffisamment costaud pour rouler en tête du peloton UAF mais aussi que je ne suis pas assez attentionné pour être un bon capitaine.

Je laisse ma part à Judith qui est bien meilleure capitaine que moi. Au lieu de cela j'ai passé la plupart de mon temps en queue de peloton et de temps en temps encore plus loin si nécessaire. Près de la tête du peloton les cyclos sont plutôt calmes et bien disciplinés rangés deux par deux. A l'arrière d'un imposant peloton Audax des trous commencent à se former et le peloton s'étire et se contracte comme un accordéon au hasard des montées et des coups de frein intempestifs.

Cet effet d'accordéon pousse facilement les cyclos fatigués en dehors du peloton et dans le vent.

Cela semble un peu injuste de voir des cyclos parmi les plus costauds rester en tête de peloton afin d'avoir une progression sans à coups alors que les plus fatigués doivent répéter des séquences de freinage puis de fort pédalage afin de rester à l'arrière du peloton.

Comme un chien de berger dans un troupeau de moutons, j'ai essayé de ramener les cyclos égarés dans le groupe. Parfois en leurs pinçant les talons quand ils n'avançaient pas assez vite bien que mon aboiement soit moins efficace que mon coup de dent. Mes compagnons étaient pour la plupart très heureux de me voir surtout par vent contraire.

Peut-être que je suis plus un Saint-Bernard avec son tonneau sous le menton.

Quelques cyclos costauds furent stoppés par des problèmes mécaniques et occasionnellement j'ai pu les aider à rentrer plus rapidement dans le peloton (quelquefois ce sont eux qui m'ont remorqué vers l'arrière du peloton).

Un camarade se retrouva avec son vélo converti en monovitesse à cause de la destruction de son dérailleur arrière avant le déjeuner du 3ème jour. En dépit de petites jambes et non autorisé à grimper en danseuse au risque de casser la chaîne il escalada toutes les bosses sauf une jusqu'à l'arrivée. Formidable !!!

Il y a quelques cyclos que je n'ai vu qu'une fois ou deux, quand ils se battaient contre un épisode de fatigue bref, juste avant de repartir costaud. De nombreuses fois à l'occasion de grands





and preparation, I could taste their disappointment. Perhaps riding PBP Audax is not just a physical activity. After lunch on the third day, I took a little too long replacing a rider's broken

derailleur cable and left Domfront some time after the peloton. Tiredness slowed me considerably and I was alone until quite near the overnight stop. After riding solo for so long, was I still an Audaxer ?

I spent a lot of time thinking about the meaning of Audax. Unlike randonneurs, we Audax riders specifically sign up to ride brevets as a group and to a schedule, but life is never perfect and reasonable allowances are made for real world conditions. The peloton may sometimes be ahead or behind schedule because of terrain or weather, perhaps compensating by adjusting rest stop duration. Dropping off the back of the bunch on a tough climb, for a toilet stop or to repair a puncture and then chasing back is accepted practice, as is helping a fellow rider to catch the bunch. Different people will place the division between reasonable allowances and going beyond the spirit of Audax at different points. As a comparatively new Audax rider living outside of France, I am not entirely sure where that dividing line should be. Is there ever a definitive but fair answer for all situations ? But enough of philosophy.

As we live in London, the 'English weather' early in the brevet was very familiar, though most riders would have preferred a normal French summer! To ride in proper nasty weather, join the Swedes for an early season brevet! The warmth and sunshine during the return from Brest was much appreciated, as was the scenery throughout (glimpses of Mont St Michel!). The GPS on my handlebars meant I never strayed far off-route, a great comfort compared to my previous PBP Audax.

My thanks to the PBP Audax organisers, helpers and captains for their efforts. You deservedly drew riders from as far away as Australia and the USA and even coped with my abysmal French language skills (any French dog understands more French than I do!).

I look forward to meeting and riding Audax brevets with you all again.

Dave Minter (alias Chien de Berger)

brevets je me suis senti dans le même état et je suis toujours reconnaissant encore une fois envers mes compagnons de route de leur assistance ce qui m'a permis de rallier l'arrivée.

Il y eu quelques personnes qui devinrent des amis familiers car la fatigue accumulée, blessure ou maladie signifie difficulté à rester dans le peloton pour plusieurs étapes.

Tristement certains cyclos durent abandonner quand leur corps ne pouvaient plus les faire avancer, pas matière à continuer. Après des mois voire des années de préparation je comprends leur déception.

Peut-être que pédaler dans un peloton Audax n'est pas juste qu'une activité physique. Après le déjeuner du 3^{ème} jour je pris trop de temps pour réparer le câble de dérailleur cassé d'un des participants. Je quittais Domfront bien après le peloton. La fatigue me ralentit considérablement et je suis resté tout seul pratiquement jusqu'à l'arrêt du soir.

Après avoir pédalé tout seul aussi longtemps étais-je toujours un Audax ?

J'ai passé beaucoup de temps à réfléchir sur la signification de l'Audax comparé aux Randonneurs.

Nous, comme cyclos Audax, nous nous engageons dans les brevets afin de pédaler dans un groupe en respectant un horaire, mais la vie n'est jamais parfaite et des tolérances raisonnables sont faites pour les réelles conditions de vie. Le peloton est parfois en avance ou en retard sur l'horaire, au gré du terrain, de la météo, qui peut-être compensé par un ajustement du délai de repos. Se détacher du peloton dans une rude côte, pour un arrêt pipi ou pour réparer une crevaison et ensuite rattraper le groupe, c'est la pratique usuelle, tout comme aider un compagnon de route à revenir dans le groupe.

Différentes personnes placeront la barrière entre les tolérances raisonnables et aller au-delà de l'esprit Audax sur différents points. Comme nouveau cyclo Audax comparativement à certains, vivant en dehors de la France, je ne suis pas complètement sûr où se trouve la frontière. Y a-t-il réellement une réponse définitive et juste pour chaque situation ?

Assez de philosophie !!!

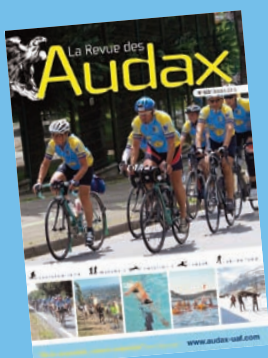
Comme nous vivons en Angleterre, la météo « anglaise » de ce début de brevet nous était très familière, bien que la plupart des cyclos auraient préféré une météo plus estivale. Pour pédaler dans des conditions encore plus désagréables, rejoignez les Suédois pour un brevet de début de saison.

La douceur et le soleil au retour de Brest furent mieux appréciés, tout comme le paysage (vision fugitive du Mont-Saint-Michel). Le GPS fixé sur mon guidon m'a permis de rester sur la bonne route, un grand confort comparé à l'édition précédente.

Tous mes remerciements aux organisateurs du PBP Audax, aux accompagnants et aux capitaines de route pour leurs efforts. Vous, à juste titre, emmenez des cyclos venant d'aussi loin que l'Australie ou des Etats Unis, chaperonné avec mes bases de français atroces (un chien français comprendrait mieux le français que moi).

Au plaisir de se revoir et de pédaler ensemble sur de prochains brevets Audax.

Dave Minter (alias Chien de Berger)



Votre Revue

La Revue des Audax se doit d'être le reflet de nos activités.

Pour cela nous comptons sur vous.

Envoyez-nous textes et photos de vos brevets.

Que vous soyez organisateur ou participant

La Revue des Audax est un outil de promotion de nos activités

Pour vous abonner : president@audax-uaf.com

Trois jours et demi de vacances au grand air

Les vacances scolaires d'été 2016 touchent à leur fin, et la rentrée approche déjà. Voici le temps de mon bilan personnel concernant le PBP Audax qui s'est déroulé début juillet. Le PBP fait partie de mon histoire familiale ; mes frères et moi avons toujours observé mon père et mon oncle, au rythme successif des enchaînements de la formule Audax ou randonneur. Grâce à L'organisation de PBP randonneur tous les quatre ans et de l'Audax tous les cinq ans, leurs inscriptions se renouvelaient régulièrement depuis 1975.

Celui-ci a été un peu particulier pour plusieurs raisons :

- Pour la première fois depuis plus de quarante ans, pour raison de santé, mon oncle n'était pas au départ avec mon père. Nous nous sommes tous les trois consolés grâce à sa visite, à Saint Briec, afin d'accompagner le peloton durant la journée de l'aller-retour à Brest. Sa souplesse et son coup de pédale n'ont montré aucune faiblesse, malgré la dénivellation importante et la succession des ascensions.

- Vingtième participation pour mon père (Audax et randonneurs confondus), dont dix-neuf avec son frère. Quatrième pour moi, dont un randonneur, un Audax avec eux deux et le dernier randonneur en compagnie de deux nouveaux coéquipiers de choc, licenciés au Club des Cyclotouristes de Rambouillet.

- Challenge pour moi : mon compteur n'indiquait que deux mille cinq cents kilomètres d'entraînement depuis le début de l'année, à la suite d'un repos forcé entre décembre 2015 et mars 2016. J'avais fait le choix d'un entraînement minimal basé sur le repos, après une année 2015 bien remplie par le PBP randonneur. Je m'étais donc dispensée du brevet de six cents kilomètres, prévu trois semaines avant le départ, tout en faisant confiance au patrimoine génétique légué par mes parents et adapté à la longue distance.

En vrac, j'étales mes remarques, mes émotions, mes souvenirs durant ces quatre-vingt-quatre heures d'aller-retour en terre bretonne, dont environ cinquante-cinq heures passées sur la selle :

- Une météo très clémente. Ni trop chaud, ni trop froid, à part un excès de fraîcheur pour réveiller le peloton le dernier jour et une petite bruine tolérable à l'aller, rapidement oubliée avec le ciel bleu accueillant des Côtes-d'Armor. Lundi soir, les verres solaires se sont révélés indispensables à l'approche de Saint-Briec. Mercredi soir, les rayons du soleil couchant nous ont gentiment réchauffé les muscles lombaires lors du retour jusqu'au golf du Bellême.

- Un choix finement orchestré des lieux de couchage ou de restauration. Le peloton a quasiment respecté les délais

horaires prévus par le plan de route initial. Quel luxe inattendu à Bellême avec un splendide domaine et un hôtel trois étoiles ! Le peloton n'a malheureusement pas eu le temps de se prélasser au spa ou à la piscine.

- Une équipe accompagnatrice aux petits soins avec ravitaillements gargantuesques à chaque pause : encas salés, sucrés, cafés, boissons, eau pour les quatre-vingt-neuf touristes assoiffés.

- Un parcours paisible avec des paysages différents du Perche au Finistère en passant par les Côtes-d'Armor. Après les toits ardoisés, nous avons observé le Mont-Saint-Michel à l'horizon, puis le granit a fait son apparition sur les murs des maisons. Les villages finistériens nous ont offert leurs splendides églises avant l'arrivée au bord de la mer d'Iroise.

- Une ambiance agréable et conviviale au sein du peloton. En plus de la satisfaction personnelle d'être là au moment M, de profiter de ce périple mythique, je savais que j'allais retrouver plusieurs habitués des pelotons Audax ou randonneurs. Qui aurait pu dire que vingt-huit ans après mon premier séjour jeunes FFCT, je pédalerais pendant plus de mille deux cents kilomètres aux côtés d'un des moniteurs de ce voyage itinérant ? Pierre se reconnaîtra et je n'ai pas oublié l'époque où il fallait tout apprendre : la gestion de l'effort, l'alimentation, l'hydratation, le respect du matériel, l'orientation, la cohésion au sein d'un groupe hétérogène. Durant les premières heures, les discussions ont été un peu timides, puis avec la fatigue, la joie, les douleurs, les langues se sont déliées, les blagues ont fusé, tout comme les anecdotes et les boutades. Certains ont râlé lorsqu'un événement est venu

contrarier leur progression. Les participants étrangers ont fait de même entre eux ou avec les Français. Les conversations entre anglophones et francophones aux accents peu académiques sont devenues de plus en plus longues, entrecoupées de quelques moments de silence lors de la recherche d'un mot de vocabulaire.

- Le charme de la mixité avec un noyau de neuf féminines expérimentées, résistantes, sereines, sans complexe et heureuses de pédaler toujours plus loin et plus longtemps.

- Le renouveau des cyclos étrangers, mordus, acharnés, capables de prévoir une expédition à deux roues, à l'autre bout du monde. J'ai retrouvé Nick, Australien amoureux du PBP, médecin dans la vraie vie, et même professeur de surf sur les plages australiennes, présent lors du PBP Audax 2011. Il a poussé le vice jusqu'à arriver en France pour le Bordeaux-Paris Audax, début juin, et occuper le temps qui le séparait du PBP Audax, en se rendant en Irlande pour parcourir le Trans Atlantic Way, un brevet randonneur de deux mille cinq cents kilomètres longeant la côte ouest irlandaise. Sa bonne humeur, qui nous avait déjà accompagnés pendant plus de quatre cents kilomètres durant le PBP randonneur 2015, était au rendez-vous. Judith et Dave sont aussi des habitués. Dave, incroyable «vélo balai» et surnommé «chien de berger» en fin de parcours, restera dans la mémoire de chaque participant égaré après une pause-pipi, un problème technique, un besoin de changement vestimentaire, un coup de fatigue. Chaque brebis égarée a profité de



Au départ...





sa roue arrière pour revenir sur le peloton, à vive allure, ou progresser plus modérément jusqu'au prochain arrêt officiel. En 2011, Judith et Dave s'étaient perdus sur la route de Brest et n'avaient pas dormi. En 2016, Dave a affiché une forme olympique et un moral d'acier pour résister à mille deux cents quinze kilomètres sur un rythme d'interval-training nécessaire au sauvetage des cyclos à la traîne.

• La joie de la visite des amis et de la famille avec plusieurs « cadeaux bonus » pour moi. Tout d'abord, l'arrivée inattendue de mes deux coéquipiers du PBP randonneur 2015, Éric et Joël, durant le premier tronçon du parcours, entre la sortie de la vallée de Chevreuse et Maintenon. Les quelques kilomètres nocturnes parcourus en leur compagnie resteront un passage marquant de ce PBP, même si l'un d'entre eux, suffisamment entraîné après avoir participé à tous les brevets qualificatifs en 2016, a été privé de l'aller-retour à Brest pour raison professionnelle. Ensuite, le passage d'un ami de notre club ramboliteau, Bernard Gorget, et de sa femme, lors du dernier arrêt du mercredi matin, à Garancières en Beauce. Bernard est venu nous encourager et nous féliciter, avec un sourire qui fait chaud au cœur. Puis, ma mère nous a retrouvés à plusieurs reprises sur le parcours entre Saint-Brieuc et Brest, avec ma grand-mère maternelle, qui a beaucoup de difficultés à me reconnaître, puisque sa mémoire l'a quittée depuis plusieurs mois. Avec la fatigue, les émotions ont été démultipliées et j'ai eu l'impression que ces quatre-vingt-quatre heures ont constitué une parenthèse en dehors du monde réel. Nous étions en



sympiose avec notre machine, à l'écoute de nos sensations, de nos besoins fondamentaux (se nourrir, s'hydrater, dormir, se protéger des agressions climatiques, éviter les blessures ou les soigner le plus efficacement possible pour évoluer avec souplesse). Enfin, Le bouquet final pour un plaisir maximum : mon mari et mes deux plus jeunes filles étaient avec moi au départ et à l'arrivée. Mes filles ont aussi reconnu certains habitués et ont retrouvé leur grand-père fidèle au poste. Après trois jours et demi de séparation, elles se sont un peu moquées de nos visages burinés, ont remarqué qu'une bonne douche nous ferait le plus grand bien, et ont observé les quelques cyclos qui s'endormaient déjà pendant le déjeuner de clôture.

• PBP Audax 2016 était déjà fini. Les au revoir promettaient une excellente récu-

pération et probablement de futures retrouvailles lors de prochaines expériences de longue distance à vélo.

Je suis rentrée chez moi comblée, fière de ma superbe randonneuse, toujours aussi confortable et rutilante. Il a fallu plusieurs jours pour que le corps reprenne ses habitudes de sédentaire.

Merci à tout le staff de l'UAF, à Jean-Michel, chef de file du peloton, aux capitaines de route, à tous les participants pour leur bonne humeur.

Merci à mon père, pour qui pédaler vers Brest semble toujours être un voyage vers ses origines celtiques.

Merci à mon mari pour son soutien durant les entraînements et à mes filles pour avoir préparé un accueil digne d'une championne, lors du retour à la maison, avec d'énormes banderoles décorées.

Alexandrine Henry





Mon premier Paris-Brest-Paris

J'ai effectué mon 1^{er} Paris-Brest-Paris en ce début juillet 2016. Avec beaucoup de plaisir.

Ce fut une superbe aventure. A part le temps pluvieux, surtout le premier jour, autrement, le faire en Audax, j'ai vraiment apprécié rouler en groupe, tisser des liens au cours des 3 jours 1/2 avec des cyclos qu'on ne connaissait pas avant le départ, solidarité avec ceux ayant un coup de moins bien.

Et franchir la ligne après avoir réussi ce challenge de parcourir 1200 km en 85 heures, même en n'ayant finalement dormi réellement que 7 h 30, quelle joie !

Comment me suis-je retrouvé à effectuer un Paris-Brest-Paris ?
Un peu par hasard.

Après 11 ans de compétition dans les années 80, j'ai continué tranquillement le vélo jusqu'en 2015. A part des cyclos bretonnes type la Pierre Le Bigaut et quelques cyclos montagnardes type La Marmotte ou le défi Pyrénéen début-milieu années 2000, rien de spécial.

Après avoir assisté à une étape (Loudéac) du PBP 2011 Randonneur, et vu des articles sur le PBP 2011 Audax, l'envie m'a pris petit à petit de m'essayer à ce type d'effort. Ce que j'en avais entendu était plutôt négatif sur les conséquences sur l'organisme de tels efforts, mais l'envie me titillait.

Malheureusement, quelques problèmes de santé à partir de 2012 firent que cette envie fut reportée.

Début 2015, je recommençais à y penser. Et, le 21 mars 2015 j'ai donc participé à mon premier BRM de 200 km. Puis j'ai enchaîné avec les autres brevets et je me suis habitué petit à petit à la longue distance, sachant que mon activité professionnelle me laissait peu de temps pour m'entraîner en semaine.

PBP 2015 est arrivé un peu vite, sachant que mon deuxième BRM 600 s'était traduit par un abandon, à cause d'une grosse tendinite au genou droit. Peu de vélo en juillet du coup, mon seul désir restant était de participer au départ et à la « fête », et d'aller le plus loin possible, mais sans dépasser certaines limites. Fin 2015, j'apprends que PBP Audax a lieu en juillet 2016. L'occasion est belle d'utiliser mes entraînements 2015 et ma découverte de la longue distance pour participer à cette organisation, qui apporte certaines sécurités, via ses horaires imposés, le fait de rouler en groupe et de dormir un peu la nuit, ainsi que l'encadrement, notamment par des motards.

Le referai-je ?

2-3 fois pendant ces longs kilomètres je me suis dit que j'irai jusqu'au bout, histoire de l'avoir fait une fois, mais qu'il était peu probable que je retente. Notamment lors de mon passage à vide après Sizun.

Puis, une fois la ligne d'arrivée franchie, et même avant, on est tellement content que ces moments de doute s'oublient. On est tout à sa joie d'avoir réussi ce pari assez insensé d'effectuer plus de 1200 km en 3 jours 1/2.

Et on se met à penser à d'autres défis, comme le fait de réussir le randonneur dans trois ans, en se basant sur cette formidable

expérience que constitue le fait de l'avoir découvert en Audax, avec ses pauses imposées notamment, mais aussi la rigueur dans le fait que ces pauses ne débordent pas, et de tenir la moyenne, y compris après le 1000^{ème} km.

Ce que j'en ai retenu

Le côté sympa : à part trois autres cyclos Costarmoricains, et quelques autres rencontrés lors du 400 de Laval, je ne connaissais personne. Et pourtant, très vite, des échanges se sont tissés avec d'autres cyclos.

La solidarité, si globalement cela s'est assez bien passé et que j'ai la plupart du temps été assez optimiste sur le fait d'aller au bout, j'ai eu trois passages plus difficiles, et je ne me suis pas senti seul lors de ces trois moments.

Que ce soit :

- dans les Monts d'Arrée, entre Sizun et Scrignac (29), 670^{ème} km, où j'ai sans doute payé mon erreur d'être retourné chercher mon bidon à Belle-Isle-en-Terre, et d'avoir du coup passé ma matinée seul, après m'être trompé aussi de chemin à Morlaix et à Landivisiau. J'ai du coup, sauté la pause du midi pour repartir avec le groupe, et j'ai eu 30 km assez difficiles en milieu d'après-midi.

- Vers Saint-James au retour, vers le 900^{ème} km, pour cause encore de fatigue

- Et vers Combres (28), vers le 1100^{ème} km, là pour cause de douleur au tendon d'Achille, qui avait commencé durant le 2^{ème} jour, et qui là, commençait à devenir problématique.

A chaque fois, j'ai trouvé des encouragements ou un échange qui m'ont incité à penser à autre chose, et m'ont aidé à passer ces trois mauvais moments.

Après, j'ai plein de souvenirs de ces 3 jours 1/2, que ce soit

- La 1^{ère} nuit, calme, et les 2 pauses
- Toute cette pluie et ce froid du dimanche
- Puis le soleil qui nous accueille dans les Côtes d'Armor
- Et le Comité d'accueil à Languieux
- La longue traversée du Finistère, seul à cause de ce demi tour à Belle-Ile pour mon bidon
- La pause à Scrignac, où je suis en difficulté
- Les jambes qui reviennent après Guingamp
- Et de nouveau le Comité d'accueil en arrivant à Saint-Brieuc
- St James au retour de nouveau sous la pluie
- Les longues lignes droites en « toboggans » avant Domfront
- Mon premier 1000^{ème} km vers Sées
- Le dernier départ de nuit
- Seul, au petit matin, il fait 6°C, et la douleur au tendon m'empêche de suivre
- Et finalement, je retrouve le groupe et je réussis à finir
- La joie communicative d'être allé au bout, d'avoir réussi ce pari, en étant moins fatigué que prévu...sauf pendant le repas de clôture, où le sommeil commençait à nous gagner.

Un grand merci aux organisateurs, et à ceux qui m'ont aidé et (ou) soutenu dans ma préparation et dans mes moments de moins bien, qui m'ont donc permis de réussir ce challenge.

Bernard Le Denmat



Bilan d'une belle saison

La saison cyclotouriste 2016 se termine. Au moment de la préparation des assemblées générales je me remémore les sorties vélos qui jalonnent l'année écoulée. Bien sûr c'est le Paris-Brest-Paris AUDAX du 2 au 6 juillet 2016 qui est le point d'orgue de cette année olympique. J'ouvre le coffret où sont rangés les souvenirs. Le 13 mars le club de Drancy a organisé un brevet 100 km AUDAX. Le 2 avril nous avons remis ça avec le brevet 200 km AUDAX organisé par le CoDep 93 avec Jacques TORGUE, membre également de l'UAF. Comme pour le brevet de 100, le départ s'est fait depuis le local club de Drancy. Ce jour là, j'ai fait la connaissance de Jean-Michel VINCELOT, capitaine de route d'une stature physique et morale impressionnante, qui dégage une force tranquille. Je me souviens de Guy, Francis, Olivier du club d'Othis, de Gérard du club de Château-Landon. Au 300 km à Bois-le-Roi au départ à 4h00 du matin, le froid était vif. Au lever du jour la gelée est blanche. J'ai retrouvé avec plaisir Sylvie. Elle avait des doutes, mais au fil des kilomètres, l'amitié faisant, ils se sont dissipés. Lors de ce brevet j'ai rencontré Alexandrine, Irmgard, Nathalie, Patrice, Bob, Jean-Claude, Denis, Thierry... Sur le brevet de 400 je retrouve beaucoup de têtes ainsi que sur le 600, le Bordeaux-Paris. Le 300 et le 400 se terminent sous la pluie. Le 600 également. On peut dire que ces brevets "eau Dax" on "plu." (Dax ville thermale du sud-ouest). A Montgeron, à l'arrivée du brevet de Bordeaux-Paris, alors que nous rendons hommage à Charles BOUCHARD, je ne pensais pas que ce serait la dernière fois que je verrais Jean-Claude MASSE. Je garde en mémoire sa voix singulière, son regard souriant, son énergie débordante à organiser en temps que président de CoDep, puis de la Ligue IDF et de l'Euro PN. A partir de ce 600, nous sommes comme dans une chambre d'appel pour le 2 juillet

2016 pour nous retrouver à Montlhéry au stade, comme des athlètes et non des dieux du stade. C'est normal, on ne se met pas à poil, ce n'est pas poli (P O L I est l'anagramme de POIL). On l'a échappé belle. Du coffret magique que j'ai ouvert ressort un kaléidoscope de paysages multicolores, parisiens, normands et bretons. Des noms, des visages, des voix complètent ces images, ce film qui défile au fil des kilomètres. Une fleur de 9 pétales est accrochée à notre cœur. Chaque pétale porte le prénom de Judith, Torun, Sylvie, Alexandrine, Dominique, Nathalie, Marie-Hélène, Irmgard, Jocelyne, la fine fleur du 16^{ème} Paris-Brest-Paris Audax.

Après une nuit passée sur le vélo, c'est la pluie du matin qui nous accompagne jusqu'à Domfront. L'après-midi reste pluvieuse jusqu'aux portes de la Bretagne. A 18h00 le soleil fait son apparition pour se coucher à St Brieuc où nous arrivons. La nuit courte mais reposante nous repartons pour Brest où là nous ne crions pas terre comme les marins, mais mer, mer... Après un arrêt d'une heure nous repartons l'après-midi pour St Brieuc. A Belle-Isle-en-Terre je retrouve un adhérent de mon club de Drancy qu'il a quitté en 1998 pour retrouver ses racines bretonnes. Le P-B-P est aussi ces rencontres faites sur la route et au sein du peloton des audaxieux. Le film continue à se dérouler. Francis et Marie-Hélène, seul couple tandemiste, prennent le "tandem er." Ils assurent une bonne "Mayenne." Mardi, 4h30 à Saint Brieuc nous repartons quasiment au complet. Je partage un anglais très approximatif avec la suédoise Torun. Après le repas de ma journée à Domfront, deux jours après notre 1^{er} passage, c'est le soleil qui réchauffe nos corps meurtris par les kilomètres et la fatigue. Je fais plus ample connaissance avec Henri de Bayonne et Pascal son gendre de Bordeaux. Mes

racines gasconnes et nos échanges d'histoires guillerettes nous rapprochent et les kilomètres s'égrainent gaiement. Au repas du soir à ?

Jacques TORGUE, membre comme moi du bureau du CoDep 93, est heureux de trinquer à l'amitié avec une bière. La dernière nuit est encore plus courte que les deux précédentes. A 3h00 du matin, la nuit est noire et très fraîche. Je raconte quelques blagues pour maintenir Pascal éveillé. Le jour se lève vers 5h30. Le soleil est une promesse mais le froid tenace nous engourdit. A 9h00 au dernier ravitaillement, le soleil libère sa chaleur qui réchauffe nos corps. Il reste 2 heures de route, mais nous savons que c'est gagné. Durant les 85 heures, les capitaines de route et les motards n'ont eu de cesse de rappeler les consignes essentielles de sécurité routières et notamment rester groupé par 2 maxi. J'entends encore la voix caractéristique de Marcel qui s'époumone pour que l'on reste en sécurité. Je remercie les organisateurs, Patrick AGUETTANT le président de l'UAF, Jean-Luc TREBERNE, le breton avec sa voix de capitaine veillant au sillage du navire "l'Audacieux". Je n'oublie pas Monique et Charly qui avaient de la nostalgie dans le regard pour tous ces quinquennats qu'ils ont vécus. Cela en fait des lustres et des histoires ! Le couple formé avec Paulette, en assistante et garde malade modèle, et Marcel son époux en garant de la bonne marche et de la sécurité des cyclistes ont mis LECOEUR à l'ouvrage. Dans la famille LAMOULLER, il y a l'épouse Marie-Françoise qui nous a rejoint sur le parcours (notre ex présidente de la Ligue IDF), Christian le frère qui a roulé le 2^{ème} jour avec nous. La fille Alexandrine a gravi les côtes avec sa bicyclette Singer au rythme d'une machine à coudre qui imprime la cadence. Le père, Dominique, président de la FFCT, j'ai eu plaisir à rouler à ses côtés. Il a su rester discret, tout en apportant un regard bienveillant sur ce XVI^{ème} Paris-Brest-Paris Audax. Comme sa fille, également sur une machine Singer, son rythme n'est pas décousu. La famille LAMOULLER a le cyclotourisme dans l'âme. A l'organisation, Les Jacques ont multiplié par 3 leur énergie, c'est normal ils étaient 3. Jacques TORGUE était particulièrement heureux de voir arriver deux séquano-dionysiens, Raymond et moi. J'ai vu des larmes de joie et d'émotion couler sur des joues. Sylvie était très émue. C'est beau de voir une amie pleurer émotionnellement. Que d'intensité.

Je remercie tous les capitaines de route et en particulier Jean-Michel VINCELOT pour la maîtrise avec laquelle il a su diriger et emmener à bon port ce cortège multicolore. C'est un chic type, charentais et de surcroît qui n'a pas le melon ! Pour faire une comparaison avec le Paris-



A Brest le sourire est toujours là

Brest-Brest Randonneur, je dirais que l'Audax c'est la pension complète. Nous sommes choyés comme des coqs en patte. On roule en groupe et c'est plus facile pour aborder les éléments climatiques. Nous ne sommes pas seuls. Les brevets de 100, 150, 200, 300, 400 et 600 km étaient le hors d'œuvre, la mise en bouche, le P-B-P le plat de résistance. Le dessert a été savouré à l'arrivée avec Catherine, Chantal et Bernard du club de Drancy qui sont venus nous retrouver. Nous avons partagé les souvenirs encore chauds et nous sommes rentrés ivres de bonheur. Nous n'avions pas à souffler dans l'éthylotest, pas de risque !

Nos amis de nationalités américaine, anglaise, australienne, belge et suédoise ont complété ce kaléidoscope linguistique.

Je referme cette boîte magique où je conserve le film de cette épreuve hors norme, aux couleurs, aux sons, aux visages, aux goûts et aux odeurs



multiples avec le souvenir de Charles BOUCHARD, qui je pense était dans bien des têtes. L'UAF et approuvé.

Je donne rendez-vous le samedi 18 mars

2017 à Drancy pour un modeste brevet Audax de 100 km.

Jean-Claude Courbon

Plaque de cadre n° 61

Une belle évasion

Avec toute ma gratitude aux organisateurs, aux accompagnateurs et à tous les cyclos participants, en regrettant de ne pas avoir eu le temps de tous les connaître et de ne pas pouvoir tous les citer...

Montlhéry, samedi 2 juillet. L'attente

Le départ officiel aura lieu dans quelques heures. Mais pour moi il est déjà donné, cela fait plusieurs jours que je repasse en boucle mes deux précédents Paris-Brest-Paris Audax, souvenirs assortis des PBP Randonneurs. Je me souviens de ma première aventure découverte, l'immense emprise de Charles Bouchard, à la fois directif et proche, de ma « confirmation » de 2011 avec Bruno aux prises avec les Anciens, deux souvenirs différents. Je sais que je devrais normalement être à la hauteur, malgré mon mètre soixante-huit, mais je connais à l'avance ce qui m'attend, j'appréhende le manque de sommeil, j'espère que l'ambiance sera bonne et que mes deux amis néophytes que j'emmène dans ma valise réussiront.

L'attente dans l'enceinte du stade, même si elle ne dure pas neuf mois, est longue, quasi-insupportable ! Y-a-t-il une méthode pour tuer le temps, partir de suite, s'évader ?

Denis et son cousin Laurent arpentent comme moi la pelouse, que l'on traverse au moins 20 fois. Les montures sont prêtes, nous aussi, mais pas la montre. Nous allons acheter quelques douceurs à la boulangerie du village, attendre sur un banc !!! Nous effectuons, à pied, notre première montée jusqu'à la tour, mais l'accès est désormais fermé. Nous revenons au stade par de petites ruelles. Attendre, attendre... Les cyclos se retrouvent, se saluent, poussent des éclats de rire... un petit discours de l'adjoint au Maire en guise d'accueil, une petite restauration rapide autour de quelques plats, et un petit cadeau de l'Euro qui nous offre la première mi-temps d'Allemagne-Italie. Un briefing de Jean-Michel, l'organisateur, chef de cette édition qui nous présente les capitaines de route, nous rappelle les règles de sécurité. Le jour tombe très lentement. Attendre encore, attendre.

Nous sommes 89 au départ, 9 femmes et une dizaine d'étrangers, tous anglophones, suédois, américains, anglais, australiens. Tous attendent ...

Arrive l'heure H, 22 heures, le moment de la délivrance. Comme prévu, le stress miraculeusement s'envole après quelques tours de roue. D'autant plus que nous partons en descente, comme je m'en souvenais. Nous passons Marcoussis, qui accueille l'équipe du Portugal, nous plongeons dans la nuit....

Les cyclos se sont tus peu à peu. Les plaines céréalières se sont doucement effacées dans la nuit. Subrepticement le relief s'est installé. Point n'est besoin d'en faire tout un plat, mais cet aller-retour est estimé à 10 000 mètres de dénivellée, même si les avis divergent. Cette longue série incessante de montées et de descentes ne me déplaît pas, je préfère cette configuration aux fades longues lignes droites. Verneuil nous accueille, sorte de slogan à la rime naturelle, comme si les organisateurs voulaient mettre quelque poésie dans la nuit étoilée. Pas de blanquette de veau comme en 2006 ! Cela m'avait paru si cocasse de manger de la blanquette à 3 heures du mat ! Pas de blanquette donc mais un double sandwich assorti d'un chaud potage. C'est déjà le deuxième arrêt en cette douce nuit.

L'aube tarde à venir. Il est prêt de 5 heures et pour la première fois je ressens une forte envie de dormir. Je sens avec dépit mes paupières tomber, lourdes. J'ai le sentiment de ne plus pouvoir tenir l'équilibre, j' imagine alerter les organisateurs, ce serait plus prudent. Mais je pense aussi aux autres, ils sont dans la même situation que moi. Et dans quelques instants l'aube pointera, ce sera plus facile. Que faire ? Alors je réalise que ma torpeur vient du rythme régulier et apaisé imprimé par les capitaines de route. Et je prends ma décision, la bonne forcément. Il est interdit de dépasser les capitaines de route, c'est la règle, mais pas de se laisser distancer, même si ce n'est pas l'esprit. Et puis cela va assurément me régénérer le mien. Je décroche donc, me laisse quelque peu distancer, puis je pique un petit sprint. Une fois, deux fois, trois peut-être... cela suffit, opération réussie, le sommeil s'est envolé...

Au petit matin, le ciel s'assombrit. Quelques gouttes font leur apparition. Un suédois tente de lier conversation avec moi... en anglais. Aïe, ce n'est pas le moment ! Cela me rappelle ces instants délicieux où mon collègue Patrick tente de m'expliquer les grandes théories économiques, en pleine pause méridienne à la cantine. Il y a un temps pour chaque chose, parler économie ou anglais, je veux bien (et encore), mais pas lorsque je mange ou que je roule. Bon allez, je consens à faire un effort, nous sommes en formule Audax. Le cyclo suédois me semble au demeurant fort sympathique, mais mon anglais ne doit pas le séduire beaucoup car la conversation ne se renouvellera pas.... La pluie s'intensifie peu à peu. C'est un peu mesquin, une pluie normande. Chez nous quand il se met à pleuvoir, le ciel y va franco, c'est net et précis. A l'approche de Domfront, les petites gouttes deviennent de la petite bruine, du petit crachin, un petit grain, d'ailleurs là-bas c'est plus clair, alors on ne se couvre pas (« on ne bâche pas » comme disent certains), attendons un





peu...et c'est comme cela que l'on arrive totalement trempés à Domfront, pour le repas du midi ... servi pour l'occasion à...10 h 30. Nous avons parcouru 254 km.

Domfront est une étape habituelle, à l'aller et au retour, avec un restau Logis de France bien adapté. On y est bien reçu, on y mange copieux et mes craintes initiales d'être à la table d'un cyclo qui se sert (copieusement) en premier s'estompent rapidement. Nous sommes huit à table, peut-être dix, mais ce détail n'a pas d'importance. Les deux cousins Denis et Laurent sont à la même table, pas de souci, moi je suis à la table de cyclos inconnus. C'est le moment de faire connaissance. Un peu plus tard arrive à la dernière place libre l'un des deux australiens, qui ne parle pratiquement pas français. Aïe ! Il a les cheveux longs et un look de cow-boy ! Quelque temps plus tard je converserai avec lui, découvrant un type super sympa.... Les deux cousins inséparables, Denis et Laurent, se changent. Certains essaient de faire sécher naïvement leurs vêtements en les approchant de la cheminée d'où sortent flammes et bonnes odeurs de grillade. Nous voici repartis, évidemment sous la pluie. Le Mont-Saint-Michel approche. Paris-Brest- Paris Audax se prête aux discussions. Ceux qui l'ont préparé avec Bordeaux Paris se connaissent déjà bien... mais peu à peu nous, les autres, faisons connaissance, même si c'est difficile de parler avec tout le monde, et pas seulement pour des raisons linguistiques. Les affinités apparaissent, les visages deviennent familiers, des images se précisent, se rectifient (j'avais par exemple été très impressionné au début par ce cyclo portant des lunettes de soleil, alors que la luminosité était très faible, mais Christian allait devenir l'un des personnages-clés de notre aventure) et des occurrences apparaissent. Ainsi les deux cousins Delau-Nirent, n'ont eu de cesse de se chercher tout au long des 1215 km. Combien de fois l'un m'a-t'il interpellé pour me demander : « t'as vu Laurent ? »... et l'autre de me demander si je n'avais pas vu Denis. La prochaine fois, ils pourraient faire PBP en tandem ! Cette récurrence, comme tant d'autres ne me contrarie pas, même si à l'une des interrogations, j'ai répondu « oui, hier matin », mais elles m'amuse. C'est comme un jeu, ou alors une balise pour se rassurer, c'est la vie de groupe, c'est Audax tout simplement....

Avant d'arriver à Saint-Brieuc, nous faisons un dernier arrêt à Plélan-le-Petit. J'éprouve une joie enfantine en découvrant qu'il nous est proposé quelques friandises salées, cacahuètes, chips et autres biscuits d'apéritif. C'est une excellente idée car cela nous coupe du sucré et de la propension à l'écoeurement. Comme je m'en rappelais, le dernier tronçon est fort long, il marque l'aboutissement de la première « journée » commencée la veille à 22 heures. Nous atteignons la première halte nocturne après une « longue » montée redoutée et 446 km. Entre temps j'aurais eu l'occasion de me faire réprimander pour un

malencontreux écart (mais le cyclo me paiera à l'arrivée une bonne bière en guise de conciliation.... sans m'avoir laissé le temps de lui dire que je n'aimais pas la bière !) et j'aurais vécu deux bons moments, une bonne conversation avec Jean-Michel, l'organisateur, satisfait de cette première journée, mais redoutant quelque peu les suivantes où naissent souvent les tensions et la surprise de voir Francis Swiderek, le président de l'amicale des diagonalistes de France, venu en voisin, prévenu par un article de Ouest France....

Après avoir entassé les vélos, nous nous attablons pour un repas poussif, impatients d'aller dormir. Il est plus de 23 heures lorsque nous nous couchons et demain nous repartons à 4 heures 45.

Le jour du toboggan

Ce soir nous reviendrons à Saint-Brieuc, après 313 km de route. Je suis impatient car je connais le profil de cette étape et il me convient bien, il y a fort peu de plat !

Le premier arrêt de la journée s'effectue à Belle-Ile-en-Terre, lovée dans une cuvette. A la fin d'une belle descente, le club local nous attend de pied ferme pour un somptueux petit déjeuner. Puis nous repartons, heureux que la pluie de la veille ait disparu. C'est le temps de la discussion. J'entame la conversation avec Nathalie, une jeune femme souriante, qui connaît (évidemment) Jean-Philippe Battu et qui me relate ses déboires du dernier PBP Randonneur. Elle avait dû abandonner, victime de problèmes de santé et espère cette fois-ci aller au bout. Une pente inattendue, des plus sévères nous sépare subitement. A l'arrêt suivant, je ne la vois pas arriver. J'apprendrai plus tard qu'elle a cassé sa chaîne... heureusement elle a pu être dépannée et elle finira brillamment, comme les huit autres femmes, deux jours plus tard.

Je converse aussi avec Sylvie, diagonaliste, qui me raconte ses exploits. A plusieurs reprises au cours de ce PBP, nous nous retrouverons et les souvenirs et projets évoqués nous feront passer le temps.... et les kilomètres.

Mais il est difficile de parler avec toutes les dames de ce PBP. Elles sont souvent (bien) entourées !

A l'approche de Brest, ce lundi matin, j'aborde Dominique Lamouller, le Président de la Fédération Française de cyclotourisme, fidèle au PBP, qui chevauche son magnifique vélo Singer (Alex Singer, pas la célèbre marque de machine à coudre !). Il me confie avoir sommeil. Je pourrais lui conseiller ma thérapie, mais je préfère engager la conversation. Nous échangeons un peu sur les prochaines élections fédérales, je lui vante les mérites de mon ami Denis Vitiel, le monsieur sécurité du Comité départemental et de la Ligue qui se présente, un type super, puis il me parle.... de la Chine, pays avec lequel la Fédé entretient de très bonnes relations, depuis les voyages Paris-Pékin et Pékin-Londres. Dominique me dit qu'il s'y est rendu à



plusieurs reprises et répond volontiers à mes questions sur l'évolution de ce Pays. Là-bas les chantiers de construction sont actifs 24 heures sur 24 et le matin au réveil on peut découvrir des bâtiments qui n'existaient pas la veille. La Chine, très polluée, à tel point que certains jours on peut difficilement sortir, s'expose à la schizophrénie : d'un côté de la route des aménagements sont réalisés avec des engins de dernier cri et de l'autre des hommes et des femmes ramassent les cailloux à la main. Notre conversation durera peut-être une heure et sera conclue par les remerciements de Dominique, heureux d'avoir ainsi pu faire passer son besoin de sommeil.

La discussion nous aura rapprochés de Brest. Après plusieurs grimpettes surgit la fameuse rade et le pont Albert Louppe, dans la brume. Je vais le photographier et une nouvelle fois je me laisse décrocher. Mais au moment de m'arrêter, je m'aperçois que je ne peux retirer mon pied de la pédale droite. Je suis obligé de déchausser et je constate qu'il manque deux vis à la cale. Heureusement Denis a un jeu complet et pourra me dépanner à Brest, au moment de la pause repas...

Nous voici à la moitié du parcours. Tout va bien dans l'ensemble, même si quelques-uns semblent fatigués. Parmi eux le doyen, 80 ans, qui penche sérieusement comme Jean-Michel me l'a fait remarquer... La paella est bien appréciée et le traditionnel arrêt à l'auberge de jeunesse est vite consommé.

Nous quittons Brest, passons Landerneau et entamons la longue montée vers le Roch Trévezel. Les choses sérieuses commencent réellement après Sizun, et je glisse en queue de peloton, espérant retrouver toute la spiritualité des lieux, que j'éprouve habituellement en formule randonneur quand j'y passe au soleil rasant. Le groupe s'est étiré avec la pente. J'encourage les plus en peine...

Après le sommet, la route serpente et s'amuse comme moi à monter et à descendre. Je reste volontairement en dernière position, prêt à aider les plus en difficulté. Christian souffre mais s'accroche, il ne lâche pas. A chaque sommet je l'aide à recoller au peloton. Un peu plus loin, une scène particulière se produit, les trois médecins participants veillent sur le doyen, qui les inquiète. Tout à coup je vois l'un d'entre eux, Jean-Pierre, jeter son vélo et rattraper « au vol » le valeureux doyen. Il faudra de longs efforts et palabres pour le dissuader de continuer. Nous avons tous mal pour lui, nous aimerions qu'il poursuive, mais ce n'est pas raisonnable. Il résiste comme un gamin, pas conscient de son état. Il accepte de monter dans la voiture... provisoirement. De son côté, Christian tient bon. Entre deux montées, il m'informe être de Saint-Brieuc, et que les demoiselles qui nous applaudissaient à l'arrivée la veille étaient ses filles. Il veut vraiment aller au bout. Et j'aurai beaucoup de joie au détour d'un rond-point à l'entrée de Saint-Brieuc, de le laisser au milieu des embrassades familiales.

L'épisode du doyen m'a rapproché de Jean-Pierre, médecin au CHU de Vendôme. Je découvre un gars super, organisateur-né, et je lui demande sa méthode pour réussir à concilier vélo, vie familiale et activité professionnelle avec un tel niveau d'engagement. J'aurais la surprise de découvrir, à peine quelques jours après l'arrivée, le magnifique montage qu'il a réalisé en un temps record...

Après le repas je retrouve Patrick, mon voisin de chambre, toujours aussi sympa. Nous n'avons pas trop le temps de discuter, le lendemain nous partons à 4 h 30 ...

Une douce fin d'après-midi

Pour la première fois nous prenons notre (deuxième) petit déjeuner au centre des congrès de Dinan. Nous délaissions ainsi le centre commercial. Nous y gagnons en solennité, « bénéfices » du discours de l'adjoint au Maire, chargé des sports, et surtout dégustons les pavés alentours. Mais les lieux méritent quelques regards !

Au passage aux abords du Mont-Saint-Michel, une petite pluie s'installe, comme à l'aller. Je discute de nouveau avec Dominique, puis nous nous arrêtons à Saint-James.

C'est en fin de matinée que surgit le petit drame. D'abord, alors que le groupe s'était arrêté au bord de la route, je ne sais pourquoi, je vis de l'arrière la longue silhouette de Laurent chuter sur la droite. Ce fut l'une des trois chutes de cette aventure, pas la plus grave car précédemment un cyclo américain s'était abîmé l'épaule et avait dû abandonner. Laurent s'en tirait bien. Mais quelques kilomètres plus loin son dérailleur rendit l'âme. Arrivés près de lui je constatai avec quelques autres que les pièces étaient particulièrement dispersées. Heureusement, la route très empruntée, nous offrait un espace suffisant pour statuer sur la suite. Je fis signe au camion-matériel de s'arrêter. Mais il ne disposait pas de pièce de rechange et Laurent et personne d'entre nous n'avait d'attache-rapide. Heureusement arriva notre « serre-file » en chef, Dave, bricoleur australien au petit vélo mais au grand talent, qui s'empara du problème, il réduisit la chaîne et condamna le changement de vitesse. Il restait à Laurent à effectuer les 300 derniers kilomètres sur un seul pignon, avec interdiction de se mettre en danseuse. Voilà qui renforçait le défi pour mon ami néophyte.

Il y avait longtemps que le groupe s'était esquivé en direction de Domfront où nous attendait le repas de mi-journée. Nous partîmes avec vigueur, mais rapidement je m'aperçus que je ne pouvais tenir le rythme, Laurent et ses deux sauveurs allaient bien plus vite que moi. Un moment je rejoignis l'australien qui m'attendait et il m'invita à prendre sa roue, mais de nouveau je ne pus le suivre et je le laissais partir. L'heure avançait et je commençais à ressentir une belle fringale. De plus je n'étais pas sûr d'arriver à temps pour déjeuner. Alors je fis appel à mon expérience et écarta toute frénésie inopportune... un peu plus loin





Laurent s'arrête car la chaîne avait malencontreusement changé de pignon, et rapidement nous décidâmes d'un commun accord que, n'ayant aucune utilité dans l'affaire, il était plus judicieux que je poursuive ma route.... Après quelques minutes d'effort j'arrivais au restaurant... où le service ne faisait que commencer, et j'entendis Denis me demander : « t'as vu Laurent ? »... La longue litanie de montées et de descentes se prête tantôt à la conversation, tantôt à la méditation. Je profite de cet exercice d'équilibre infini sur le fil de la route pour me ressourcer. PBP n'est pas un exercice d'apnée, surtout pas d'apnée juvénile puisque la moyenne d'âge annoncée des participants est de 59 ans. C'est plutôt une respiration singulière, une profonde inspiration, un souffle long, un concentré de perceptions diverses, les sens sont en alerte, on vit, on vibre car l'aventure est puissante. Ainsi je me laisse de plus en plus décrocher du groupe, au demeurant sympathique. Un besoin naturel me donne prétexte, à une vingtaine de kilomètres de l'arrivée à Bellême, de me retrouver seul. Seul dans la « France profonde », sur un asphalte impeccable dénué de circulation automobile, seul dans un doux cheminement d'été. La route est ombragée et il y règne une paix majeure. De part et d'autre le bocage filtre la lumière encore chaude du soleil qui inonde les champs de blé. Comment pourrais-je expliquer mon ressenti à ceux qui me demandent pourquoi je roule à vélo ? Un peu plus loin je rejoins Christian qui s'est fait décrocher dans quelque montée, et ensemble nous arrivons à l'escale après ces instants sublimes....

Après le repas clôturant cette avant-dernière étape de 293 km, chacun s'affaire à rejoindre au plus vite sa chambre. Ce soir je la partage avec mes « inséparables » amis.

Le temps de la nostalgie

Partir de Bellême semble plus facile que s'éloigner de Mortagne-au-Perche où nous faisons escale habituellement.

Nous sommes levés depuis 2 heures du matin pour un ultime exercice de 163 km et la nuit nous enveloppe, à 3 heures. J'entends dans le peloton l'interminable conversation du couple

anglais, qui s'exprime à voix haute, quelques blagues de premier niveau, des flatulences et autres éructations, qui provoquent rires et indignations. J'appréhende la chute car les fatigues se font sentir, les écarts se multiplient, il me faut redoubler de vigilance. Alors, encore une fois, je me laisse glisser en arrière du groupe, et même décrocher de quelques mètres.

Comme pour ne pas finir trop vite, le peloton se surprend à errer dans un chemin de ferme et il fait demi-tour sous mes yeux riant aux éclats. L'ultime jour se lève sur la Beauce et le soleil est d'un rouge écarlate. C'est l'ultime cadeau que nous offre la nature. Le soleil est encore timide et la température si basse, il fait 6 degrés au premier arrêt et exceptionnellement les organisateurs décident de décharger les sacs afin que chacun puisse mettre quelque épaisseur...

Paris se rapproche et Monthéry nous attire, comme l'élastique sur le retour. Quelques belles petites routes ensoleillées me conduisent à quelque nostalgie. Je pense à ceux qui ont dû abandonner, notamment au doyen, réalisant que dans seulement 18 ans je pourrais être dans son cas ! Et aussi à Pascal, l'ami de Montpellier, qui, souffrant d'un genou, a préféré se préserver pour son Euro-diagonale prévue en septembre. J'ai une pensée pour Charles Bouchard, une autre pour Bruno... Heureusement il reste quelques pentes, dont la côte de Dourdan, puis arrive l'ascension finale, logique pour le lecteur attentif qui avait bien noté que nous étions partis en descente !

Les deux cousins sont accueillis chaleureusement par leurs familles, et je me mets en retrait pour adresser quelques messages à ma femme et mes enfants. Soudain ma tête prend le bourdon. J'ai de nouveau vécu une formidable aventure, au milieu d'un groupe super sympa et d'organisateurs des plus dévoués et tout s'arrête d'un coup, à l'instant. Mon spleen durera de longues minutes, m'enjoignant de m'isoler... Le repas de gala me donnera l'occasion de me ressaisir, de reprendre ma tête et de la remettre à l'endroit...

Paris-Brest-Paris se prépare minutieusement, s'attend langoureusement et se termine brutalement. Tout à coup on est replongé dans le monde réel, dans la « vraie ? » vie, dans les tracasseries de tous les jours.

Cette brutalité mêlée au manque de sommeil, efface provisoirement la trace des quatre jours passés dans notre bulle. Tout est effacé. C'est comme au réveil d'une nuit de rêves. Et puis peu à peu réapparaissent les souvenirs, les visages, les péripéties, les odeurs, les rires, les frayeurs, les sensations diurnes et nocturnes. D'abord timides et embryonnaires, les souvenirs s'organisent, se structurent, s'épaississent, pour former une belle histoire de sport et d'amitié. Paris-Brest-Paris, ce n'est pas qu'un simple exercice de voltige atlantique, c'est une immense aventure, riche en joies et en peines, qui se savoure à pleins poumons...

...et alors surgiront de l'ordinaire de nouvelles forces, un nouveau souffle et d'autres évasions...

Alain Perroud, Août 2016



Venez nous rejoindre sur la page Facebook des Audax.

Des communications,
des informations,
des échanges,

C'est simple, sur Facebook
tapez "les Audax"

Plus qu'une idée ... recommencer !

Je suis venu à la longue distance motivé par le Paris-Brest-Paris. J'habitais dans les années 80/90 Villaines-la-Juhel tout en pratiquant à l'époque le cyclisme en compétition. 2015 a été ma première expérience avortée par un problème au genou après 430 kilomètres seulement. Comment avaler au mieux cette déception...et bien en faisant un autre PBP. Celui qui s'offrait le plus tôt à moi, était la version Audax.

Comme en 2015, je n'ai pas rencontré de souci lors la réalisation des brevets. 200 et 300, sont un peu longs... Le 400, réalisé à Laval devient plus intéressant. J'y ai découvert la camaraderie Audax qui va au-delà de la solidarité longue distance. Pour le 600, idem, avec la découverte de la pause de nuit.

Arrive enfin le 2 juillet et le moment du départ. Nous attaquons par la nuit. Tout se passe bien jusqu'au petit matin. Jusqu'à Domfront, tout est compliqué, le manque de sommeil, la faim, pas dans le rythme même si je ne suis pas en difficulté pour suivre. On discute avec les collègues et je me rends compte que beaucoup sont comme moi. L'arrêt de Domfront fait du bien. Bon repas, quelques échanges SMS à la famille regonflent le moral. Même si il pleut une bonne partie de la journée, tout se passe au mieux. Il faut simplement faire attention à ménager les freins. Un grand gabarit comme moi, freine beaucoup dans les descentes...

Fin de la première étape, avec le bon repas et la petite nuit, douche et vêtements propres, qui permettent de repartir dans de bonnes conditions. Les bonnes

sensations ne me quitteront plus. J'ai seulement été embêté par un genou qui s'engourdissait aux arrêts. Il mettait quelques temps à redevenir à la normale pour le pédalage. Même si l'on se sent bien, il y a toujours l'inquiétude et l'incertitude pour la suite. J'aurai aimé aider un peu plus les collègues qui pouvaient se trouver en difficulté à l'image de ce que j'avais pu faire sur mon 400. Mais j'avais trop de doute pour sauter le pas. Par contre dans le peloton, il fallait se soutenir quand le besoin de sommeil te tombe dessus. Il faut se forcer à parler avec son voisin pour maintenir l'attention et attendre que cela passe Car le peloton avance....

Ensuite, la délivrance de franchir Brest et la satisfaction de revenir sur Saint-Brieuc où nous profitons d'un nouveau dodo/douche. Le retour en Normandie se passe bien même si mon genou m'inquiète toujours. Lors du passage à Domfront, nous enfignons nos beaux maillots bleus et jaunes. Je fais partie de ceux qui ne voudraient le porter qu'une fois le PBP terminé. Superstitions quand tu nous tiens...

Par contre, la Normandie m'a semblé plus vallonnée que je ne pensais et plus dure que la Bretagne. Cela me fait aussi comprendre pourquoi j'ai eu du mal à l'aller. La route de Domfront, Sées, Bellême, doit



être sympathique à refaire ... en moto par contre.

Après le bel et bon arrêt de Bellême, enfin la dernière ligne droite de notre périple, mon genou m'embête toujours et la reprise est dure. Je suis l'allure sans souci mais pas de quoi faire le fanfaron. Par contre le froid est vraiment conséquent. Il nous oblige à réclamer nos sacs au premier arrêt de la matinée pour s'habiller plus chaudement. Merci à ceux qui nous ont aidés. Après les plaines de la région parisienne et les côtes des abords parisiens, la délivrance de l'arrivée s'offre à nous. Quelle joie ! Moi qui ai gagné des courses en d'autres temps, je vis et ressens la même satisfaction. L'avantage c'est que nous pouvons la partager avec nos collègues.

Voilà qui est fait...et plus qu'une idée... recommencer ! A dans 5 ans.

Denis Martineau

33



Clic-clac c'est dans la boîte !

Sur cette 16^{ème} édition du Paris-Brest-Paris Audax j'avais été désigné comme photographe. Cette charge me convenait bien. J'aime bien la photo, et encore plus le vélo. J'imaginai déjà les clichés que j'allais prendre. C'est donc avec un grand plaisir que je me suis rendu à Montlhéry pour le départ.

J'avais prévu d'arriver un peu en avance pour faire quelques photos des préparatifs, aussi bien des organisateurs que des participants. Là, voyant les cyclos préparant leur machine et leur équipement, une petite pensée s'est insinuée dans mon esprit, une envie, presque une jalousie, j'aurais bien aimé être l'un d'eux ! Mais en aurais-je été capable ? Pas sûr ! Et puis il y avait le bon prétexte me permettant de me faire une raison, l'UAF avait besoin d'un photographe ! Alors photographions !

Avant le départ, les organisateurs sont sereins (il y a tellement de semaines qu'ils peaufinent cette organisation). Pour mes photos ils ont toujours le sourire. Mais ils ont l'œil attentif, au cas où. Les motards sont là, tout va bien.

Les cyclos sont concentrés sur leur matériel.

Prévoyants, certains profitent d'un moment de calme pour engranger quelques minutes de sommeil, la prochaine nuit sera difficile. Lui vérifie son vélo, et le revérifie, ou reçoit avec plaisir quelques encouragements téléphoniques, ou s'impatiente de ne pas voir arriver le copain.

Mon reportage continue par quelques photos du repas proposé avant le départ. Puis celles du staff, qui, par l'intermédiaire de Jean-Michel, donne les consignes de sécurité et les dernières

informations sur le parcours.

Plusieurs personnalités sont venues assister au départ des audaxieux, comme le Maire adjoint aux Sports de la Ville de Montlhéry. Quelques familles et amis sont là aussi pour encourager leur cyclo préféré. Le départ approche.

22h00, le peloton s'élance sous les applaudissements de l'assistance. Les photos à ne pas manquer. La caravane se met en place, la voiture ouvreuse, gyrophare sur le toit, est bien à l'avant, les motards encadrent le groupe, la voiture mécanique protège l'arrière du peloton. Après les photos du départ je saute rapidement dans le camion mécanique conduit par Jean-Luc. C'est donc de l'arrière que je prendrai mes premières photos sur le parcours. La nuit est maintenant bien installée. J'ai devant moi un ruban de lucioles rouges. Au passage d'un ou deux villages, quelques couche-tard applaudissent les cyclos. L'ambiance est bonne, tous avaient hâte de pédaler enfin sur le parcours.

Sautant de la voiture ouvreuse au camion-mécanique, et même passer d'une moto, j'ai essayé d'être au plus près du peloton afin d'immortaliser l'événement. Pour moi c'était une première expérience, aujourd'hui je me dis que j'ai manqué bien des photos, alors la prochaine fois...

Ce PBP ne me laissera que des bons souvenirs, je ne doute pas qu'il en soit de même pour vous.

Félicitations pour votre exploit.

Jacques Torgue



Les féminines du PBP Audax 2016



Sylvie



Dominique



Alexandrine



Irmgard



Nathalie



Torun



Marie-Hélène



Judith



Jocelyne

34



Ils ont dit . . .

PBP Audax, une excellente expérience pleine de convivialité et d'entraide.

Cet Audax m'aura permis d'apprendre à gérer les temps faibles et les temps forts.

Une très belle aventure riche en rencontres et en émotions.

J'ai beaucoup apprécié cette allure régulière, les horaires rigoureusement respectés, les arrêts intermédiaires, . . .

Il y a toujours un très bon esprit et cela permet de passer facilement les difficultés.

J'ai apprécié le confort qu'apporte la formule Audax.

L'ambiance agréable et conviviale au sein du peloton.

J'ai vraiment apprécié rouler en groupe, tisser des liens au cours de ces trois jours et demi, . . .

En Audax on se fait des amis et c'est super de se retrouver et de s'aider dans les moments où les douleurs se font ressentir.

Moi qui ai gagné des courses en d'autres temps, je vis et ressens la même satisfaction. L'avantage c'est que nous pouvons partager avec les collègues.

Cette gestion, allure modérée et des courtes nuits a été très instructive et me servira de modèle pour mes prochaines longues distances en solo.

Nous étions choyés, logés et nourris. Nous aurions pu être bordés, mais on s'endormait avant !

Prendre plaisir au Paris-Brest-Paris Audax, même à l'arrière du peloton.

Les capitaines de route savent réguler l'allure pour respecter les horaires, et moduler le rythme suivant le profil du parcours.

Personne n'est laissé sur le bord de la route, il y a toujours un compagnon pour nous épauler.

J'ai adoré ce grand train humain si convivial et si modeste.

Un regret, ne pas avoir voulu ou pu passer en tête . . . Jean-Michel me l'avait proposé . . .

PBP Audax 2016



Les bénévoles



Les bagages - Charly et Jacques



La mécanique - Jacques et Jean-Luc



La voiture ouvreuse - Monique et Patrick



Le ravitaillement - Daniel et Paulette



Le capitaine de route - Jean-Michel



Le photographe - Jacques

Les Randonnées Permanentes de l'UAF

Montgeron - Col du Tourmalet Souvenir Jacques Goddet

800 km - 9000 m d'élévation
10 BCN / BPF
2 Parcs naturels régionaux
Label FFCT n°212

Montgeron - Col du Galibier Souvenir Henri Desgrange

750 km - 7000 d'élévation
5 BCN / BPF - 11 cols
3 Parcs naturels régionaux
Label FFCT n°213

Paris - Mont Ventoux Souvenir Pierre Kraemer

890 km - 12000 m d'élévation
10 BCN / BPF - 13 cols
4 Parcs naturels régionaux
Label FFCT n°214

Calais- Brindisi La route du courrier des Indes Souvenir Jean Rey

2250 km - 7000 m d'élévation
8 BCN / BPF - 3 cols

Renseignements : Jacques **TORGUE** - rp@audax-uaf.com
13, avenue du Colonel Fabien - 93500 Pantin

<http://www.audax-uaf.com/cyclotourisme/randonnees-permanentes/>

