

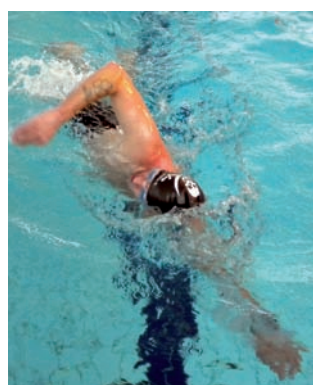


La Revue des Audax

N° 618 / Octobre 2015



 cyclotourisme |  marche |  natation |  kayak |  ski de fond



"Partir ensemble, revenir ensemble" (Henri Desgrange)

www.audax-uaf.com

La vie de l'Union

Billet du Président	3
Les brevets UAF en 2016	4
L'UAF à la Semaine Fédérale	5
Projet 2016	6
Paris-Brest-Paris	7

La Chronique des Audax Cyclistes

Les brevets de l'Audax Rando Gien	8
Le 100 de Crépy	9
Le 200 de Moulins	10
Les Aiglons de Fabrègues	11
Paris-Nice	12

La Chronique des Audax Marcheurs

Les Marcheurs de l'île d'Yeu	19
Les brevets de l'Audax Rando Gien	23
Le 150 de Blois	24
Le 100 de Peyherorade	26
Le 75 des Mureaux	27
Aigles d'or à St Georges des Gardes	28
L'Euraudax 125 de Brakel	29
Les 25-50-75 km de Luisant	30
Le Triptyque creusois	31

La Chronique des Audax Rameurs

Le renouveau du canoë-kayak	34
-----------------------------	----

Les médailles et la bonneterie

	35
--	----

Prochaine Revue

Pour la parution de la Revue n°619, les articles sous Word et les illustrations doivent parvenir à : revue@audax-uaf.com avant le 25 décembre 2015

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

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 :
UAF : CISP, 6 avenue Maurice-Ravel - 75012 PARIS

Rédactrice-révisseuse : Françoise Berthou

Textes : Patrick Aguetant, Jacques Torgue, Alain Challant, Jean-Michel Vincelot, Eric Lecordier, David Lefevre, Jacques Morin, Hervé Laudren, Daniel Brossard, Emmanuel Brunet, Aurélie Lannoy, René Vasseur, Jacques Lannoy, Léon de Montreuil, Michel Terrier

Photo de couverture : Paris-Nice

Imprimerie ICL - Lens



Vos contacts

Président de l'Union : Patrick AGUETTANT
06.09.47.90.70. president@audax-uaf.com

Secrétaire général : Alain CHALLANT
06.33.71.28.74 secretaire@audax-uaf.com

Trésorière : Monique HERUBEL
06.76.31.37.14 tresorier@audax-uaf.com

Vice Président Marche : Alain Lammers
06.73.82.57.99 vpmarche@audax-uaf.com

Vice Président Cyclo : Jean-Michel Vincelot
06 07 36 89 38 vpccyclo@audax-uaf.com

Responsable Natation : Marcel Legalle
06.88.49.51.34 natation@audax-uaf.com

Contact Kayak : Gérard Maurice
01.69.34.29.89 kayak@audax-uaf.com

Contact Ski de fond : Gérard Maurice
01.69.34.29.89 ski@audax-uaf.com

Délégué National Aiglon d'Or :
Michel Guérard
06.13.46.07.33 aiglons@audax-uaf.com

Délégué sécurité : Daniel Ropert
06.71.86.54.42 daniel.ropert@orange.fr

Adhésions, licences, abonnements :
Alain Challant
06.33.71.28.74 adhesions@audax-uaf.com

Revue :
Redacteur en chef :
Jacques Torgue
06 17 71 70 27 revue@audax-uaf.com
Expédition revue : Charles Hérubel
01 60 03 19 24 expe@audax-uaf.com

Calendrier modification : Jacques Lannoy
06 85 03 99 67 calendrier@audax-uaf.com

Homologations :
Homologations Cyclo
Jean-Luc Tréberne 06 89 06 95 88
homologcyclo@audax-uaf.com

Homologations Marche :
Serge Richard 06 10 35 67 34
homologmarche@audax-uaf.com

Homologations Natation : Marcel Legalle
06 88 49 51 34 natation@audax-uaf.com

Homologations Kayak : Gérard Maurice
01.69.34.29.89 kayak@audax-uaf.com
Homologations Ski de fond : Gérard Maurice
01.69.34.29.89 ski@audax-uaf.com
Distribution et homologation Randonnées
Permanententes cyclo

Jacques Torgue 06 17 71 70 27
rp@audax-uaf.com

Homologations Coquilles Marche :
Serge Richard 06 10 35 67 34
homologmarche@audax-uaf.com

Resp. flèches et étoiles pédestres :
Jeanine Loubière 06.84.60.79.39

Carnets d'homologation Aigles Pédestres et coquilles : JL Tréberne 06 89 06 95 88
cartehomolog@audax-uaf.com

Cartes d'homologation toutes disciplines :
Jean-Luc Tréberne 06 89 06 95 88
cartehomolog@audax-uaf.com

Aigles et Médailles :

Aigles Cyclo : Gérald Paillard
06 60 92 24 77 aiglecyclo@audax-uaf.com
Aigles Marche : Serge Richard
06 10 35 67 34 aiglemarche@audax-uaf.com
Aigles Natation : Marcel Legalle
06 88 49 51 34 natation@audax-uaf.com
Aigles Kayak : Gérard Maurice :
01.69.34.29.89 kayak@audax-uaf.com
Aigles Ski de fond : Gérard Maurice
01.69.34.29.89 ski@audax-uaf.com
Médailles toutes disciplines : Serge Richard
06 10 35 67 34 medailles@audax-uaf.com

Autres :

Challenge R Boutin : Gérald Paillard
06 60 92 24 77 chboutin@audax-uaf.com
Correspondant FFCT Commission des Jeunes : Michel Guérard 06 13 46 07 33
correspjeunes@audax-uaf.com
Dossier Pilote Cyclo : Michel Guérard
06 13 46 07 33 dospilote@audax-uaf.com
Gestion du site : Patrick Aguetant
06 09 47 90 70 webmestre@audax-uaf.com
Bonneterie : Charles Hérubel
01 60 03 19 24 charlyherubel@yahoo.fr
Communication : Jacques Torgue
06 17 71 70 27 comm@audax-uaf.com
Conseil des Sages : Jacques Seray
01 34 65 00 39 jacques.seray@orange.fr

Union des Audax Français

Créateur des Audax Français en 1904 : † Henri Desgrange
Union des Audax Français (UAF, ex-UACP fondée en 1923 par † Raphaël Boutin)
Président d'honneur : Raymond Poulidor
Organisatrice et distributrice, en France et à l'étranger,
des brevets audax toutes disciplines
Membre de la fédération française de cyclotourisme (FFCT) n° 116
Membre de la fédération française de canoë-kayak (FFCK) n° 7.506
Membre de la fédération française de randonnée pédestre (FFRP) n° 2.898
Agrément du ministère de l'Education nationale
Secrétariat à la Jeunesse et aux Sports, 2 mars 1956, n° 11.833
Déclaration à la Préfecture de Police le 23 février 1923
Nouveaux statuts, transformation de l'UACP en UAF le 1er janvier 1956
Journal officiel du 23 février 1956, page 1976
Modifications des statuts le 28 novembre 1998 et le 27 novembre 2007
Siret 324 717 990 00018 - APE 926 C

Versements de fonds

En provenance de France :
par chèque postal ou bancaire
au nom de l'Union des Audax Français
à adresser à : UAF CISP
6, av. Maurice-Ravel, 75012 PARIS
En provenance de l'étranger :
en euros par virement bancaire
(FR76 1870 6000 0015 8695 3900 022 AGRIF-
FRPP887)

Des sites Internet

Visitez le site de l'UAF :
<http://www.audax-uaf.com>

Venez dialoguer sur le forum de l'UAF :
<http://audax.easyforum.fr>

Retrouvez les Audax sur Facebook :
www.facebook.com/group.php?gid=13617750676

L'édito du Président



Nous voici déjà en automne. « L'automne est le printemps de l'hiver » a dit Henri de Toulouse-Lautrec.

La saison se poursuit avec de nombreux brevets de marche programmés d'ici la fin de l'année et quelques uns encore dans la discipline cyclo.

J'étais présent sur deux grands brevets. Le 150 km marche de l'île d'Yeu, un formidable brevet se démarquant par son originalité, avec des paysages merveilleux et une organisation parfaite ! Un brevet qui restera dans la mémoire des participants.

J'étais également sur le 1.000 km cyclo Paris-Nice. Brevet qui lui aussi a été un exemple de réussite mis à part les conditions météorologiques avec la canicule sévissant durant cette période. J'y reviendrai dans les pages de cette revue.

L'UAF était présente à la semaine fédérale de la FFCT à Albi où elle tenait une permanence dans le village fédéral, comme l'année dernière à Saint-Pourcain, initiative fortement appréciée

par les cyclos et marcheurs rencontrés sur ce stand.

Notre revue d'octobre est la dernière avant notre Assemblée Générale qui aura lieu le samedi 19 décembre salle le Nouzet à Montgeron.

Les nouveaux statuts précisent que les membres actuels du Comité Directeur, ainsi que son Président, sont élus pour l'olympiade en cours jusqu'à fin 2016. D'autres sociétaires peuvent toutefois se présenter cette année.

Il est capital que nous ayons cette année des candidatures aux élections des membres du CD. Je vous rappelle que les membres du Bureau actuel (Président, Secrétaire, Trésorière) ne renouvelleront pas leur mandat fin 2016 pour la prochaine olympiade. Il en est de même pour certains autres membres du CD. Ceci ayant été acté sur le procès verbal de notre réunion du Comité Directeur du 5 mars 2015.

Nous resterons toutefois disponibles ponctuellement si nous sommes sollicités par le CD pour une aide aux organisations et autres tâches.

Je ne veux pas être alarmiste mais il est vital pour notre association que des candidats rejoignent le Comité Directeur pour travailler avec les membres du Comité actuel en 2016 et prendre des responsabilités début 2017 ...

Tous les membres du Comité Directeur et moi-même continuerons à donner le meilleur de nous-même jusqu'à la fin de notre mandat.

Le climat au sein de notre Union est redevenu serein et devrait aider à générer des vocations !

Envoyez dès à présent vos demandes de candidatures à notre Secrétaire Général :

Alain Challant - 71 avenue Jérôme Massier 06220 VALLAURIS ou secretaire@audax-uaf.com

Accompagnées d'un courrier retraçant vos précédentes expériences en milieu associatif et indiquant ce que vous souhaiteriez faire au sein du CD 2016.

Rappel, les candidats à cette élection seront élus le 19 décembre 2015 jusqu'à la fin de l'olympiade en cours c'est-à-dire fin 2016.

La prochaine élection du Comité Directeur et du Président se fera donc fin 2016 pour une olympiade soit de 2017 à 2021.

Patrick AGUETTANT

3



Assemblée Générale 2015



Samedi 19 décembre

De 9h30 à 13h00

Salle Polyvalente le Nouzet

115 route de Corbeil

91230 MONTGERON

A 13h00 verre de l'amitié suivi d'un repas froid pour ceux qui le désirent.



Brevets cyclistes organisés par l'UAF en 2016

BI-AUDAX – BOIS-LE-ROI (77) : le 05 mars 2016

Vélo : 100 km - Départ : 07 h 00 - Marche : 25 km - Départ : 14 h 00 - Départ : Parking de la gare

Responsables : Jean-Michel VINCELOT - Jacques LANNOY

150 km AUDAX – BOIS LE ROI (77) : le 12 mars 2016

Départ : 08 h 00 Parking de la gare - Responsable : Jean-Michel VINCELOT

200 km St-RÉMI-LES-CHEVREUSE (78) : le 19 mars 2016

Départ 07 h 00 Gare SNCF - Responsable : Jean-Michel VINCELOT

200 km DRANCY (93) en collaboration avec le CoDep 93 : le 2 avril 2016.

Départ 07 h 00 lieu à préciser - Responsable Jacques TORGUE

300 km AUDAX – BOIS LE ROI (77) : le 9 avril 2016

Départ : 04 h 00 Parking de la gare - Responsable : Jean-Michel VINCELOT

200 km AUDAX BEAUFORT-EN-VALLÉE (49) : le 1er mai 2016

Dans le cadre d'un stage de capitaines de route Audax. (Brevet ouvert à tous stagiaires et non stagiaires)

Départ 07 h 00 salle Bourguillaume - Responsable Jean-Luc GRIPPON

400 km AUDAX MONTGERON (91) à confirmer les 21 et 22 mai 2016

Départ 09 h 00 lieu à confirmer - Responsable : Jean-Michel VINCELOT

600 km BORDEAUX – PARIS les 11 et 12 juin 2016

Départ 06h 00 lieu à préciser - Responsable : Jean-Luc Tréberne

1.200 km PARIS – BREST PARIS du 2 au 6 juillet 2016

Départ : 22 h 00 Stade Paul Desgouillons Montlhéry (91) à confirmer - Responsable : Jean-Michel VINCELOT

Inscriptions 10 jours à l'avance pour les 200, 300 et 400

Inscriptions avant le 31 mai 2015 pour Paris-Brest-Paris

Port du casque obligatoire

4

Coordonnées des responsables de ces Brevets

Jean Michel VINCELOT - 7 imp du Clos de la Gobelette 77950 MAINCY Tél 06 07 36 89 E-mail : vpcyclo@audax-uaf.com

Jacques LANNOY - 7 Hameau Briand 77820 LE CHATELET-EN-BRIE Tél. 06.85.0399.67 E mail : jacqueslannoy@wanadoo.fr

Jacques TORGUE - 13 avenue du Colonel Fabien 93500 PANTIN Tél. 06.17.71.70.27 E mail : revue@audax-uaf.com

Jean-Luc GRIPPON - Le vieux Chemin 49250 BEAUFORT-EN-VALLÉE Tél. 02.41.57.44.98 E mail : audax.rva@free.fr

Jean-Luc TRÉBERNE - 4 rue Léon Millot 44400 REZE Tél. 06.89.06.95.88 E mail : homologocyclo@audax-uaf.com



Brevets marche organisés par l'UAF en 2016

25 km de la galette à FONTAINEBLEAU (77) : samedi 2 janvier

Départ : 9 h 15 gare SNCF de Fontainebleau ou café de la gare

Contacts: Alain Lammers – Jacques Remande

25 km (ou 2 x 12,5 km) des Restos du Cœur à PARIS Porte de Charenton (75) : samedi 9 janvier

Départ : 13 h 00 Stade Léo Lagrange près des tennis. Métro : Porte de Charenton

Contacts: Alain Lammers – Jacques Remande

50 km PARIS – MEAUX (75) : samedi 16 janvier

Départ : 8 h 00 café Le Conservatoire Métro Jaurès PARIS 19^{ème}. Prévoir son ravitaillement.

Contact : Jacques Remande

BI-AUDAX à BOIS LE ROI (77) : samedi 5 mars

Départ: devant la gare de Bois le Roi (77) - Vélo 100 km - Départ: 07 h 00 - Marche: 25 km - Départ: 14 h 00

Contacts: Jacques Lannoy (Marche) – Jean-Michel Vincelot (Vélo)

25 km (ou 2 x 12,5 km) à PARIS (75) dans le cadre du salon « Destination Nature » : dimanche 20 mars

Départ: se renseigner café « Aux Cadrans » 21, Bd Diderot Métro Gare de Lyon

Contacts : Alain Lammers U.A.F. et Comité de Paris F.F.R.

125 km, 100 km PARIS-PROVINS (75) : samedi 19 mars

Départ : 15 h 00 lieu : se renseigner. Date limite d'inscription : 1er mars.

Contact : Marc Vautier.

25 km PROVINS-PROVINS (75) : dimanche 20 mars

Départ : 10 h 45 lieu départ et arrivée: gymnase de Provins.

Contact : Marc Vautier

100 km LILLE (59) salon «Sport de nature» : vendredi 1 avril

Départ : 15 h 00 lieu : à préciser

Contact : Alain Lammers

50 km TOURNAI-LILLE salon «Sport de nature» : samedi 2 avril

Départ : 01 h 00 lieu : à préciser

Contact : Alain Lammers

100 km à MALAGA (Espagne) : lundi 16 mai

Départ : 22h00 Contact: Alain Lammers.

50 km à MALAGA (Espagne) : vendredi 20 mai

Départ : 8 h 00 Contact: Alain Lammers. Prévoir son ravitaillement – repas assuré.

100 km Lac de VASSIVIERE (87) : samedi 6 août

Départ : 15h30 Maison du tourisme à Auphelle (87). (inscription préalable souhaitée).

Contact : Jacques Lannoy

25 km (ou 2 x 12,5 km) à PARIS (75): jeudi 25 août - Nyct'Audax «Rando dans le vent» U.A.F. et Comité de Paris F.F.R.

Départ : 18 h 00 lieu: café « Aux Cadrans » 21, Bd Diderot Métro Gare de Lyon. Prévoir son ravitaillement

Contact: Alain Lammers

50 km à travers le Val de Marne (94): samedi 8 octobre

Départ : 8 h 00. Lieu : se renseigner. Prévoir son ravitaillement – repas assuré.

Contact : Marc Vautier

25 km (ou 2 x 12,5 km) à PARIS (75) Dans le cadre des Parigorandos : dimanche 9 octobre

Départ: se renseigner Prévoir son ravitaillement

Contact: Alain Lammers U.A.F. et Comité de Paris F.F.R.

50 km PARIS – PONTOISE : samedi 3 décembre

Départ: 8 h 00 lieu: café « Aux Cadrans » 21, Bd Diderot Métro Gare de Lyon. Prévoir son ravitaillement – repas assuré. - Contact: Alain Lammers

50 km PARIS – MEAUX (75): samedi 31 décembre

Départ : 8 h 00 café Le Conservatoire Métro Jaurès PARIS 19ème. Prévoir son ravitaillement.

Contact: Jacques Remande

Coordonnées des responsables de ces Brevets:

Alain LAMMERS - 5, rue de Crimée 75019 PARIS 06.73.82.57.99 E-mail : audax-uaf-al@wanadoo.fr

Jacques REMANDE - 12, allée des Tilliers 93100 MONTREUIL 01.48.59.08.78. (19-21h). E-mail : leon.audax@wanadoo.fr

Jacques LANNOY - 7 Hameau Briand 77820 LE CHATELET-EN-BRIE Tél. 06.85.0399.67 E mail : jacqueslannoy@wanadoo.fr

Marc VAUTIER - 7, rue Gal de Larninat 94000 CRETEIL 06 17 50 31 38 E-Mail : vautiermarc@gmail.com

5



L'UAF au village de la Semaine Fédérale à Albi



L'UAF a renoué depuis l'année dernière avec cette tradition de tenir une permanence aussi bien lors des semaines fédérales que pour le congrès fédéral de la FFCT.

Cette démarche n'a aucune répercussion financière pour notre Association car nous n'avons qu'une caution à verser pour le prêt du stand et du matériel cette caution nous étant restituée. Les frais de déplacement sont à la charge des bénévoles.

Je remercie tous ceux m'ayant accompagné pour tenir la permanence sur notre stand tout au long de cette semaine, J.L. Grippon, C. Hérubel, G. Paillard, J.C. Perron, J.L. Tréberne, J. Turmel et E. Vergnes. Nous étions tous les jours au minimum deux pour renseigner au mieux nos visiteurs.

Un film de Paris-Brest-Paris Audax était projeté en boucle, des triptyques des activités de l'UAF, des imprimés sur le prochain Paris-Brest-Paris, ainsi que des revues distribués.

Nos visiteurs nous ont rapporté que cette présence répétée de l'UAF engendrait de plus en plus de curiosité envers notre association et les brevets qu'elle organisait. En témoignent les nombreuses visites de cyclos mais aussi de marcheurs nous demandant des renseignements sur l'UAF et ses organisations. Nous avons eu, à Albi, beaucoup de visiteurs intéressés par Paris-Brest-Paris Audax 2016. Nous avons ouvert un cahier sur lequel chacun pouvait noter ses coordonnées et les points les intéressants. Ils vont être recontactés. Nous serons également présents et tiendrons un stand au prochain congrès fédéral de la FFCT à Montpellier les 5 et 6 décembre 2015 pour expliquer ce que nous faisons et proposons. Toutes les bonnes volontés souhaitant m'accompagner dans cette démarche sont les bienvenues !

Patrick AGUETTANT



Projet 2016

L'UAF, partenaire du Festival de l'Oh du Val de Marne



Beaucoup d'entre nous connaissent ce Festival, particulièrement les cyclotouristes. Cette année le Festival de l'Oh se déroulera les 28 et 29 mai sur les rives de la Seine.

Les organisateurs proposent une participation inédite et "active" à l'UAF. Nous aurons ainsi l'occasion de présenter notre association et ses différentes activités.

Cette présentation serait réellement "active" car nous proposerions au

public de participer à une sortie vélo, une marche, et même de s'essayer au canoë sur la Seine.

Nous aurons également à notre disposition 4 stands en contact avec les visiteurs du Festival. L'occasion de se faire mieux connaître en distribuant informations et conseils.

Pour cela, il faudrait que l'UAF puisse réunir un bon nombre de bénévoles :

- 4 stands : 8 personnes toute la journée
- Canoë : 1 superviseur, l'encadrement des embarcations n'est pas à notre charge.
- Vélo : 2 superviseurs et 8 capitaines de route.
- Marche : 2 superviseurs et 8 capitaines de route.
- Coordination générale : 2 personnes.
- Logistique de l'équipe : 2 personnes

Soit un total de près de 30 personnes (sauf si après le vélo, certains doublent avec la marche).

L'équipe devra être homogène et formée à l'exercice, elle sera réunie le vendredi soir. Les frais seront intégralement pris en charge. Si vous avez des besoins particuliers, il est important de les inclure dès maintenant. Je souhaiterais que cette équipe comprenne certaines personnes qui se reconnaîtront pour constituer un « noyau dur ».

Les participants seront répartis en 5 groupes de 20 et ils seront dotés d'un t-shirt pour être identifiés, t-shirt qui comportera des éléments réfléchissants pour la marche. Les organisateurs seront équipés d'un t-shirt et d'un blouson.

Si vous êtes partants pour cette belle promotion qui nous est offerte, prenez contact le plus rapidement possible auprès de Alain Challant, par mail : secretaire@audax-uaf.com ou par téléphone : 06 33 71 28 74.

Alain CHALLANT

6



Les prochaines organisations Audax

Les prochains brevets Marche de l'Union des Audax Français jusqu'à la fin de l'année :

☛ **le 5 décembre** : 50 km l'Est parisien au départ Paris gare de Lyon

☛ **le 31 décembre** : Paris-Meaux au départ Paris métro Jaurès

Marche dans les clubs :

- 1er novembre : 25 km à Onzain – 41
- 4 novembre : 25 km à Chavenay – 78
- 4 novembre : 25 km St Pierre des Corps – 37
- 7 novembre : 15 heures à La Plaine St Denis – 93
- 7 novembre : 10 heures à Ecoen – 95
- 7 novembre : 25 km à Luzarches – 95
- 8 novembre : 2x25 - 50 km à St Pierre des Corps – 37
- 8 novembre : 25 km à Obernai – 67
- 8 novembre : 25 km à Urcuit – 64
- 8 novembre : 2x25 - 50 km à Langolen – 29
- 8 novembre : 25-25 km à Hameau de Marsan – 07
- 11 novembre : 25 km à vernon – 27
- 14 novembre : 25 km à
- 15 novembre : 25 km à Peyrehorade – 40

- 15 novembre : 25 km à Luisant – 28
- 15 novembre : 2x25 – 50 km à Chasseneuil – 16
- 15 novembre : 2x25 – 50 km à Sionviller – 54
- 15 novembre : 2x25 – 50 km à Vernon – 27
- 15 novembre : 25 km à Flers – 61
- 15 novembre : 25 km à Sallertaines – 85
- 18 novembre : 25 km à Meudon la Forêt – 92
- 21 et 22 novembre : 30 heures à Clugnat – 23
- 22 novembre : 25 km à Orthez – 64
- 22 novembre : 25 km à Les Herbiers – 85
- 22 novembre : 25 km à St Pierre des Corps – 37
- 25 novembre : 25 km à Les Mureaux – 78
- 27 et 28 novembre : 20 heures (Téléthon) à Vernon – 27
- 28 novembre : 25 km à
- 2 décembre : 25 km à Gerville – 78
- 2 décembre : 25 km à St Pierre des Corps – 37
- 5 décembre : 25 km à Obernai – 67
- 5 décembre : 25 km à
- 5 décembre : 25-50-75 km (Téléthon) à Luisant – 28
- 6 décembre : 25 km à Rosporden – 29
- 6 décembre : 25 km (Téléthon) à La Montagne – 44
- 9 décembre : 25 km à Vernon – 27
- 12 décembre : 25 km à Fontenay sous Bois – 94
- 13 décembre : 25 km à St Michel – 16
- 13 décembre : 2x25 – 50 km à Thiebaumenil – 54
- 13 décembre : 25 km à St Georges des Gardes – 49

Pour plus de détails sur notre site : www.audax-uaf.com à la rubrique calendrier marche.



Et l'année prochaine ...

L'UAF perpétuera encore la tradition en 2016 avec la réalisation de notre principal brevet le Paris-Brest-Paris. Cette année encore, où le point d'orgue fut notre Paris Nice, qui aura fait couler beaucoup trop d'encre et de sueur à défaut de pluie, nous avons encore une fois démontré que les brevets Audax de longue distance (supérieurs à 300 km) ne doivent pas être pris à la légère, et qu'une préparation adéquate s'impose.

Trop de cyclos arrivent insuffisamment préparés aux grands brevets et par conséquent, soit abandonnent, ou n'effectuent pas le brevet dans de bonnes conditions, en étant fort limité dès que les difficultés apparaissent. Bien évidemment l'esprit de solidarité qui anime le groupe permet à certains de réussir là où ils auraient arrêtés en étant livrés à eux-mêmes. C'est cet esprit qui doit perdurer et se développer en 2016 pour que l'ensemble de nos cyclos Audax atteignent les objectifs qu'ils se sont fixés que ce soit un 400, un 600 ou le Paris-Brest-Paris.

Afin de permettre à chaque cyclo de se préparer le mieux possible, l'UAF organisera dès le début du mois de mars la série complète des brevets Audax allant du 100 km au Paris-

Brest-Paris à savoir un 150 km, plusieurs 200 km, un 300 km, un 400 km, le Bordeaux Paris (assimilé à un 600) et comme indiqué le Paris-Brest-Paris dont le départ sera donné le 2 juillet à 22h00, probablement depuis Montlhéry comme en 2006, selon le format habituel avec un arrêt à Saint-Brieuc à l'aller comme au retour. Vous retrouverez plus de détails concernant ces brevets dans notre prochain calendrier ainsi que dans la prochaine Revue de janvier. Consultez régulièrement notre site, <http://www.audax-uaf.com/>, dans la rubrique cyclo une page PBP 2016 vous tiendra informé sur ce brevet. Des alertes seront également mises en ligne sur notre page Facebook.

Je vous souhaite d'ores et déjà une bonne fin d'année et une bonne préparation afin de réussir vos propres objectifs de 2016.

A bientôt sur nos belles routes.

Jean-Michel VINCELOT



7



Nous pensons déjà à 2016



et à Paris-Brest-Paris



Audax Rando Gien

la tradition Audax

L'Audax Rando Gien est un club qui propose plusieurs activités dans la tradition et l'esprit Audax. Ci-dessous vous trouverez un compte rendu de leurs organisations cyclo, et dans les pages suivantes vous trouverez des articles vous relatant leurs organisations marche, mais aussi la seule et unique organisation canoë audax de l'année.



Ce samedi 21 mars 2015, ce sont 18 cyclos dont 3 féminines qui sont engagés sur ce 100 km Audax.

Après les consignes de sécurité rappelées par Eric, le peloton traverse la ville de Gien sous le soleil, il fait 12°. Un couple de marcheurs, Dominique et Dominique, assurent notre soutien logistique et notre sécurité arrière pendant la durée du brevet.

Nous pédalons en direction de Sully-sur-Loire terme de notre premier tronçon, en empruntant des routes peu fréquentées et les levées de la Loire dédiées aux cyclistes et promeneurs, sous le label de « Loire à vélo ». Ce premier parcours sans difficulté majeure est consommé dans le temps prévu grâce à la cadence de métronome d'Eric et Riton, Alain et Francis contrôlent l'allure et accompagnent quelques cyclos retardés par une pause physiologique.

C'est au pied du sublime château de Sully que chacun apprécie le ravitaillement proposé. (Voir photo).

L'initiation Audax, le 100 km

Le peloton repart en longeant la Loire, en passant par Bouteille, Guilly, Sigloy, puis nous nous enfonçons dans la Sologne, quelques faux plats montants nous permettent de faire grimper le cardio et nous rejoignons sans encombre Villemurlin « le pays des échelles bleues ». Cette seconde halte, bien située permet à tous de profiter du dernier ravitaillement et d'un lieu d'aisance attendu par la gente féminine.

Le retour sur Gien en passant par Coullons et Poilly-lez-Gien avec cette cadence Audax, est apprécié par tous en ce début de saison. A Gien, Virginie et Bruno qui sont arrivés d'Orléans à bicyclette sont ré-

compensés par un trophée attribué pour leur fidélité aux manifestations que l'on organise. Le club de Lorris se voit remettre le trophée du club venu le plus nombreux. Un vin d'honneur clos cette agréable journée.

Eric LECORDIER



Un 200 km en souvenir de Charles Bouchard

plus faible.

Ce matin du 8 mai les deux Dominique s'affairent pour accueillir avec café et viennoiseries les 16 sportifs qui se présentent. Francis Henriot et Eric Lecordier les deux cyclos disponibles du club procèdent aux engagements et à la distribution des cartes de route. À 07 h 20 les 18 cyclos se rassemblent, à la suite des recommandations d'usage le peloton s'élance au rythme de Francis, il y a 2 féminines : Ninie Sinner



L'Audax Rando Gien, en souvenir de Charles Bouchard qui a institué l'Audax dans le Giennois, continue de maintenir des brevets cyclos malgré un effectif de sa section cyclo au

bien connue dans les pelotons et Virginie. Le temps est bien gris il fait 7 degrés, le vent ne nous est pas favorable et dès le 15ème kilomètre l'itinéraire offre une



succession de faux plats montants. Une première pause au kilomètre 32 à Blancafort, nous permet de profiter des boissons chaudes proposées par les Dominicque. Un monument étonnant nous rappelle qu'en 2001 Blancafort représentait le centre géographique de la Zone Euro, depuis, nombre d'états se sont ajoutés et le centre géographique est de fait déplacé.

Il fait froid et la pluie a fait son apparition, la route monte encore et quelques cyclos se font décrocher, Eric à la charge de ramener cette troupe sur le peloton, tranquillement mais sûrement. Nous traversons de superbes forêts, découvrons quelques châteaux isolés dans ce paysage rural fait de bocages et de petites routes creusées à l'abri de haies. Malgré des conditions météo épouvantables nous atteignons La Borne, village de potiers au km 72. Nous profitons de la protection qu'offre le feuillage d'un grand maronnier pour nous abriter tout en bénéficiant d'un ravitaillement providentiel. Il nous reste une trentaine de kilomètres pour atteindre Sancerre et l'enthousiasme reste intact d'autant plus que la pluie a cessé et que l'atmosphère se réchauffe.

Ce 8 mai, 70^{ème} anniversaire de la fin de la seconde guerre mondiale oblige, nous allons traverser en catimini quelques villages pavés et au son de la Marseillaise, l'émotion nous envahit.

Nous sommes maintenant pas très loin de Sancerre et quelques points de vue nous font découvrir la « montagne » de Sancerre, imposante, un premier raidillon nous rappelle que la montée sur ce haut lieu des vignobles français se gagne au terme de quelques efforts. La montée sur



Sancerre est à la fois terrible par l'effort à fournir et magique par la beauté de cet endroit. Le peloton s'offre une petite pause avant de redescendre en direction de Bué pour profiter d'une pause plus conséquente dans un restaurant.

Il est 14 h 42, nous reprenons la route qui s'élève toujours et encore, la température frise un petit 18° et on se découvre, le peloton à fière allure et chacun s'accorde au rythme de Francis. A Sury-près-Léré on s'offre un peu de liberté en « se tirant la bourre » (oups ! l'Audax) dans une bonne côte, c'est à ce moment que dans un effort mal dosé que Jésus (c'est son nom !) brise la chaîne de son superbe Colnago, Eric souvent trop équipé

va lui venir en aide avec le dérive chaîne, réparation minute et oh miracle ! Jésus repart... Amen !.

A Belleville-sur-Loire un avant dernier ravitaillement nous est proposé non loin des tours de refroidissement de la centrale nucléaire. Nous allons poursuivre en direction de Briare (BPF BCN) et son fabuleux pont canal, il fait maintenant très chaud et nous profitons de ce ravitaillement pour faire « la photo de famille » il ne reste plus que 33 kilomètres.

Ces derniers kilomètres sont effectués sans difficulté, une bonne ambiance règne dans le peloton et chacun profite de la chaleur qui nous manquait tellement ce matin. L'arrivée à Gien se fait à 19 h 30 au terme de ce 200 km « Gien-Sancerre-Gien » Souvenir Charles Bouchard. Un vin d'honneur, la remise des brevets ainsi que quelques récompenses parachèvent cette journée.

Un bien beau brevet ! Ninie nous promet de revenir l'an prochain sur « Gien-Vézelay-Gien » avec quelques copines.

Eric LECORDIER

9



Le 100 de Crépy

Crépy le 14 juin, beau ciel bleu ce matin pour le brevet Audax de 100 km organisé par les Cyclos Randonneurs de Crépy. Le départ a été donné à 7 h 01 au complexe sportif.

C'est un groupe de 19 personnes composé de 10 licenciés de Crépy, 3 de Guise, 2 de Fère en Tardenois, 1 de Chauny, 1 de Morcourt, 1 membre individuel et 1 sans club de Saint Gobain (d'ailleurs peut être parmi nous à la rentrée) qui prenait, sous la conduite de David, la direction de Vivaise, Chalandry, Dercy, Marle, Montigny et Cilly pour le premier tiers. A Cilly premier arrêt d'un quart d'heure pour un rafraîchissement et une petite collation. Jusqu'ici le circuit est plat sans difficulté.

Dans le second tiers qui arrive cela va être un peu plus compliqué par Bosmont, Tavaux, Ponséricourt et sa côte (juste une chaîne qui a sauté), Montigny-le-Franc, Clermont-les-Fermes, Boncourt, Lappion, Sissonne (coucou à Nadia et Mickael) et nouvel arrêt au restaurant « la Paix ». Cette pause fait du bien à certains participant(e)s, la décision est prise tout le monde veut aller au bout à la grande joie du président.

Donc c'est le retour par Eppes (un trou et une crevaillon roue arrière), Montceau-le-Waast, Barenton, Bugny, Aulnois, Besny, Vivaise et enfin Crépy.

Il est 12 h 18 lorsque nous rentrons sur la parking. 104 km à la moyenne de 21.65 km/h.

Le verre de l'amitié clôturait cette matinée et chacun se donnait rendez vous pour 2016.

Félicitations à tout le monde et en particulier à Cyril, Corinne et Florence qui ont effectués leur premier 100.

Merci à Julienne et Hubert M. pour la sécurité, l'intendance et les ravitaillements. Sans accompagnateurs parfois rien de possible.

Etaient présents: Corinne, Caroline, Florence, Jean-Paul (C), Pascal, Thierry, Didier, Sébastien, Hubert (H) et David.

A bientôt pour de nouveaux périples.

Un Président content

David LEFEVRE

Les Cyclos Randonneurs de Crépy 02



Allier brevet de 200 et tourisme



Moulins, mercredi 10 Juin 2015. 15 cyclos se retrouvent dès 6 h 30 devant le Palais des Sports pour participer au énième 200 organisé par le G.C.MOULINS, comme tous les ans. Il faut dire que ce club a une très longue tradition de l'AUDAX ayant par le passé organisé toutes les distances et comptant parmi ses actuels et anciens titulaires plusieurs Aigles d'Or. Le vieillissement venu, seul le 200 a pu continuer à être maintenu avec beaucoup de ténacité et nous le maintiendrons aussi longtemps que nous pourrons. Revenons à nos moutons. Ils ne sont que 15, ce qui

constitue une petite déception, car nous tournons habituellement à une trentaine avec un record à 60, mais il faut dire que la météo n'est pas absolument sûre. En fait seules quelques gouttes sans grand désagrément se manifesteront dans la soirée.

Le parcours, concocté par maître Maurice, est des plus touristiques. Après le bocage, les bords de l'Allier, un premier arrêt casse-croûte très apprécié, un B.P.F. au village d'Apremont, ses maisons anciennes, son château, ses jardins. Puis incursion dans le Berry et l'arrêt repas dans un sympathique établissement où nous déjeunerons en terrasse au bord de l'ancien canal de Berry. Repas très

bon et copieux et vu les demis consommés en apéro à une table, on a compris que certains allaient marcher au super ! Le retour se poursuit par Ainay-le-Château puis la majestueuse forêt de Tronçais, une des plus belles d'Europe, célèbre pour sa chênaie.

Retour tranquille à Moulins sans ennuis mécaniques ou autres pour des cyclos enchantés de leur journée. Rendez-vous en Juin 2016.

Jacques MORIN
Président du G.C. Moulins

10



VOTRE REVUE



Nous faisons le maximum pour rendre cette revue attrayante. Je renouvelle ma demande concernant les articles que nous y insérons. Envoyez-nous des articles non seulement sur les brevets Audax auxquels vous avez participé mais aussi sur d'autres sujets à faire paraître vous semblant intéressants pour l'ensemble des abonnés. Il peut s'agir de réflexions, d'idées concernant nos activités, de photos insolites, etc.

Vous pouvez également nous contacter pour émettre vos souhaits. Cette revue est la votre et elle doit représenter ce que vous souhaitez. Il en est de même pour faire vivre notre site.



Brevet Aiglon de bronze 30 km Ecole St Jacques de Fabrègues

Chaque année, à quelques jours des vacances scolaires d'été, le Cyclo Club Fabrèguois organise une sortie cyclo-touriste au profit de l'Ecole Saint-Jacques de Fabrègues. Cette sortie, toujours très attendue des élèves, s'est déroulée le vendredi 26 juin sous un beau et chaud soleil.

Ce sont les élèves de la classe de CM2 de Madame Isabelle BREYSSE au nombre de 17 (10 filles et 7 garçons) qui ont participé à cette randonnée.

Habilité à organiser des brevets « AUDAX » de différents niveaux, le CCF a pour la première fois organisé un brevet d'initiation de 30 km appelé « Aiglon de bronze » au profit de cette école.

A 09 h 00 précises, les dernières vérifications de matériels effectuées, une photo a réuni enseignants, élèves et les 10 accompagnateurs du CCF sous la conduite de leur président Jacques Dusfour.

C'est avec le plus grand enthousiasme, que le groupe franchit le grand portail de l'école. La traversée de Fabrègues s'effectua en file indienne et en chantant sous les applaudissements d'un public conquis.

L'objectif de la matinée était d'effectuer un périple de 18 km afin de rejoindre Cournonterral, lieu de la pause déjeuner. Le parcours s'effectua dans les meilleures conditions et tous les élèves sont à féliciter car les consignes de sécurité furent parfaitement appliquées.

Après une petite halte à l'entrée de Lavérune, nécessaire pour quelques petits réglages, le groupe pris la direction de Saint-Georges-d'Orques sans incident notable puis de Pignan où un arrêt avait été programmé dans le grand parc de l'hôtel de ville.

Il n'y avait plus qu'à emprunter la piste cyclable qui longe la départementale D5 et mène à Cournonterral pour marquer la pause de midi. Empruntant une petite rue, à l'entrée de la localité, le groupe déboucha sur la place de l'église Saint Pierre, avant de rejoindre le parc situé entre la rivière du Coulazou et les remparts.

La pause terminée, il fallut prendre la route du retour. Nos cyclotouristes découvrirent alors Cournonsec, beau village construit sur une petite colline de roche. Sa rivière, la Vène, y prend sa source pour se jeter dans l'étang de Thau.

Il n'y avait plus qu'à emprunter une petite route tranquille, pour rejoindre Fabrègues par la zone artisanale du Cresse Saint Martin puis le Mas de Bonnel et le chemin d'Agnac. Il faisait très chaud en ce début d'après midi et la voiture d'assistance de l'école avec ses glacières remplies de bouteilles d'eau aura été appréciée.

A l'arrivée, un goûter attendait nos héros dans les locaux du CCF où une petite cérémonie de remise du brevet « AUDAX » Aiglon de bronze a été organisée par le président du club en présence de Monsieur Gilles Ibars, responsable des jeunes au CoDep 34.

Après avoir longtemps remercié les organisateurs, c'est en chantant et la tête remplie de bons souvenirs, que nos jeunes reprirent le chemin de l'Ecole Saint Jacques.

Ce fut vraiment une très belle journée pour tous.

Hervé LAUDREN





Paris-Nice 2015 le Brevet Audax 1000 km

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

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

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

12



Si Paris-Nice nous était conté !

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

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

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

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

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

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

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



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

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



Un Jean-Michel confiant au moment du départ

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

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

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

Il faut cependant noter que le festival de ralentisseurs en tous



Les premiers kilomètres sont abordés avec sagesse

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



Déjà dans l'Yonne pour un premier repas bienvenu

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

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

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



Qu'il fait bon rouler en forêt . . .

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



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



Courte la nuit, vous avez dit ?

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



Le petit dej' de Renaison

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

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

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

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

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



Monument à Paul de Vivie, arrêt obligatoire pour tout cyclotouriste

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



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



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

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



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

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

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

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

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

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

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



L'arrivée !

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

L'avenir appartient à ceux qui osent !

Alain CHALLANT

15



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



Mon Paris-Nice

Bonjour amis cyclos.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Sans doute ma préparation n'était pas

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

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

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

Bravo pour ce brevet 1000 km.

Daniel BROSSARD



Les participantes

BINOIS Dominique
SWALLOW Judith

Les participants

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

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

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

Des chiffres :

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



Petit retour sur ma première expérience



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

Bonjour à tous,

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

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

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

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



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

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

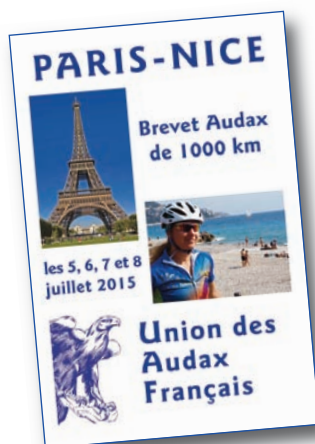
Donc pour finir sur cette belle aventure il me manque 120 km pour valider mon brevet, mais c'est la dure loi du sport, moi j'ai préféré jouer la carte sécurité, mais cette expérience m'a fait grandir et prêt à repartir découvrir d'autres brevets.

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

L'Amicale Cyclotouriste de Changé
Emmanuel BRUNET

17





2015 : 10^{ème} Paris-Nice Audax

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



Les "encadrants" : Alain, Jean-Luc, Monique, Charly, Patrick et Jacques bonne humeur malgré les conditions difficiles de ce brevet.

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

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

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

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

Patrick AGUETTANT



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



Les Marcheurs de l'île d'Yeu

Le succès de l'été 2015, le 150 marche Audax de l'île d'Yeu organisé par le Rand'Audax du Pays de Loire. Mais outre ce 150 km, le club proposait un parcours de 50 km, et un autre de 100 km. Certains ont cru marcher sur l'eau en parcourant le Gois, et d'autres se sont offerts une belle croisière pour rejoindre l'île d'Yeu. Ils étaient plus de 300 cette année, combien seront-ils l'an prochain ? Et les bénévoles, combien étaient-ils ? . . .

Vous trouverez ci-dessous les impressions de deux participants, illustrées par les photos de Aurélie Lannoy, Patrice Massaud, Nicole et Patrick Aguetant, André Saliou.

Mon premier 150 sous le soleil de Bretagne

Il y a quelques années de ça, alors que la seule distance que j'avais pu faire en Audax était 25 kilomètres, j'avais suivi en équipe de ravitaillement le 150 kilomètres Paris-L'Aigle, concluant l'article que j'avais écrit pour la revue des Audax en me demandant si le prochain 150 serait en intendance ou en marcheuse. Le verdict donc, au lendemain du 150 de l'île d'Yeu : la drogue ayant opérée et s'étant propagée, il aura donc été côté marche. D'après plusieurs marcheurs, pas le plus simple pour un premier, mais probablement l'un des plus beaux. Ce que je ne peux que valider pour la beauté !

Après un départ en musique de la Barre de Monts, nous embarquons sur la navette pour l'île d'Yeu après 5 kilomètres de mise en jambes. Un groupe de plus de 300 marcheurs débarque une demi-heure plus tard sur l'île pour entamer une première boucle ensoleillée de 50 kilomètres qui en met plein les yeux : entre pins et maisons blanches et bleues, sable, chemins de terre et un peu de bitume, les têtes se tournent de tous les côtés. Une première pause sur une plage magnifique, un repas de midi sous un chapiteau à la Citadelle, une autre pause avec vue sur le port de la Meule, plus petit port de France, de quoi se régaler avec l'appareil photo et se croire en vacances plutôt qu'en plein effort.

La journée défile sans même s'en apercevoir avant de retrouver le port de Joinville où nous réembarquerons 50 minutes plus tard pour revenir sur le continent.

Mettant cette pause à profit pour s'occuper de ses pieds pour certains, prendre une bière pour d'autres, manger un sandwich ou même danser grâce à la musique qui nous accueille à chaque pause repas, certains profitent au final du transfert pour piquer un somme et emmagasiner quelques minutes de repos.

Et c'est à 21 heures que nous abandonnons les marcheurs ayant fait le 50 kilomètres d'Yeu et repartons vers Noirmoutier à quelques 180 tout de



le 5 - 20h05



le 6 - 7h17



le 6 - 8h19

même. Je suis assez enthousiaste en repartant pour ces 100 kilomètres restants qui me paraissent totalement accessibles à cet instant précis, mes doutes envolés. Les premiers kilomètres s'enchainent, et malgré les sentiers sinueux, le soleil couchant efface de nouveau les quelques kilomètres parcourus. Nous longeons les plages par les sentiers jusqu'à La Guérinière où nous prenons notre repas à minuit, l'occasion pour nous également de souhaiter un bon anniversaire à Guy Maurel et le remercier pour son organisation. Le temps de se changer et nous repartons pour une partie un peu plus monotone puisque la nuit cache le paysage de la vue. Et le vent qui arrive ne va pas arranger notre sort ! Il est 3 h 30 quand nous entamons le passage du Gois, avec un vent du nord relativement étourdissant qui nous balaie. C'est avec joie que je l'aurai abandonné après ces 4,5 kilomètres de traversée, mais il aura décidé de nous poursuivre quasiment jusqu'au petit déjeuner à 7 heures du matin. Je suis glacée en arrivant à la salle, fatiguée et bien moins enthousiaste que la veille au soir : les jambes tiraillent, les pieds commencent à chauffer malgré tous les soins apportés, l'absence de sommeil se fait sentir... Mais on ne peut pas laisser tomber maintenant ! Après ce temps de repos, nous repartons, en effectif réduit puisque nous laissons cette fois-ci les marcheurs ayant fait le 100 km, dans un état un peu amélioré par rapport à mon arrivée dans la salle. On retourne donc mettre un pied devant l'autre et, le repas ayant été bénéfique à pas mal de monde, les conversations reprennent. Nous longeons des ports d'ostréiculture, des plages par les promenades, profitant de la chaleur qui revient après le froid de la nuit. Mais au fur à mesure de la matinée, le soleil commence à chauffer réellement et, malgré un brin de vent, je finis par regretter de n'avoir rien pris pour me changer au repas du midi ! Encore un ravitaillement et nous arrivons finalement à la pause « déjeuner », qui va être courte puisque seulement 25 minutes doivent nous permettre de tout faire ! Je saute sur ma valise pour me changer, attrape le nécessaire pour soigner mes pieds qui commencent à souffrir un peu, avale trois bouchées et nous devons déjà repartir alors que je n'ai toujours pas remis mes chaussures.

Je repars finalement clopin-clopant en queue de peloton, essayant de me remettre dans le bain pour les 29 derniers kilomètres et retrouver mon père dans les quelques 130 marcheurs restants. Nous traversons Pornic sans vraiment regarder autour pour essayer de rattraper le groupe de tête, qui fait un regroupement bienvenu à la sortie de la ville. Nous repartons dans la chaleur étouffante de cet après-midi, sans aucun vent, le goudron fondant sous nos pas à certains endroits, pour aller emprunter un chemin assez caillouteux... La fatigue et la touffeur de l'air nous font un peu râler, l'envie d'une pause et d'eau fraîche se fait sentir quand le niveau des bouteilles descend dangereusement pour la plupart d'entre nous. Les 9 kilomètres qui nous séparaient du repas à la pause semblent se rallonger, et c'est avec joie que nous arrivons au ravitaillement où les gorges desséchées peuvent se réhydrater. On remplit les bouteilles d'eau fraîche - qui ne le restera pas longtemps - et on repart vers Saint-Brévin avec un petit vent que j'accueille avec joie !

Les discussions m'emmènent sans vraiment m'en rendre à ce que l'on nous annonce être le dernier ravitaillement avant l'arrivée, les autres seront des points d'eau (ô combien nécessaires) puis l'arrivée. La joie commence à monter doucement. On tient le bon bout !! Et pour l'occasion, je vais rejoindre mon père pour faire ensemble cette dernière partie de chemin. Et dans l'enthousiasme d'être à quelques kilomètres de l'arrivée, on se motive pour la fin, on discute et on plaisante, soulagés d'être quasiment à la fin de notre épreuve tant redoutée.

Un regroupement à 200 mètres environ du gymnase et nous entrons dans le stade sous les applaudissements des personnes présentes pour l'arrivée des marcheurs. Et là on peut le dire enfin : on l'a fait ! On a réussi ! Ça n'aura pas été facile, mais on a été au bout !

Les larmes de joie coulent pour la réussite de ce premier 150, épuisés mais heureux d'être arrivés. Avec un grand merci à l'organisation ainsi qu'au président pour sa présence. Partir ensemble, arriver ensemble : la devise des Audax mais importante aussi quand on se lance en famille sur un brevet (ou un Aigle dans le cas présent). Et après la validation de cet Aigle d'argent (oui, pour le premier, on compte tous les stades), l'or pour l'an prochain, en famille donc ! Au final, sans même le calculer, j'aurai mon premier Aigle d'or au même âge que mon père dans la discipline... Le deuxième dans 40 ans donc :) ?!

Aurélié LANNOY



le 6 - 9h16



le 6 - 9h28



le 6 - 12h16



le 6 - 12h27



le 6 - 13h00



Coup d'éclat sur l'île d'Yeu

La réussite d'un projet ambitieux

La 4^{ème} édition inédite du 150 kilomètres de Rand'Audax du Pays de la Loire n'aurait pu être réalisée sans la formidable implication des acteurs bénévoles de Clubs et d'Associations (1). Un tempérament créateur débordant d'audace, GUY MAUREL réussit un coup de maître. Monique et Bernard Eon, Colette Renaud, tous ont donné le meilleur d'eux-mêmes. Cet ultra océane respecte les règles de l'audax (150 km/trente heures - 6 km/h.) « *Partir ensemble, revenir ensemble* ».

Le Président de l'Union des Audax Français Patrick Aguetant en suivra les étapes. Le titre d'un roman échappé du ciel mériterait davantage de lignes et d'espaces. Non un livre, je limiterai ma soif aux faits les plus marquants. Samedi 8 h 15. 322 marcheurs (ses) au long court se retrouvent à la Barre de Monts. Aux aurores, ils ont été accompagnés en autocar, de Saint-Brévin-les-Pins. Des quatre coins de France et de Belgique, sont arrivés en voiture ; à la gare de Saint-Nazaire ont été captés par G.M. ; Pierrot et Claudine. Le 50 km débute par un gros détour de cinq kilomètres. C'est long. Enfin, embarquons sur le dantesque bateau de la compagnie Yeu Continent. Le commandant nous recommande de rester assis. Tout oui, on se regarde respirer les uns les autres. Nous sommes personne, en même temps, tout le monde, au bout de la terre. Bercés par les flots, des paupières se ferment.

9 h 15. Impatients de découvrir, nous avons hâte de ramer. Le diamant d'Yeu brille entre ciel et mer. Sous le bleu des tropiques, nous n'aurons d'yeux que pour lui dix heures durant.

Par d'agréables sentiers côtiers et de petites routes, s'engage le tour de l'île sauvage dans le sillage de Patrick Tichy (Les Montagnards) et de Claude Belhomme (marche autour de l'île), capitaine et lieutenant de route. A vélo, Louis Bodin de Chalans et deux complices, connus par cœur, assurent la sécurité. Joseph Fonteneau (les Herbiers) se lamente de ne pas avoir de sacs à transporter. Il ne perd rien pour attendre. Un petit sac à dos de vivres nous a été remis pour les 3 ravitos de Yeu.

La Pointe des Corbeaux nous tire vers la Citadelle. La musique accrocheuse. Une foule de touristes qui assistent à ce spectacle très relevé pour la première fois et nous applaudit. L'on se croirait presque au Tour de France. Avec seulement trois super cyclos, on sentait que c'était moins officiel. Sous un chapiteau géant, des tables rondes de restaurateur sont dressées pour un repas rafraîchissant de 50 minutes. Ce sont les Islais, randonneurs de Yeu, qui nous recevaient et l'apéritif était offert par la mairie.

De port en petite crique, l'air iodé et venté, froid, rend tonique jusqu'au Port Joinville. A la queue leu-leu, étroits, sableux, s'annoncent des passages. Les amateurs de ce sport d'endurance avertis, limiteront au maximum leur écart avec la tête.

21 h 00. Rentrés sur le continent à la pleine mer, 182 marcheuses et marcheurs accrochent les 100 kilomètres. Ils s'enfoncent au fond de l'île de Noirmoutier sous l'intensité attaquante de Guy Maurel et le rythme de croisière soutenu de Patrick.

Km 65. Musique d'accueil entraînante. Apprécions le dîner servi à la Guérinière. Attendrons 3 h 30 du matin pour emprunter le passage du Gois. Continuons de marcher avec l'assurance des grands jours, en évitant de regarder sa montre. A l'heure J, la nuit se fit de plus en plus étrange, mystérieuse. Soudain, une atmosphère de drame nous prend à la gorge. Une voix : « vite, dépêchez-vous, la mer remonte ! » Les premiers mètres, les algues et une énorme méduse morte occupent le pavé. Une épaisse vase engluie les chaussures. Avec la puissance d'un ouragan, le vent glacial déchire les corps tout entiers. La lutte contre sa force, pour chacun de nous, est sans merci. Comme virée nocturne, il n'y a pas mieux. En moins de 45 minutes, 4,5 km sont avalés, les regards tendus vers la mer, nous cernant de plus en plus près. Celle-ci va s'empresse de reprendre son territoire.

Km 100. Repos de 50 mn aux Brochets. P'tit déjeuner. Les jambes se font plus légères. A midi, le chemin de la Fourche du Diable descend à Pornic. Contraste de vie et des plaisirs. A la terrasse des restaurants, les promeneurs ont à peine le temps de voir passer ce long serpent jaune aux interminables anneaux ; encore moins de savoir où il court.

Km 121.3. Les Bernadières. Déjeuner en 25 mn. Je n'en parle pas. Je suis



déjà rendu au parc des sports de Saint-Brévin- les-Pins. La forte chaleur nous a rattrapés. Les superbes forêts de pins des Monts sont bienvenues. Villes-en-Retz de la Loire Atlantique. Toutefois, nous n'oublions pas les moments exceptionnels passés en Vendée. Les « rentrapieds » d'ici quelques heures, seront récompensés de leurs efforts. 12 clôturaient un aigle d'or (2) ; 12 effectuaient leur 1^{er} 100 km ; 23 leur 1^{er} 150. Des records explosifs.

Guy Maurel remercie à nouveau les participants et les personnes bénévoles pour leur contribution. A leur tour, prendront la parole : André PICARD, Président d'honneur, Thierry DEVILLE Adjoint aux sports à la mairie de Saint-Brévin, Patrick AGUETTANT Président de l'UAF, Bernard CHENEAU Président du CRRP des Pays de la Loire et Vice-Président de la FFRP. Des félicitations qui font chaud au cœur et vous encouragent à continuer. Comme pour ceux qui découvrent ce sport d'endurance par excellence, cela incite à revenir en 2017 où il est prévu un 200 kilomètres.

Dans la convivialité de l'audax, s'ensuit le cocktail de l'amitié. Content de soi, le moral au beau fixe, la récupération physique commence à reprendre le large.

René VASSEUR

(1) Randonneurs islaïs de l'île d'Yeu, les pieds fûtés de Saint-Brévin, l'étoile du randonneur d'Arthon-en-Retz, gois et marais de Beauvoir-sur-Mer, les pieds agiles de Challans, les montagnards de la Montagne, marche autour de l'île de Noirmoutiers, « Afrique avec toi », « actions Continent » de Nantes.

(2) 1^{er} Aigle d'or : Vinet Christian, Jumieaux Pierre, Torregrosa Jean-Luc, Torregrosa Sylvie.

2^{ème} Aigle d'or : Guenot Renée, Hervouet Marcel, Pouilloux Dominique, Trapy Jacky.

3^{ème} Aigle d'or : Delacour Guy, Doucet Marie-Jo.

4^{ème} Aigle d'or : Robert Jean.

7^{ème} Aigle d'or : Leloup Roland (Belgique).



le 7 - 6h53



le 7 - 8h24



le 7 - 10h01



le 7 - 11h13



le 7 - 13h32



le 7 - 16h21



le 7 - 16h17



le 7 - 18h05

Avec les marcheurs de l'Audax Rando Gien

Voilà le second volet des activités de l'Audax Rando Gien. Très actif, comme toujours, le club proposait aux marcheurs des parcours de 25, 50 et 100 km durant le premier semestre de cette année.

Ces «petits» 25 km de la semaine



Cette année l'Audax Rando Gien organisait 5 brevets marche Audax de 25 km les mercredi après-midi. Ces organisations présentées comme des épreuves effectuées avec les ravitaillements tirés du sac, à un prix d'engagement de 1 euro sont destinées à conquérir un

public local mais aussi à entraîner notre encadrement et nos marcheurs.

Nous avons proposé des boucles de 25 km inédites, à la découverte des curiosités locales comme une ferme d'élevage d'autruches.

Le groupe de marcheurs, souvent inférieur à 20 participants, a aussi bénéficié de la description du patrimoine historique de notre bassin ligérien.

Des marcheurs venus de clubs plus ou moins éloignés découvrent pour certains la marche Audax, pour d'autres cela a été le bon moyen d'augmenter la validation de petits brevets pour homologuer une coquille. Un champion de France Vétérans de course d'orientation est venu de Fontainebleau s'essayer sur ces épreuves.

Au bilan plus de 100 brevets marche Audax de 25 km ont été validés. Frédérique J, nouvelle marcheuse du club a dans son élan effectué un

50 km puis son 1er 100 km avec seulement six mois d'entraînement. Les brevets de 25 km marche Audax en petit groupe restent un excellent moyen de confondre la dépense physique et la découverte dans le détail des petits coins « bin d'cheu mé ».

Eric LECORDIER

En avril, le 10 heures marche Audax

Comme chaque année, l'Audax Rando Gien propose un 10 h 00 de marche Audax composé de deux boucles de 25 km.

Ce samedi 11 avril 27 marcheurs effectuent un 50 km tandis que 22 autres se présentent pour un 25 km. Dany et Nelly de Bourges ont pris un abonnement à cette manifestation, Françoise de Moulin aussi. Un groupe de copines venant d'un club de gymnastique de Toury (28) est venu tenter et réussir son premier 50. Quelques athlètes de Gien Triathlon sont venus pour " bouffer du kilomètre ".

La première boucle propose les routes et chemins encaissés des coteaux du Giennois, les canaux de Briare et son pont canal (la tour Eiffel horizontale). Au détour Dany a pu faire causette à Serge, le Lama (photo, et pour les

connaisseurs c'est une vigogne). Passage par l'itinéraire de la Loire à Vélo : Saint-Brissson, petit village pittoresque et son château, la vallée encaissée de l'Ocre, et une arrivée par les quais de la rive gauche de la Loire



avec une superbe vue du château de Gien surplombant le fleuve royal.

Un repas servi à la salle du Lavoir (qui sera détruite prochainement) rassemblant marcheuses et marcheurs, ponctuée cette première boucle, un moment de convivialité apprécié ;

aux commandes : Colette, Françoise, Renée et Jacqueline.

A 13 h 50 sous l'insistance de Claude et Roger les deux capitaines de route, le groupe reprend la progression, le centre ville de Gien, son château et un beau panorama sur la vallée de la Loire.

Dominique et Philippe proposent aux ravitaillements boissons et confections artisanales qui sont très appréciées. Nous marchons dans ces forêts qui ne sont plus celles du massif d'Orléans, ni celles du Gâtinais, elles offrent une nature sauvage ponctuée de quelques fermettes isolées.

La journée s'achève avec la remise des brevets, autour d'un vin d'honneur

Eric LECORDIER



Les 30 et 31 mai, le 100 km marche Audax

L'Audax Rando Gien organisait son traditionnel 20 heures les 30 et 31 mai.

Dès 10 h 00 Francis accueille les premiers marcheurs, certains profitent même de la navette mise en place à la gare SNCF.

Même s'il n'y a pas foule au départ avec 16 engagés sur le 100 km, 5 sur le 75, 8 sur le 50 et 20 sur les différents 25, certains sont venus en voisins tels que Dany et Nelly, Christian et Yolande Chavanon, d'autres de plus loin, Bernard Boutin, Gyslhaine Lelay, Brigitte Verges, et puis nos excellents marcheurs Belges : Franck Rottiers et Laurent Leloup ont aussi fait le déplacement. Le gymnase est bien vaste pour cette communauté et pour une fois on ne se plaindra pas du manque d'espace.

14 h 30 après les consignes d'usage formulées par Claude, capitaine de route avec Dominique et Thierry, tout ce beau monde part de bon cœur sur les chemins et routes de cette province ligérienne, qui font découvrir les différents paysages mêlant vallées encaissées, coteaux souvent plantés de vignes (que l'on appelle climat). Des ouvrages historiques comme le pont canal de Briare, différents châteaux dont celui de Saint-Brisson mais aussi celui de Gien, agrémentent les 4 boucles.

Au détour d'un sentier vers 03 h 00 les plus courageux vont découvrir à grand vacarme de bruit et de lumière, les tours de refroidissement de la centrale nucléaire de Dampierre en Burly.

Philippe et Roger assurent les ravitaillements durant tout le 20 h 00 en proposant boissons et différents mets sucrés et salés confectionnés par nos sociétaires.

Les repas servis en salle grâce à Colette, Françoise,



Dominique, Jacqueline, Margareth-Anne, Thérèse, deviennent des moments appréciés par tous.

De part la faible assistance, le peloton de marcheurs reste groupé pendant tout le 20 h 00, Dany et ses fous rires légendaires, Nelly mais aussi Bernard et Thierry contribuent à entretenir la bonne humeur.

A 10 h 30 tout ce petit monde est accueilli sous les applaudissements, pendant le vin d'honneur, Francis le secrétaire du club après un bref discours, remet une coupe à Franck Rottiers pour le « marcheurs venant de loin », quant à Frédérique Julien de l'Audax Rando Gien elle se voit récompenser d'une coupe pour son 1^{er} 100 km marche.

Eric LECORDIER

24

Beau succès pour le 150 km de Blois

Un parcours d'exception qui met en avant le patrimoine historique et culturel du Pays de Loire, les 25 et 26 avril.

Organisé de main de maître par le toujours Michel Dufour, ce 150 km en boucle des six châteaux les plus célèbres de la Loire, fêtait le 25^{ème} anniversaire de Blois Bégon Randonnée. Depuis 1991, il avait validé 7000 brevets. Dans ce berceau des rois de France, l'enthousiasme croît au fur-et-à-mesure qu'on découvre la Renaissance. Inattendu, le Président de l'Union des Audax Français, Patrick Aguetant, nous fait l'extrême plaisir d'être là.



Qu'ils vivent d'amour pour l'ultra marche audax, qu'ils fassent aujourd'hui leur banc d'essai, attachés à la course à pieds pour la plupart, la bonne humeur sera communicative. Par référence à Michel, Président depuis 2014 du Comité

de la Fédération Française de Randonnée du Loir et Cher, de nombreux randonneurs s'étaient inscrits au 50 kilomètres. Après l'accueil, quelques explications sur le déroulé et les règles de sécurité à respecter, à 10 h 00, place au défi que chacun de nous s'est fixé.

Blois est une incontournable porte d'entrée des Châteaux de la Loire et des paysages dignes de Van Gogh. Km 25. Sommes rendus au château de Chaumont (XV^{ème} s.) Cette masse puissante et trapue qui s'élève au dessus de la Loire, une position stratégique, ne nous porte aucun intérêt. Préalablement autorisés à entrer dans les jardins aux jolis massifs de tulipes blanches éblouissants de soleil, ça démarre très fort.

Km 50. Chenonceau. Les ravitaillements sont pourvus en temps opportun. Lors de la halte de 25 minutes, trente deux participants sont venus humer l'air ambiant. Ils prennent pied et partageront les 100 derniers kilomètres avec les soixante neuf volontaires de la grande boucle. Des Dames de caractère, d'un autre pied d'estrade que Catherine Brignonnet, Diane de Poitiers, Catherine de Médicis ... Pour elles aussi, l'envie dépassa le doute. Le soleil couchant donnait une image magique du château. Je ne pouvais détacher mes yeux du miroir dans le Cher, prenais des photos, veillant à ne pas me couper du peloton.

Km 75.9. « J'ai tout mangé le chocolat » de Sabine Paturel. Mais le village de Pontlevoy au long passé, en regorge toujours énormément du célèbre chocolatier Auguste Poulain. L'interminable traversée de la forêt de Montrichard aboutit à l'Abbaye fondée en 1034. La vaste salle pourrait servir de

dortoir. Nenni. Un souper nous est rapidement donné par les personnes bénévoles de BBR. Quarante « pros » transportant tout, nous ravitaillant 18 fois. Choyés comme des princes, des 116 participants, personne ne s'en plaint. Fermant la marche en voiture, Michel Robert et Jean-Luc Martin, assurent la sécurité aux croisements des routes, avec clairvoyance.



Km 96.2. Cheverny. A l'aube, l'aventure s'anime lorsque Tintin, séquestré dans la crypte par ses ennemis, retrouve le trésor du pirate Rackham Le Rouge. Le Capitaine Haddock à qui nous racontons notre sport bizarre, à toutes pompes, nous ordonne de ne pas s'arrêter. La phobie : « plus c'est long, plus on en profite » diminue d'intensité. Blasés les marcheurs ? Ils ne le sont pas du tout. Brouilles !!! Dans de belles allées vertes longeant lacs et étangs, la file se dilue de plus en plus.



Nous succomberons bientôt au chef d'œuvre architectural de François 1er avec le château de Chambord terminé en 1545. Ce navire de haut bord aux 365 cheminées nous plonge dans une atmosphère unique au fur et à mesure qu'on s'en rapproche. Les carrosses sont rentrés. C'est 9 h 46. Marcher, marcher toujours ... sur ce parcours carrossable, l'une des règles de l'audax. Entre nous, la communication est spéciale. Le Comte continue de promener sa cohorte de fidèles à la cadence de 6 km/h. Il est dans la nature des choses et arrivera inévitablement. Coup de fatigue, une préparation fragile, les pieds en feu, un moral en péril, deux abandons sur le 100 km, trois sur le 150 km seront relevés. Km 126.2. Coup de foudre au village de Maslives. Le menu soigné que nous a préparé le patron de l'auberge, a été fort apprécié. La grande salle à manger et sa cheminée nous ont tapés dans l'œil, dès l'entrée. On savoure. Hélas, cela ne dura que 55 minutes. Hyper conditionnées par la tête, il est clair que les jambes après ce petit repos, nous porteront jusqu'au château royal de Blois, la résidence favorite de sept rois et dix reines de France. Même s'il faut se battre.

Piano, la Loire avec sa grande variété de poissons d'eau douce, nous y conduit.



Le dimanche – 16 h 00. La pression finale. Notre joie est indescriptible. Nous avons le sentiment d'avoir fait quelque chose d'exigeant avec soi-même. Pas un tendon, pas un muscle de meurtri, Michel arbore un large sourire. Tout s'est passé comme il l'avait souhaité. Il remercie vivement les villes qui nous ont accueillis, Isabelle Laumond adjointe en charge des sports et Joël Patin délégué aux événements sportifs, de Blois, qui se sont déplacés. Ça fait toujours chaud au cœur. Un bel article de la journaliste Chantal Lané paraîtra dans la presse locale.



Ovationnés sont les marcheuses et les marcheurs récompensés pour :

- leur 1^{er} 100 km : Bernadette Pinon.
 - leur 1^{er} 150 km : Georges Font et Gérard Raynal (Club G503 dans le 77 organisateur de brevets depuis trois ans), Jean-Luc Rémy, Gérard Montier, Christian Gousseau, Nathalie Chevalier, Rémi Sainjeon, Eric Marti, Pierre-Jean Guillot, Pascal Lucas, Jean-Claude Hinguet, Clément Kivouvou et les 2 serre-file Jean-Michel Huger et Jean-Jacques Toutin.
 - leur 1^{er} aigle d'or : Sylviane Constantin – Gilles Grandin.
 - leur 2^{ème} : Claude Barthe – Gérard Guitton. Danièle Rouillard de LAC Luisant, s'est démarquée par sa résignation d'aller au bout. A en faire trembler les arbres sur son passage ! Elle mérite d'être la Reine de ce 150 km, pour son 15^{ème} Aigle d'Or. Egalement, Nadine du Havre, 76 ans, qui s'entretient en faisant quotidiennement sa gym. Jean-François Roisné décroche aussi son 15^{ème}, déjà. Son nom le prédestine à en être le Roi. Je tairai le nom du 30^{ème} que portera à présent sur ses épaules le passionné de marche et d'écriture connu des audaxieux.
- Ont aussi été mis à l'honneur, Henri Legrand et Henri Génissel qui avaient participé au premier 150 km organisé sur le même thème, en 2000, pour le dixième anniversaire. A bientôt.

René VASSEUR



100 km de Peyrehorade 9 et 10 mai

Aller dans les Landes pour effectuer un 100 km Audax marcheur n'est pas une mince affaire mais rien n'est impossible pour rendre visite à l'ami Henri Poustis ce si gentil garçon qui, lui non plus, n'hésite pas à se rendre aux quatre coins de l'hexagone pour rencontrer ses amis marcheurs. Nous voilà donc rendus à la salle Sainte Catherine où nous retrouvons bon nombre de têtes connues parmi lesquelles nos amis belges (une sacrée expédition pour eux aussi) Frankie et Roland Leloup. Je retrouve également mon compère de

longue date Jacques Remande alias Léon qui a profité d'un covoiturage au départ de Poitiers organisé par les locaux. En ce qui me concerne seront également du voyage mes deux filles, Aurélie et Nathalie plus le copain d'Aurélie, Antoine dit Panda ! Pour eux ce sera plus facile car Nathalie habite Toulouse et Aurélie est en vacances à 20 km de là ! J'en profite donc pour faire étape dans ces différents lieux. Après un petit café d'accueil suivant la tradition, le peloton d'une cinquantaine d'unités s'ébranle sous le soleil pour une première étape de 25 km nous conduisant à Belus. L'itinéraire est assez bucolique et parsemé de quelques côtes mais sans commune mesure avec ce qui nous attend dans les deuxièmes et troisièmes parties. Nous sommes en Chalosse et ceci explique cela ! Les ravitos intermédiaires sont copieux et permettent de tenir le coup jusqu'au repas du soir dans un petit restaurant sympathique dans lequel, bien qu'étant un peu serrés, nous dînons très correctement avec force pâtes. C'est ici qu'Antoine nous quitte après un 25 km et que Nathalie nous rejoint pour prendre le départ du 50 km, avantages d'un 20 heures. Désormais la nuit ne tarde pas à nous envelopper mais la température reste clémente et la plupart des marcheuses et marcheurs continuent à évoluer en short et manches courtes. Une seconde boucle de 25 km doit nous ramener à Belus pour une autre collation. Désormais le parcours sera beaucoup plus tourmenté avec quelques raidards assez prononcés. Tout le monde possède sa chabuble réfléchissante et c'est tant mieux, la sécurité n'ayant pas de prix ! Celle-ci est renforcée par la présence d'un véhicule devant et un autre derrière en serre-file. La circulation est quasiment nulle sur ces petites routes landaises où, heureusement, les vaches locales sont parquées en attendant d'être lâchées dans les arènes pour glorifier la spécialité locale. En général les arrêts intermédiaires se font sur des petites places éclairées avec des toilettes publiques à proximité ce qui est très appréciable surtout pour ces dames qui sont

assez nombreuses dans le groupe ! Retour au restaurant pour une imposante collation où une superbe omelette, entre autres, nous attend. Le service est très rapide ce qui nous permet de nous reposer un peu voire de changer de chaussures pour certains. L'heure du départ approche et au signal donné par Henri la petite troupe repart pour une troisième étape de 25 km qui doit nous ramener à Peyrehorade, salle Sainte Catherine pour le petit déj'. Cette portion ne sera pas moins difficile que la précédente mais le jour poindra en

cours de route ce qui est excellent pour le moral. De temps à autre des regroupements sont opérés de façon à ne laisser personne en « rade » ! Une longue descente nous ramène à Peyrehorade où nous attend un copieux petit déjeuner. Là aussi nous avons largement le temps qui, pour dormir, qui pour se soigner les pieds, etc... C'est ici que prend fin pour Nathalie son brevet de 50 km. Avec Aurélie il nous reste 25 km pour terminer ce brevet de 100 km, un de plus dans la perspective de notre Aigle d'Or commun. La température ayant augmenté, bien que la nuit soit douce, la plupart d'entre nous repartons en manches courtes. Cette dernière fraction est plate, une boucle autour de l'Adour avec pour seule bosse, la côte menant à Hastings, charmant petit village typique. Nous sommes régulièrement croisés ou dépassés par des pelotons cyclistes profitant de cette journée estivale. Le parcours, du moins le long de l'Adour, est assez plat ce qui peut expliquer le nombre assez impressionnant de cyclistes que nous côtoierons. Au fur et à mesure que la matinée défile la chaleur monte et comme nous évoluons en plaine il n'y a pas beaucoup

d'ombre mais heureusement l'arrivée est proche et après un dernier regroupement sur le pont enjambant les deux gaves (de Pau et d'Oloron) réunis (c'est ce qu'il y a d'indiquer sur le pont) la troupe pénètre dans la salle Sainte Catherine sous les applaudissements des amis venus nous attendre. Une remise de récompenses s'ensuit suivi d'un vin d'honneur très copieux. Un t-shirt local est remis à chaque participante et participant sur lequel est inscrit un logo très astucieux : X.L. Après avoir remercié le club local et l'équipe d'intendance une ovation salue l'ami Henri qui a mené ce brevet de « pied » de maître. Merci à toi Henri, ce fut un plaisir de venir chez toi mais nous nous reverrons bientôt sur d'autres brevets Audax. La dislocation ponctue ce 20 heures et chacun regagne ses pénates pour un repos bien mérité !

Jacques LANNOY
Photos Aurélie Lannoy



Le 75 km ou 15 heures des Mureaux



Le 30 mai 2015. Influencée par Gildas Huet, la Mouette nous fit marcher à sa guise en Ile-de-France depuis 1977. Des 25, 50, 100 kilomètres volèrent en fusées. La passion se mêla à l'âme et au courage. Guy Jaud, Jacques Lannoy, André Lefèvre, jusqu'aux G503 du 77, tous d'une maîtrise totale de leurs activités sportives, ne rateront pas ce 75 kilomètres, le dixième, un pur hasard.

Le capitaine de route Régis Guillon fût un cycliste chevronné (1). En 2005, il a dû se reconverter à 100%, dans la marche. Sur trois circuits, il nous embarque. L'appétit de 53 marcheurs réguliers et géniaux ont arrêté de tricoter avec leurs guiboles à tout va, ou en font moins, tels les euphoriques Jean-Claude Mathieu (2), Marielle et Marilyn d'Anthony, seront satisfaites. Avec déjà trois 100 km ils ont intégré ce brevet, plus ceux du mercredi en région parisienne, et dans leur préparation physique du 150 km de Vendée et de Millau. Passé le pont de la Seine, à Meulan-en-Yvelines, ville qui fût la patrie du Général de Grouchy (1766-1847), des côtes réputées mènent sur la colline. Pas tout plat dans le mantois !



A midi tapant, un repas froid pour un régiment, nous est servi par Yvonne, François, Didier et Jean-Claude Letellier. Ils ne seront jamais assez remerciés avec Gildas (3) pour la disponibilité qu'ils nous témoignent chaque fois. Sans eux, la chouette se serait retirée dans les bois, il y a belle lurette. Le soleil cuit les cuirs durs. A l'allure audax de 6 km/h, impeccable, Régis a la niaque. Il nous lance sur l'orbite de la seconde boucle : Morainvilliers, Ecquevilly, Bouafle. Des dénivelés assoiffent. Tout passe, rien ne lasse, ne zappez pas. Des points d'eau sont prévus.

Pour 27 marcheuses et marcheurs, la vie dure quinze heures. Cinq encore. Le paysage évolue. Condécourt se hâte d'ouvrir les portes du Val d'Oise (95). 19 h 10. L'église sonne l'angélus. L'immense Parc Régional du Vexin, chènes après chènes est traversé en « dilettante habituelle ». Gildas nous attend à un croisement, face à l'ancienne sucrerie de Frémainville où de nombreux films ont été tournés. Il remonte

le temps où il disputait en style libre le 500 m, le 1000 m (2'36 s à Colombes en 1969), les 20 km à 12.5 km/h de moyenne. Dans le passé, avec Jean Dahm (I.A.A.F.), les Mureaux ont organisé le Championnat de France sur route des 100 km !



Chacun partage le plaisir qu'il a de marcher en rase campagne, au milieu des champs cultivés de betteraves et de céréales, à perte de vue. A la nuit tombante, l'allée bitumée de bien cinq kilomètres, s'abaisse sur Meulan. Artifice du soleil et de la lune. Tourbillon de couleurs ! A 22 h 30, c'est le retour à la case départ. On se sent plus fort. Dans la bonne humeur, le pot de l'amitié fête le 1er 75 km d'Evelyne Delot et de Maryse Trianello. A bientôt.

René VASSEUR

(1) Régis détient 2 aigles d'or cyclo, trois Paris Brest Paris, les classiques Paris-Nice, Bordeaux Paris et ... 34 Paris-Mantes-marche ...

(2) Jean-Claude accuse de nombreux raids : Mont Blanc, la côte d'Opale des Gendarmes et des voleurs ...



Aigles d'or au 100 km de Saint-Georges-des-Gardes

Juin 2015, Paris, ce matin à la fraîche. «Ne posez jamais vos week-ends au même endroit». Cela ne risque pas d'arriver à Michel HALLEREAU, Président des 100 Bornard, le Grand Bernard qui reste dans la joie de marcher, Ghislaine et Marie-Claude montées sur piles, Henri des forces athlétiques à revendre... Ni à la majorité d'entre nous (77 dont 45 sur le 100 km), qui hier respirions le bon air dans l'Orne, avant-hier l'iode marin en Vendée et la Loire-Atlantique. Demain, ce sera la Belgique. Un idéal dont on ne peut se détacher. Un sport au sens propre.

En même temps que ce 11^{ème} ultra audax réussi, c'est la Fête de la Musique. La dynamique équipe de bénévoles ne fera aucune fausse note. Des bouteilles d'eau, jus de fruit, raisins, pastèques, tomates, radis, nous seront servis à volonté, car l'été fit parler de lui. Jusqu'à 30°, 22° à minuit. Le cuisant soleil fond le goudron des routes. Les pneus de vélos de Michel et de Jojo assurant la sécurité, prennent garde de ne pas glisser. Vigilants, Loïc, Georges et Dédé qui ne sont pas adhérents au club, suivent en voiture. Clément siffle, perce l'ambiance jusqu'à relancer l'allure à la vue d'autos. Les lèvres sèches, je visionne des chameaux dans le Sahara. Merci pour les points d'eau imprévus.

Lionne, un balai en mains, Henri, Jean-François, Roland et Marc mirent la salle des sports de nouveau, dans le bon ordre trouvé hier.

A bientôt

René VASSEUR



(1) les autres Aigles d'or : Lionel Fombeur 2^{ème}, les 3^{ème} Odile Depaquis, Willy Varendonck, Jacky Trapy – Roland Leloup de Spa 8^{ème} Marc Blot 9^{ème}, Jeannette Van der Marel des Pays Bas 47^{ème}.

28



Le circuit de 50 kilomètres court dans les Mauges où s'étendent campagne et forêts. Dans les petits villages ruraux aux vieux clochers, le calme règne. Des vaches se mettent à beugler à notre approche. Ont-elles quelqu'un de déjà vu dans le museau ! Qui d'autre que Bernard a reconnu le parcours ? L'ami ne peut résister à l'envie qui palpite sous sa peau de continuellement se mouvoir ! Très roulants, à leur tour, seront les 25 km. Des faux plats de côtes sans plus, sur la fin !

Avant le dernier, au p'tit déjeuner, Daniel Vermeulen et Pierre-Yves Godard nous font le plaisir d'une mémorable visite (lire ci-contre). Guy JAUD, lui aussi, a tenu à complimenter Jocelyne Capron pour son Aigle Royal dans une lettre que Michel a lue à la remise des récompenses.

Une autre surprise de taille qui nous a fait du bien aussi, le retour sensibilisé et aboutit de Françoise Duguet (36 aigles d'or). D'une volonté de fer, elle concrétise 50 et 25 km, après 50 km à Gien. Rien ne peut arrêter une audax de poursuivre sa vive passion. C'est dans la tête. Bravo !

Le traditionnel verre de l'amitié en présence du premier Adjoint au Maire et d'une Conseillère municipale de Saint-Georges-des-Gardes s'en suivit. Puis, à mes yeux, vint le moment le plus beau, dans l'attente qu'on nous raccompagne à la gare de Chemillé. D'une ardeur indescriptible, la

L'Aigle Royal de Jocelyne Capron



Aux 100 km de Saint-Georges-des-Gardes, Daniel Vermeulen et Pierre Yves Godard se sont déplacés spécialement pour fêter l'Aigle Royal de Jocelyne dont la présence partout dans les pelotons est un plaisir pour tous les amoureux de la marche.

Dimanche 21 juin 2015, à 4 h 46'28" du matin, au petit déjeuner, avec Françoise et son petit chien, ils entraient à pas feutrés dans la salle des sports de

Farfadet. Retirés des « affaires » en 2010, ils vivent une paisible retraite dans le joli village médiéval Vendéen d'Apremont.

Une vraie surprise pour tous ceux ici qui les ont connus dans le Mantois alors qu'ils organisaient des brevets taillés sur mesure. Plus grande encore pour Jocelyne, très émue qui ne s'y attendait pas. Inoxydables, nos solides gaillards hyper sympathiques feront l'ultime boucle de 25 kilomètres avec nous. Bonjour l'ambiance du temps passé. Un large sourire, blagueurs, ils n'ont pas changé d'un quota !

Un retour en arrière nous remet sur pieds et nous fait revivre leurs fameux brevets. Ci-après un aperçu. Pierre-Yves : des 100/125 km à Bois le Roy, de 1995 à 2010. A l'A.S.M. Daniel : des 125 km, de 2007 à 2010. Un par an. Le 7 mars 2009, c'était la Fête de la Femme. En ligne cette fois-ci, le 125 km rencontrait un beau succès de participation, avec 35 marcheuses et 20 marcheurs.

Amitiés sportives de tous les amis audax et un grand bravo encore à Jocelyne.

A bientôt.

L'Euraudax de 125 km

Brakel (Flandre)



Samedi 27 juin 2015, 10 h 20. A la gare de Zottegem, Jean-François Roisé et moi-même sommes attendus pour aller chez Danny's. Pas une minute à perdre. Dans la salle, il y a une centaine de marcheurs (ses). Douze français, cinq danois, Marion d'Allemagne, d'illustres flamands et belges qui gaie-ment, finissent un fond de bière. Engranger des milliers de kilomètres à pied, leur est devenu naturel. Sommes accueillis par Antoine Goudaillier, Président de l'Euraudax Belge et Paul Van Verreweghe. Que de super ultra brevets, en Wallonie et en Flandre Occidentale, ne nous ont-ils pas compilés ! En 2008, au 4ème trente heures d'Haaltert, je coiffais mon 20ème Aigle d'Or.

Danny prend la même voie. Bourré d'énergie, il organise, croque et digère les épreuves au fur et à mesure de leur présentation avec facilité. Rentré de Paris Tubize, la grande classique Belge de 292 km, son 8ème et de la MESA 4 étapes de 30 km, il brûle 5000 kilomètres par an.



Ce brevet nature nous plante dans des sentiers vallonnés, au ras des champs de pommes de terre et de betteraves, de maïs, de blé et d'orge. Ralentis par l'herbe et le terrain très technique, l'allure semble vive, une fois. Un bus vert de la RATP des années 1920, ligne 52, Place de la République à la gare Saint-Lazare stationne à l'entrée d'Oudenaarde. Ville très touristique où arrive le Tour de Flandre cycliste.

15 h 00. A la terrasse du sélect restaurant du Parc Donk donnant sur un superbe étang, une halte d'une 1/2 heure. Au cas où je me perdrais, j'avais noté que nous étions à 7194.20 km du Mont Everest et à 752.99 km du Ventoux de Jacques Lannoy. La météo s'affole. Le soleil cogne. On m'appelle !!! Ou alors entends-je des voix du beffroi qui surmonte l'Hôtel de ville ! Celui-ci a été élevé en 1526-1530 par Henri Van Pede qui s'était inspiré de Bruxelles et Louvain. Annie et Tony De Cridts (Aigle Royal en 5 ans, le record annuel en marche avec 10.000 km en 2006), me font l'extrême plaisir de m'inviter à leur table.

Au siècle du numérique et de Google, marcher 125 km pendant 25 heures, est-ce une aventure ? Avec Danny, cela en prend la tournure. La ville flamande compte encore quatre brasseries dont la spécialité est la bière brune depuis 1956.

Ce week-end de la Fête de la Bière, celle-ci est dégustée sans retenue. On se laisse porter par la musique et le courant des verres puis nous nous élevons d'une centaine de mètres pour arriver au Fort Kezel, construit entre 1822 et 1824 par 1500 ouvriers, sous le régime des Pays-Bas réunis. Les murs d'une épaisseur de 2.5 mètres se trouvent à 8 mètres en dessous du sol. Un sorbet sorti de la glacière donne idée de la température qu'il y fait. Au milieu du domaine se trouve la résidence du propriétaire, un petit château belvédère. La stupéfaction est grande quand le guide nous ouvre la petite porte.

Nos destins sont liés. Surtout rester zen. Dans l'obscurité la plus complète, froide, la galerie empruntée n'en finit pas. Le pavement a été retiré. A tâtons, nous avançons avec la crainte de rencontrer des chauves-souris. Corps et vêtements légers sont vite imprégnés d'une odeur de renfermé. Humide, la terre manque d'air. En bas, les oubliettes et pour-quoi pas des squelettes !!! Cet Eurax trop fort, empreint de mystères, restera à jamais dans les esprits. Tout le monde est là ? Attirés par la luminosité du soleil, le peloton repart avec toujours dans ses rangs Fernand. A 86 ans, il a une frite pas possible.

Dimanche c'est 10 h 30. Nous avons un panoramique sur la Wallonie, la Loupe et ses petites collines (info du vétérinaire du coin, marcheur). Plus tard de trente minutes, au terme de ce brevet vivant et sportif, il fait bon s'asseoir. Comme par enchantement, nous ne ressentons plus de fatigue. Récompensés, les aigles d'or sont : Strobbe Geert 9ème, Zwart Ruud 4ème, Luc Van de Velde 1er, Bonnyns Hugo 32ème, Debooserie Marc 4ème, Geudens Kim 21ème, Moreau Frédéric 1er, un grand mérite, qu'un début pour lui. Les personnes efficaces de l'intendance ; Lucia, Dania, Serge, Jean-Pascal, Paul et Jos assurant la sécurité ont permis à Danny de nous recevoir de la plus belle des façons. Bravo à toutes et tous.

René VASSEUR



Luisant A.C.

Saint-Eliph : 25-50-75 km le 11 juillet

Moi, je préfère la marche à pied disait Henri Salvador ! La parole des anciens accueillis par Gérard et Maryse dans la salle des fêtes du micro village de Saint Eliph, à 6 h 00 du matin. Ils ont alterné entre marche audax et allure libre et sont prêts à en remettre une couche. Jean Rémy : 3 Paris-Colmar, 520 km en 74 h 10, c'était en 1994 – Jacques Villard, Roland, Alain, des Belvès, Millau, en 14 h 00/15 h 30. Des années après, ces « gagnes » éveillent toujours une forte émotion. Bonjour à Serge et Jacqueline Moreau, les vaillants fers de lance de l'A.C. Luisant qui sont avec nous depuis le grand bleu de la côte d'Azur. Dans le Perche, pour la cinquantaine de participants, la moitié sur 75 kilomètres, le vert et le jaune prédomineront.

La deuxième boucle, menées toutes le plus naturellement du monde, par Gérard Coutel et Philippe Leproust, vous aurez appris tous les derniers exploits des « jeunes » du Club. Au repas froid de midi plaisant et complet, ils se mettront à table. Les faits sportifs de chacun, leurs sensations, ont leur place dans la revue. Cela suscite de nouveaux défis. Dominique Rilcy, du FFRP 93 effectue son premier 75 km avec une surprenante facilité.

Les petites routes serpentent dans un paysage bucolique et varié entre champs de maïs, colza, de blé, des prairies en manque d'eau. Malgré le léger air frais, dans les étangs de Perruchet, Gilles Courdavau, aigle d'or natation 2014, plongerait volontiers. Sympathisant de LAC, Max Gross fait la 1ère boucle. Du Pilatus Suisse, à Orléans demain matin, de 4000 mètres en loisirs, il sautera en parachute. Une vie de marathons, compétitions de side-car. Plus de 2500 figures dans le ciel. Pour le novice que je suis, de quoi s'y perdre. Au déjeuner, les infos tombent dans mon assiette. Début juin, depuis des décennies, tous font le 125 km de la Godillose. L'année 2010, Philippe, en 18 h 40 s'est classé 3ème sur 556. 2015 aura été l'année de Paris-Tubize avec Alain Blochet et Sylvie Tortey qui arrive à l'instant pour un 50 km. Gérard Picot, Sylvaine et Odile s'étaient chaussé d'audax grandes pointures, eux aussi. Le week-end dernier, aux 100 km du Perche, Marie-José 1ère féminine de l'épreuve, réalisait 16 h 45 ; Marc Gaillard 3ème, 14 h 50. Ils font la une de l'Action et de l'Echo républicain. Vive l'ultra audax qui améliore considérablement le tempo des bolides sur les sentiers campagnards, les fait rester humbles !!!

Repartons. Le soleil cogne quand la forêt domaniale de Montecot nous propose ses grands arbres feuillus. Très agréable. Ne dure pas. A 13 h 30, un énorme chêne abattu par le vent nous barre la route. Du suspens, des secondes d'attente ! Gérard et Philippe font appel à la Voix du Randonneur (la leur). Ils avaient reconnu cette partie là. Chacun s'en tirera vite sur ses deux pieds.

Entre Meaucé et la Loupe, à proximité du rutilant château des Vaux (commune de St-Maurice St-Germain), devenu une école des Apprentis d'Auteuil (hôtellerie, bâtiment, métallurgie, horticulture), le gros chêne de 14.30 m. de circonférence tient debout depuis 1360. Henri IV venait s'y reposer fréquemment les jours de chasse. Un ravitaillement, boissons - glaces. La chaleur devient de plus en plus prenante. Des points d'eau auront lieu tous les 5 kilomètres. La Loupe se prépare à tirer son feu d'artifice du 14 juillet. Roulante, l'ultime boucle nous emmène sur de petites routes isolées. Une sorte de paradis où tu stimules tes neurones et tu muscles ton cœur, tout simplement sans y penser.

Un esprit de compétition, jamais résignés, les audaxieux sont attirés par les grandes épreuves dont ils garderont une belle image. Ils se surpasseront. Le Grand Raid du Golfe du Morbihan, du haut de ses 177 kilomètres, soit dit en passant exigeant, fait beaucoup parler.

Des Pieds Agiles en Vendée, du plus loin venue, Maryse Ryseguyon, 3 Aigles d'Or, en tête du peloton comme au 150 km de l'Ile d'Yeu, en solo, l'a réussit pour la 3ème fois. 38 h 44 n'est pas à la portée de tous les chevronnés. Moins encore d'aller au bout et de finir dans les délais. Un grand bravo à Elle qui a aussi bouclé le 100 km de Belvès (39ème édition).



Cette avalanche de regards sportifs se termine à 22 h 00 autour d'une bolée de cidre. L'apéritif de midi avait été offert par Didier Cojean ; un an de plus.

Gérard remercie Philippe co-capitaine de route et nos ravitailleurs sans reproche : Maryse, Agnès, Claudine, Raymond, Françoise, Danièle, Francine et Roland.

Rendez-vous au 100 km audax en ligne, du Perche à la Beauce les 12 et 13 septembre 2015.

René VASSEUR

30



Le site de l'UAF un outil à votre service en permanence

www.audax-uaf.com

C'est votre site, consultez-le !



En ce mois d'août 2015 les Audax marcheurs ne chôment pas en Creuse. Qui dira après que la Creuse est un département où il ne se passe rien. En effet pas moins de trois brevets Audax furent proposés en l'espace d'un mois. C'est pas mal pour une région dite « creuse ».

Le premier round eut lieu au **lac de Vassivière** (Auphelle plus exactement) où le 50 de l'an dernier fit des petits, puisque les effectifs doublèrent quasiment. 45 marcheurs se pressèrent au bord du lac samedi 1er août sous un ciel mitigé mais qui nous laissera tranquille toute la journée. Par contre la température fut sans commune mesure avec la chaleur qui régna certains jours de juillet. Le parcours est identique à celui de l'an passé car très apprécié des participants, surtout le restaurant de Faux-la-Montagne qui, cette année donna entière satisfaction en tenant compte des imperfections de l'an passé. Les ravitos, copieux, furent assurés par Frédérique, Françoise et l'ami Jean Claude qui, avec Josette, fit une halte en Creuse en remontant de Dordogne. Merci à toutes et à tous. En cette journée maussade le lac n'eut pas



ses reflets habituels mais la majesté du lieu parle quand même. Le relief est tourmenté mais la région est ainsi faite encore que le circuit soit assez « roulant ». Les passages en chemin, assez nombreux, sont très carrossables et secs car la région a subi la sécheresse ces dernières semaines. Beaucoup de représentants franciliens firent le déplacement, merci à eux ainsi qu'un gros contingent de charentais aiguillonnés par Claudine et Paulette, les limougeaude présentes depuis le début. Parmi les fidèles de la première

Le Triptyque creusois

heure Christian et Yolande Chavanon venus du Puy-de-Dôme, mais la Creuse leur est familière, Fanfan de Moulins et Aurélie accompagnée de Panda qui, cette année, effectua son 50 quasiment les doigts dans le nez ! L'ami Léon est aussi présent, qui avec son fils Richard, remontaient du Cantal. Présence également de Sylviane et Laurent montés de l'Ardèche, Didier de Fiers et du régional de l'étape, Jean Philippe avec sa compagne Frédérique qui assura les ravitos. Merci pour l'apéro servi à L'épine. Toute la troupe apprécia. Aurélie et Patrice assurèrent le reportage photos que vous pouvez voir sur le site des Audax. Après une dernière pause-regroupement à environ 1 km d'Auphelle c'est l'arrivée où un pot de l'amitié vint conclure cette belle journée en promettant de se revoir, tout au moins au bord du lac, l'an prochain mais pour un 100 km les 6 et 7 août 2016 toujours à Auphelle. Un grand merci à tous les participants et à l'intendance qui permet une certaine convivialité à nos brevets Audax.

Le second round se déroula huit jours plus tard à Saint-Léger-le-Guérotois, petite commune située à 5 km de



Guéret, préfecture de la Creuse. Un 25 km Audax fut proposé dans le cadre des traditionnels « trails » organisés à cette période de l'année. Ce brevet ayant été décidé un peu au pied levé, mais dans les règles établies, fut intimiste puisque seulement 6 marcheurs prirent le départ sous la pluie. Cinq d'entre eux étaient présents au 50 la semaine précédente dont la famille Chavanon, Fanfan et Jacques Lannoy, entre autres ainsi qu'une dame, Patricia, habituée des trails qui fit sa première expérience Audax et, ma foi, si l'on en juge par sa présence à Clugnat quinze jours plus tard, elle fut concluante. Parcours très champêtre aux abords de la forêt de Chabrière, le bois de Boulogne des guérotois (sic) assez vallonné mais que ce soit à Vassivière ou ailleurs dans la Creuse le relief ne manque pas. Au bout de 12,5 km nous revenons à la salle du départ où un fondu creusois nous attend. Pour ceux qui ne connaissent pas il s'agit de tremper des frites dans du fromage de montagne fondu, c'est assez léger ! La deuxième boucle fut tout aussi arrosée et nous apprécierons le retour quasiment au sec car la pluie cessa un peu avant l'arrivée. Le verre de l'amitié nous attend et ce sera l'occasion de faire connaissance avec l'organisateur de cette journée ainsi que du Président du Comité FFRP de la Creuse, qui ont été enchantés par cette première et envisagent l'an prochain, le 13 août, un 50 km en deux boucles. Cette fois le calendrier 2016 accueillera ce nouveau brevet Audax et gageons que la participation sera plus importante car la région le mérite. A l'an prochain donc amis guérotois.

Pour le troisième round c'est à **Clugnat** que nous retrouvons le classique 25 heures où nous sommes accueillis par



Yolande et Christian Chavanon, toujours sur la brèche, merci à vous. Par contre c'est le retour des fortes chaleurs et les premiers cinquante kilomètres furent éprouvants pour les organismes même les plus endurcis, n'est-ce pas Marco ! Surtout que le parcours par les Pierres Jaumâtres, chères à Georges Sand, et Toulx Sainte Croix fut assez exigeant. Au pied de la Tour l'arrêt fut grandement apprécié car après la montée de 5 km sous le cagnard tout le monde accusait le coup. Le panorama vu de là haut est à 360° surtout sur les monts d'Auvergne avec le Puy-de-Dôme en vedette. Heureusement les 11 km nous ramenant à Clugnat s'effectuèrent en descente et relativement ombragés. Le repas servi à la salle fut très apprécié. Nous entamâmes la partie nocturne pour deux boucles avec retour à la salle pour manger la traditionnelle omelette. Nous évoluons toujours en tenue d'été car l'atmosphère était lourde, sous la menace orageuse prévue par la météo mais pour notre plus grand plaisir le ciel demeura limpide si bien que l'ami Didier profita d'une halte pour faire un cours d'astronomie en dévoilant la méthode



pour trouver l'étoile polaire. Des éclairs striaient l'horizon mais pas pour nous. Peu à peu les nuages envahirent quand même le ciel creusois mais nous arrivons au sec pour la pause petit déj' où nous pouvons récupérer quelque peu. Par contre pour la dernière boucle par Châtelus Malvaleix et La Seiglière (pays de feu Alain Nigron) la pluie s'invita mais ce fut considéré comme un bienfait contrastant avec la forte chaleur de la veille. Les parapluies et autres ponchos furent donc de sortie mais une accalmie permit de sécher avant d'arriver à la salle par un chemin empierré. Je pense que tout le monde, du moins ceux ayant effectué les 125 km, et même les autres d'ailleurs, fut très content de pouvoir s'asseoir,

Vassivière un 1^{er} août

5h, un jeune sanglier traverse et monte le fossé. Le spectacle commence. En fait, nous suivons une route bien déserte, traversant le Cantal, l'aurore naissante. A quelques kilomètres de là, la couleur noire selon les indicateurs officiels mesure le trafic automobile. Plus de 1000 kms de bouchon cumulé ! Ce fameux chassé-croisé des juilletistes et des aoûtistes. Nous, nous avons rendez-vous au lac de Vassivière où Jacques LANNOY nous accueille pour un brevet de 50 km à allure audax. Une modeste table au bord du lac. Les marcheurs arrivent et s'annoncent. Jean Claude LETELLIER du SPN Vernon (27) prête son savoir-faire. A faible distance, une autre table propose café et tranches de cake. L'ambiance est détendue. Ty viens d'où ? Ty vient d'Anvers, Ty de Flers, Ty de Charente, de Poitiers, d'Orléans, d'Ardèche... Le délégué régional René DÉGOUTTE a parcouru 300 km, laissant les orages glisser vers le Rhône. Les voisins Yolande et Christian CHAVANON, Françoise DUGUET, Jacques VILLARD "le coiffeur", enfant de Saint-Vaury, plaisantent. Nous avons la joie de retrouver présentement Pierrette AUCANTE laquelle forma avec son mari Michel AUCANTE (décédé en 2003) et Jean Michel AUXIETRE la toute première équipe des marcheurs creusois vers 1985. Depuis cette date, les manifestations audax (pédestre) se succédèrent chaque année dans le département. Le clou fut l'organisation d'un 200 km en 1999. 8h. L'enfant de Banize, très en Froome,



se doucher, chausser des escarpins plus relaxants, avant la remise des récompenses et le verre de l'amitié sous la houlette de Christian. Côté participation 68 marcheurs se décomposant comme suit : 36 sur le 125, 15 sur le 100, 4 sur le 75, 4 sur le 50 et 4 sur 25. 6600 km ont ainsi été parcourus ce qui fait globalement une moyenne de 100 km par participant. A noter l'assiduité de Frankie, de Roland Leloup venus de Belgique ainsi que Jeannette et Hubb de Hollande. Quant aux français ce sont globalement les mêmes que l'on retrouve sur les grandes distances classiques. Remercions Aurélie qui assura le reportage photo à consulter sur le site des Audax à la rubrique adéquate.

Ce 25 heures referme cette trilogie creusoise appelée à se développer avec pour l'an prochain le premier 100 km de Vassivière les 6 et 7 août, un 50 km à Saint-Léger-le-Guérétois le 13 et le 25 heures à Clugnat les 27 et 28 août. La Creuse nouvelle « Eldorado » pour les marcheurs Audax !

Jacques LANNOY

Photos Aurélie Lannoy et Patrice Massaud

moulé dans un maillot jaune, prononce en creusois son fameux "Bienvenu à tous". Une question fuse sur le fameux pédalier ovale du vainqueur du Tour. "Un pédalier magique" dit-on. Diable ! Nos capitaines audax des années 1980 goutèrent à cette innovation. Le coupable, s'il en faut un, se nomme MICHAUX. Son coup de génie ne souffre d'aucune ride car, quoiqu'on en dise, l'art du pédalage nous ouvre la voie de l'instabilité, de la liberté et du bonheur. S'il y avait un réel avantage, tous les cyclistes l'auraient adopté... Notons la présence d'un photographe officiel... De modestes amateurs tentent leur chance, observent le maître et, comme l'écrivit Marcel PROUST, "on voudrait emporter un paysage qu'on va quitter pour toujours". A la rapidité du guépard, il arpente le chemin, se place idéalement fixant le peloton, la passerelle et le ruisseau. Notre parcours longe plus ou moins le lac où Jean-Philippe CHASSAGNE, présent avec nous, vient régulièrement s'entraîner en suivant un balisage récemment refait. Cette étendue artificielle couvre 976 ha (ou 9,76 km²), à peu près la superficie du Bois de Vincennes. La Maulde, petite rivière (69 km) à fort débit, servait au XIX^e siècle à l'acheminement de bois jusqu'à Limoges, alimente la Vienne. L'idée d'un barrage circulait. On en parlait. Malgré les manifestations et autres pétitions, les premiers travaux commencèrent en 1946 pour une mise à l'eau en 1950. L'île de Vassivière, les hameaux et les prairies avoisinantes disparurent. La vie locale se réorganisa. L'aménagement tou-

ristique du lac date d'une époque récente. La fréquentation touristique reste timide, même l'été. Les embarcations de plaisance solidement amarrées au ponton attendent sans conviction. Nous surprenons un pêcheur les yeux rivés sur son smartphone et attentif à ce bouchon moqueur et imprévisible. Les nuages noirs et gris se bousculent. Les grimettes mouillent les maillots. Après deux bonnes heures de marche, au port de Nergout, pâté, vin, pain... nous attend. Georges MENNELA, l'aveyronnais de Marseille, démonstratif, attire un petit groupe. Vers 12h30, nous arrivons à Faux la Montagne, perché à 720 m, où un rideau de bignones orangées et autres fleurs agrémentent les rues muettes. "Celui qui cueille une fleur dérange une étoile" prévient Francis THOMPSON. L'Auberge de La Feuillade nous reçoit pour un repas consistant. Les quarante-cinq marcheurs et trois accompagnateurs créent un brouhaha soutenu où les voix graves se mêlent aux demandes usuelles. "Du pain, SVP". Nous repartons vers Auphelle. Jacques conduit le peloton avec Michel TERRIER, grand cyclotouriste, membre de l'OCT (Orléans), devenu randonneur pédestre. Sa femme



Mon 50 km du Lac de Vassivière Bis répéta

Quand on aime, on recommence ! L'année dernière, j'avais été enchanté par le parcours proposé par notre ami Jacques Lannoy, et je lui avais dit que je reviendrais à Auphelle pour revivre cette journée que j'avais qualifiée d'extraordinaire, dans un cadre idyllique et si loin ... de la civilisation. Il faut croire que je ne suis pas le seul à avoir succombé aux charmes de la région (le bouche à oreille aurait-il également fonctionné ?), toujours est-il que nous étions pratiquement le double de participants en ce samedi 1er Août devant le café l'Escale. De 25, nous nous vîmes passer à 50 ! Des visages connus (j'ai souvent du mal à me rappeler les noms) représentant la région parisienne, le club du SPN Vernon, le LAC Luisant, les Baladins de Saint Benoît près de Poitiers, des représentants locaux ... la région d'Anvers en Belgique avec notre éternel Frank Rottiers si friand des Brevets Audax organisés dans notre cher pays.

Ambiance chaleureuse et conviviale dès le départ, tout le monde se connaissant ou presque. Signalons la présence parmi nous d'Antoine, qui espère terminer un peu mieux que l'an passé et de la virevoltante Aurélie, la fille de notre « capitaine », toujours prête à faire quelques clichés photographiques. Tous deux amèneront un peu de jeunesse à notre groupe certes audax ... ieux, et bien en jambes, mais un peu vieillissant, sans vouloir vexer personne, car j'en fais partie ! La jeunesse d'esprit est toujours là, mais les années passent ... Il fait un temps idéal pour marcher, après les chaleurs étouffantes de ces derniers jours. Le ciel est légèrement couvert, mais pas menaçant, qui nous permettra encore une fois d'admirer ce paysage traditionnel du Plateau de Millevaches tout proche, fait de tourbières, d'étangs tourbeux, de landes et de forêts. Autrement dit, c'est le paradis pour la randonnée parmi ces chemins et petites routes peu fréquentées par les voitures. Merci encore à toi Jacques de nous faire découvrir ainsi ta si jolie région d'origine. Je n'ai pas vu passer le temps tout au long de cette matinée qui nous a fait longer ce si joli lac situé à cheval sur les départements de la Haute Vienne et de la Creuse, puis nous dirigeant ensuite vers le village de Faux la Montagne à travers forêt et routes enchanteresses. Là, un bon repas nous sera servi, faisant l'unanimité de tous, surtout ... le gâteau aux myrtilles qui nous fut servi au désert. De quoi attaquer la deuxième

Maryvonne DRIARD, toujours affamée de vélo, nous rejoindra à l'arrivée après une balade de 140 km. 15h40. Une nouvelle pause s'impose à la clairière. Aurélie se déplace délicatement pour ne pas déplaire à la plante grimpante qui la couvre, œuvre vivante d'Arcimboldo. Il est défendu de toucher aux fruits de la passion. Antoine veille. Ici, on annonce un 25 audax à St Léger le Guérétois; là une initiation audax à Brioude. Nous cheminons maintenant dans un sous-bois dense où un étrange et épais tapis vert couvre même le fût des arbres. Un chemin, bordé de chaque côté d'amoncellement de pierres grises, une goulotte géante, débouche sur une route étroite ouverte à la circulation, seuil du barrage. Des garages permettent aux camping-cars de se croiser. Le marcheur s'amicint sur ce trottoir métrique. L'arrivée se rapproche.

Un grand merci à Jacques et aux personnes de l'intendance Française, la copine à Jean Philippe et Jean Claude.

Au menu du cinquième rendez-vous de Vassivière, un 100 km les 6 et 7 août 2016.

Léon de MONTREUIL



partie de la journée ensuite bien rassasié et en pleine forme ! Je n'ai pu à nouveau avant de repartir oublier d'admirer la jolie église en granit Saint Etienne, qui veille sur le village depuis le 13^e siècle. De 720 mètres d'altitude, nous allons progressivement redescendre vers le barrage construit à une extrémité du lac. Toujours cette nature sauvage dans laquelle chemine notre joyeux groupe où la bonne humeur est toujours de mise. Un très joli panorama s'offre maintenant à nos yeux sur ce lac artificiel de près de 10 km². Superbe, un vrai tableau de maître ! Encore un petit effort et quelques bosses, car de ce côté-ci du lac, c'est plus vallonné que ce matin et notre balade Limousine sera terminée, Mais avant, il nous faudra escalader ce « petit col » qui se présente devant nous d'une manière presque incongrue !

Auphelle n'est plus très loin, un dernier petit regroupement s'impose et nous retrouvons nos accompagnateurs. Un petit discours de Jacques, et c'est l'heure de se séparer, presque à regret, mais dans l'attente de se revoir bientôt. Merci à notre « intendance » qui nous a suivi toute la journée. Je n'oublierai pas (je ne suis sûrement pas le seul) le casse-croûte à mi-matinée si gentiment préparé. Ce pâté de chevreuil ! Aussi bon que le pâté de sanglier de l'année dernière ... C'est bien connu, en Audax, on n'arrête pas de manger !

Je termine ce petit récit en remerciant tous ces « valeureux capitaines de route » qui m'ont permis tout au long de l'année de découvrir de si jolis endroits. Je citerai notre hôte de la journée Jacques de l'UAF, Eric Lecordier et Claude Fontaine de Gien, Michel Morvan du SPN Vernon, Michel Dufour de Blois Bégon, Alain Petit de La Godasse Saint-Pierre-des-Corps, et les non moins sympathiques Serge Moreau et Gérard Coutel du LAC Luisant qui m'ont fait apprécier la région de Chartres qui n'est pas dénuée d'intérêts. Merci aussi à leurs équipes respectives qui nous chaperonnent tout au long de nos brevets avec dévouement et gentillesse et nous apportent un soutien moral et matériel.

Merci à l'Audax pour tout cela J'adresserai une mention spéciale aux organisateurs de cette superbe manifestation du 6 Juin dernier et qui m'as fait découvrir ce petit bijou qu'est l'Ile d'Yeu. Chapeau ! Colossal ! Souvenir inoubliable ! De plus, gérer et encadrer plus de 300 personnes comme cela, encore B.R.A.V.O !

Michel TERRIER d'Orléans





Le renouveau du canoë-kayak

Voilà le troisième volet du triptyque concocté pour les Audax en 2016. Grâce à l'Audax Rando Gien, les embarcations Audax ont été remises à l'eau cette année.

Reprendre les organisations des brevets Audax Kayak après celles offertes pendant des années par les excellents Audax Bourguignons n'est pas chose facile ! Pourtant le choix du lieu s'est imposé en terre Bourguignonne, plus exactement sur l'étendue d'eau du réservoir du Bourdon près de Saint Fargeau dans l'Yonne.

Les 11 et 12 juillet dernier la renaissance de ces brevets s'est réalisée grâce à la promotion effectuée par l'UAF et sa Revue, mais aussi par contact direct avec les clubs associés et quelques connaissances.

Il a fallu quelques mois, armés de patience et d'énergie pour rassembler toutes les obligations légales et structurelles afin de bénéficier de la reconnaissance administrative de la préfecture de l'Yonne. Cette reconnaissance, nous allons l'obtenir in extrémis une semaine avant les épreuves.

Le samedi 11 juillet, il est 07 h 30, Alain Sergère plus habitué aux brevets cyclos, aide à nous harnacher de nos gilets de sauvetage, seuls Thierry Larcher et moi-même sommes présents pour aborder ces brevets, pas sagesse nous décidons de commencer par un 40 km, 6 heures à payer !

À 08 h 00 le départ est donné, il fait presque frais avec 20 degrés mais l'eau paraît plus chaude. Les deux premières heures s'exécutent idéalement, Thierry Larcher, infatigable, avance régulièrement, je suis mieux équipé et je possède une marge pour accélérer s'il le fallait, les valeurs de l'Audax nous incitent à continuer groupé dans l'accomplissement de cet effort. Vers 10 h 00 le vent s'est levé, presque aucun cap nous est favorable, l'effort est plus important mais 3 h 00 sont passées et les 20 km sont avalés. A 11 h 00 Jean-Philippe Denis, sous la chaleur et le vent prend notre sillage pour tenter d'accomplir un 60 km soit 9 h 00 d'effort ! Dès le premier

kilomètre il n'arrive pas à suivre le rythme, le vent souffle par rafale, nous ne pourrions lui offrir aucune aide pour le soulager sans nous mettre hors délais, il fera 10 km avant d'abandonner.

A 14 h 00 il fait plus de 30 degrés les bras nous brûlent mais nous avons accompli un 40 km. On en restera là pour cette journée !

Dimanche 12 juillet, 07 h 30 les conditions sont identiques à la veille, en plus, les efforts d'hier se font sentir et la volonté en est affectée. D'un commun accord nous nous engageons pour trois heures afin d'accomplir un 20 km. Ce dimanche, les voiliers sont de sortie ainsi que quelques skiffs du club nautique local. Nous avançons avec difficultés, le vent défavorable sur cette étendue d'eau en forme de fer à cheval nous fait dériver et nous oblige à des efforts soutenus. Face au vent nous allons déborder quelques dériveurs ! A 13 h 00 le 20 km est bouclé et c'est tant mieux. Après un repas-débriefing force est de constater que l'accomplissement de ces brevets demande une préparation physique, un matériel adapté, et de bonnes conditions météo.

Au bilan de week-end Thierry Larcher et moi-même, pouvons prétendre à bénéficier de l'aigle de bronze dans cette discipline.

Voilà, maintenant l'apprentissage dans la préparation et l'exécution de ces brevets nous permet de proposer la même chose l'an prochain à la même période. Nous espérons, grâce à ces quelques lignes, susciter l'enthousiasme

nécessaire pour s'affranchir de la plus grosse difficulté : le manque de candidats pour ces épreuves, pourtant, le défi de figurer sur la liste des Audax complets et super Audax complets devrait motiver les Audacieux que nous sommes tous.

Eric LECORDIER



Le site de l'UAF un outil à votre service en permanence

www.audax-uaf.com

C'est votre site, consultez-le !

La bonneterie et les médailles

Contact Bonneterie (uniquement) :

Charles Herubel - 5, résidence La Pommeraie
77230 Longperrier

Tél : 01.60.03.19.24 E-mail : charlyherubel@yahoo.fr

Pour les médailles, insignes, carnets d'homologation, etc.,
contacter les responsables (voir page 2)

Bonneterie UAF

Maillot manches courtes UAF	44,00 €
Maillot manches longues UAF	45,00 €
Cuissard à bretelles UAF	45,00 €
Cuissard sans bretelles UAF	41,00 €
Cuissard long hiver à bretelles UAF	60,00 €

Nouveau Cuissard avec un fond en gel "Road
Performance" très confortable.

Avec bretelles :	57,00 €
Sans bretelles :	54,00 €
Socquettes "jaunes" UAF	5,00 €
T-shirt UAF	8,50 €
Gants cyclistes UAF	16,00 €
Gants longs UAF	30,00 €
Chasuble réfléchissante UAF	7,00 €
Sweet UAF	17,00 €

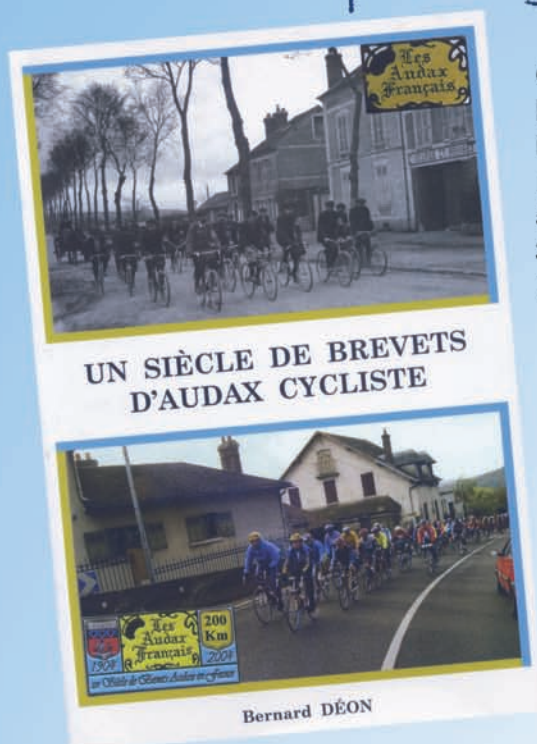
Médailles, carnets d'homologation, etc.

Médaille pour brevets toutes disciplines :	6,00 €	Diamètre 60 mm
Grande médaille toutes disciplines : Aigles de bronze, d'argent et d'or	30,00 €	
Grande médaille Flèche ou Etoile pédestre	30,00 €	
Grande médaille randonnée cycliste et randonnée permanente	30,00 €	
Insigne, toutes disciplines : Aigle de bronze, d'argent ou d'or	7,00 €	
Médaille coquille 1.000 km marche	6,10 €	
Homologation de Flèche ou Etoile marche	6,10 €	(par participant) à partir de 5
Homologation de randonnées permanentes cyclistes	7,60 €	par participant) à partir de 5
Carnet homologation Aigle pédestre	1,25 €	
Carnet homologation Coquille	1,25 €	

*De nouvelles médailles
sont disponibles*



Ce livre n'est pas obligatoire, il est juste indispensable !



Cet ouvrage monumental de Bernard DEON est la bible des Audax, quelle que soit la discipline, car il est la source de leur histoire commune. Et plus que centenaire ! Il se doit de figurer dans la bibliothèque de chacun.

560 pages, 2500 grammes, 260 photos noir et blanc, 32 pages hors texte en couleurs

Prix : 30 € + port

Commande à adresser à :

Patrick AGUETTANT - UAF

39, rue des Roses - 94520 Perigny-sur-Yerres

Tél : 06 09 47 90 70 - e-mail : president@audax-uaf.com

Visitez le site de l'UAF
www.audax-uaf.com



L'UAF organise pour ses marcheurs un séjour en Espagne à Malaga



du vendredi 13 mai 2016
au vendredi 20 mai 2016

Avec la possibilité de participer à :
un brevet de 100 km marche, un brevet de 50 km
et un brevet de 25 km

Et trois journées de découverte de l'Andalousie

Il y a la possibilité de rester une semaine de plus, soit le retour à Paris le vendredi 27 mai,
pour poursuivre les visites avec Grenade, Cordoue...

Le prix par personne si nous sommes au moins 25 participants est de 700 €

Plus 400 € la semaine supplémentaire.

(Voyage et demi-pension en chambre double)

Les pré-inscriptions sont ouvertes dès maintenant auprès d'Alain LAMMERS

Tél. : 06.73.82.57.99 audax-uaf-al@wanadoo.fr

