La Revue des Audax

N° 638 / Septembre 2022

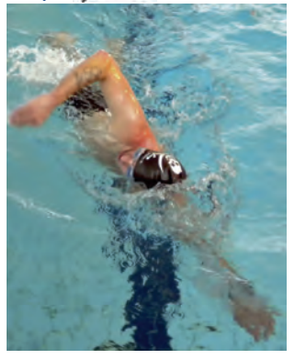
De nouveau des articles nous parviennent nous permettant d'éditer une vouvelle revue cette année !



Tot ziens Frank (Au revoir Frank)

cyclotourisme | marche | natation | rame | ski de fond







"Partir ensemble, revenir ensemble" (Henri Desgrange)

www.audax-uaf.com

La Revue des Audax

Sommaire

La vie de l'Union

Édito du Président 3
Ouvrage de Jacques Lannoy 4
Chronique du Rédacteur 5
Hommage à Frank Rottiers 6

Les Audax Cyclistes

Compte-rendus des brevets 8

Les Audax Marcheurs

Infos et chronique du vice-Président Marche 18
Compte-rendus des brevets 20
Les prochains brevets Marche 38
La boutique 39
Les randonnées permanentes UAF 40

Prochaine Revue

Pour la parutuion de la Revue n°639 les textes sous Word et les illustrations doivent parvenir à : revue@audax-uaf.com

Afin de pouvoir imprimer une nouvelle revue il nous faut des articles !
Participants et organisateurs à vos plumes.

La Revue Des Audax ISSN 0223-9000

Directeur de la publication : Éric Lecordier
21, rue du Puits Tournant 45500 Poilly-les-Gien
Tél. : 06.51.10.77.00 president@audax-uaf.com

Rédacteur en chef : Patrick Aguettant
revue@audax-uaf.com

Photos de couverture :Patrice Massaud - Camille Robert

Expédition : Charly Hérubel

Rédactrice-réviseuse : Françoise Berthou

Textes par ordre de pagination : Eric Lecordier Jacques Lannoy Patrick Aguettant, Michel Terrier, Camille Robert, Éléonore el Robin, Alexis de Grenble, Matthieu de Nantes, Éric le monomanivelle du CTA, Éric Broust, René Lepzron, Pascal Barou Georges Dalmais, Marcel Lecoeur, Jean-Michel Vincelot, Didier Daumain, Jean-Marc Mallarte, Pascal Hirondeau, Jérôme Bourbigot, Catherine De Cet, Serge Cambot, Francis Henriet Patrice Massaud, André Sallou

Dépôt légal auprès de la BNF - Mars 2022
Code du patrimoine art.L132.1

Imprimerie ICL - Lens

Code du patrimoine art.L132.1

Adhésion comprenant l'abonnement annuel : 20 euros



Vos contacts

Président par intérim de l'Union :
Éric LECORDIER 06 51 10 77 00
president@audax-uaf.com

Secrétaire général : Eric LECORDIER
06 51 10 77 00 secretaire@audax-uaf.com

Trésorier : Marcel LECOEUR
06 85 10 41 64 tresorier@audax-uaf.com

Vice Président Marche : Didier DAUMAIN
06 81 23 41 72 vpmarche@audax-uaf.com

Vice Président - Natation-Rame Ski de fond :
Eric LECORDIER 06 51 10 77 00
secretaire@audax-uaf.com

Responsable Cyclo : Jean-Michel VINCELOT
06 07 36 89 38 vpcyclo@audax-uaf.com

Responsable flèches et étoiles pédestres
Marc VAUTIER 06 17 50 31 38
flechetoiles@audax-uaf.com

Adhésions, licences, abonnements :
Eric Lecordier 06 51 10 77 00
adhesions@audax-uaf.com

Revue : Patrick Aguettant
06 09 47 90 70 revue@audax-uaf.com

Expédition revue : Charles Hérubel
01 60 03 19 24 expedition@audax-uaf.com

Calendrier : Patrick Aguettant
06 09 47 90 70 calendrier@audax-uaf.com

Délégué National Aiglon :
Jean-Luc Tréberne
06 89 06 95 88 aiglons@audax-uaf.com

Homologations :
Homologations Cyclo :
Jean-Luc Tréberne 06 89 06 95 88
homologcyclo@audax-uaf.com
Homologations Marche :
Patrice Massaud 06 32 71 77 74
homologmarche@audax-uaf.com
Homologations Natation : Eric Lecordier
06 51 10 77 00 natation@audax-uaf.com
Homologations Rame - Ski de fond :
Gérard Maurice 01 69 34 29 89
homologrameski@audax-uaf.com

Randonnées Permanentes cyclo :
Jean-Luc Tréberne 06 89 06 95 88
rp@audax-uaf.com
Homologations Aigles, Coquilles Marche :
Patrice Massaud 06 32 71 77 74
homologmarche@audax-uaf.com
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 : Jean-Luc Tréberne
06 89 06 95 88 aiglecyclo@audax-uaf.com
Aigles Marche : Patrice Massaud
06 32 71 77 74
homologmarche@audax-uaf.com
Aigles Natation : Éric Lecordier
06 51 10 77 00 natation@audax-uaf.com
Aigles Rame - Ski de fond :
Gérard Maurice 01 69 34 29 89
homologrameski@audax-uaf.com
Médailles toutes disciplines :
Patrice Massaud 06 32 71 77 74
medailles@audax-uaf.com

Autres fonctions :
Challenge R Boutin : Marcel Lecoeur
06 85 10 41 64 chboutin@audax-uaf.com
Correspondant FFCT Commission Jeunes :
Jen-Luc Tréberne 06 89 06 95 88
correspjeunes@audax-uaf.com
Dossier Pilote Cyclo : Jean-Luc Tréberne
06 89 06 95 88 dospilote@audax-uaf.com
Communication :
Facebook :
Éric Lecordier06 51 10 77 00
Site, revue :
Patrick Aguettant 06 09 47 90 70
comm@audax-uaf.com
Gestion du site : Patrick Aguettant
06 09 47 90 70 webmestre@audax-uaf.com
Bonneterie : Paulette Lecoeur
06 85 75 62 85 bonneterie@audax-uaf.com
Délégué Sécurité FFCT : Marc Julié 06 14
47 17 48 marc.julie@outlook.com I
Conseil des Sages :
Jacques Seray 09 64 03 96 47
conseilsages@audax-uaf.com

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 (1936-2019)
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 (FFRando) 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 1978
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 Marcel LECOEUR
10, allée des Colombes
27250 Bourgtheroulde
En provenance de l'étranger :
en euros par virement bancaire
(FR76 1027 8021 7000 0204 3960 148)

Des sites Internet
Visitez le site de l'UAF :
http://www.audax-uaf.com
Venez dialoguer sur le forum de l'UAF :
https://audax.easyforumpro.com
Retrouvez les Audax sur Facebook :
www.facebook.com/group.php?gid=13617750676

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 09:56 Page 3

L'édito du Président par intérim



Quel avenir pour l'U.A.F ?

Chers sociétaires et amis Audax,

Depuis la dernière revue des évènements ont marqué l'histoire de notre société : en premier lieu la disparition de Franck Rottier, sportif ultime qui a captivé par ses performances plusieurs générations. Un palmarès incomparable qui restera sans doute pour les années à venir la référence des marcheurs Audax. Plusieurs articles lui sont consacrés dans cette revue.
Nous n'oublions pas Beaudouin Rossius décédé il y a tout juste un an, l'UAF sous la direction de son Président marche Didier Daumain a commémoré en juillet, le premier anniversaire de sa disparition en organisant un brevet de 25km suivi d'un recueillement et d'un dépôt de plaque sur la sépulture à Livry-Gargan.

A la suite des deux années de restriction, les brevets marche organisés par les clubs franciliens et provinciaux connaissent une belle fréquentation. Le 200km proposé par Pierre Yves Godard et son équipe a été un succès, les participants ont salué à l'unanimité l'excellente organisation de cette manifestation.

Les brevets cyclo connaissent moins de notoriété mais nous pouvons féliciter les clubs qui organisent. L'U.A.F avait programmé Bordeaux Paris Audax et Paris-Brest-Paris Audax, deux organisations majeures et historiques attendues par les connaisseurs, malheureusement le nombre trop faible d'inscrits ne permettait pas d'envisager la tenue de ces manifestations. Une décision difficile à prendre pour les organisateurs et à admettre pour les participants, d'autant que la préparation de ces brevets demande un travail important et anticipé sur plus d'une année en amont.
Concernant les brevets cyclo, cette année démontre combien notre population est vieillissante, l'UAF ne possède plus dans ses rangs des capitaines de route aptes à s'engager sur de longs brevets Audax, il nous faut recruter, recréer un groupe, proposer des organisations plus en adéquation avec les difficultés sociales que nous connaissons ; peut-être réduire la qualité des prestations pour proposer des tarifs plus acceptables.

Cela ne vous a pas échappé, Jean-Michel Vincelot, comme il l'avait annoncé lors de notre dernière assemblée Générale, a démissionné de son mandat de Président, décision murement réfléchie suite à son déménagement en région Niortaise à quelques mois de la retraite. Il aurait été difficile alors de diriger à distance l'UAF.

Actuellement nous sommes 9 sociétaires élus au comité directeur, aucun habite à proximité immédiate du siège social qui a lui aussi déménagé pour se fixer à Montgeron (91).
Pour la majorité d'entre nous nous cumulons plusieurs fonctions.
Prenons le cas de Patrick Aguettant, ex Président que vous connaissez bien, il a en charge la bonne tenue du site informatique, de la confection et de la tenue du calendrier, de la conception de la revue des Audax, et bien plus encore. Il lui faut faire preuve de réactivité, de disponibilité car nous sommes sollicités tout au long de l'année.
Malheureusement cet état de faits concerne la quasi-totalité des membres élus. Pour certains la fonction exercée à l'UAF se cumule avec des mandats dans d'autres associations.
En 2024 nombre de membres du comité directeur ne renouvelleront pas leur candidature à l'élection au C.D.

Quel avenir pour l'UAF ?

Que deviendront alors le calendrier, les homologations, la revue, les organisations ?

A terme c'est la mort de l'UAF que je vous annonce.

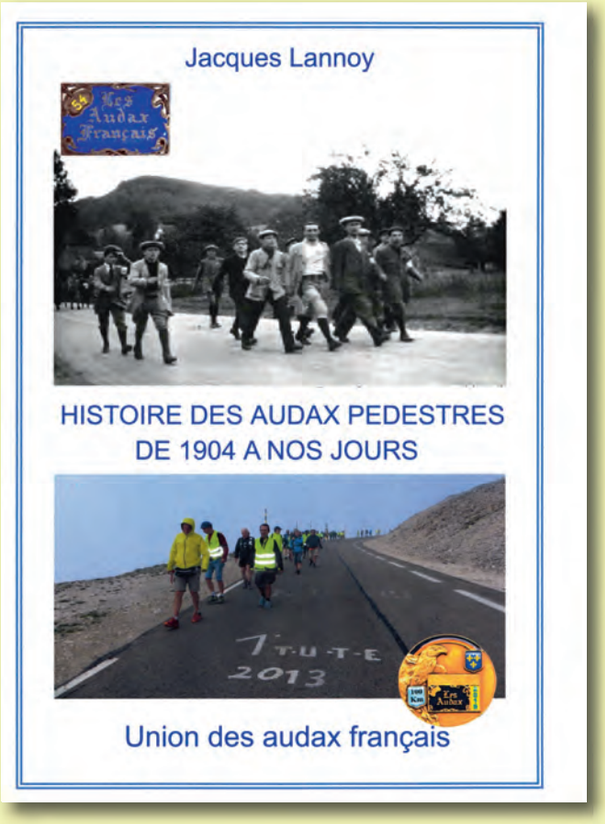
Alors, c'est sans retenue que j'exprime un S.O.S. : il nous faut trouver sans attendre des sociétaires en nombre, motivés et organisés pour suppléer et remplacer à terme les élus actuels.

Les savoirs faire recherchés : Informatique, gestion administrative, communication.
Les savoirs être : Disponibilité, adaptabilité, désintéressement.

Une connaissance du fonctionnement des fédérations FFCT et FFRandonnée est nécessaire.
Si vous désirez candidater à l'élection au comité directeur lors de de la prochaine assemblée générale qui se tiendra le samedi 7 janvier 2023 , n'hésitez pas à le faire savoir avant le 15 octobre 2022 en écrivant à secretaire@audax-uaf.com (lettre de candidature et de motivation).
Pour la survie de l'Audax nous comptons sur vous !

Eric Lecordier.
Secrétaire Général.
Président par intérim.

HISTOIRE DES AUDAX PEDESTRES DE 1904 A NOS JOURS



ouvrage de Jacques Lannoy



Venez vous plonger au sein des groupes d'Audax au début du 20ème siècle, époque où les ravitos se faisaient à la musette ! Allez aux sources, en Italie fin 19ème sur les traces des premiers audacieux.

Retrouvez l'histoire de l'Aigle d'Or, objet de toutes les convoitises. Suivez les pas des premiers 200 km, le graal des marcheurs audax.

Emboîtez le pas des légendes que furent Raymond Viala, Paul Rousseau dit Paulus, Baudouin Rossius et Frankie Rottiers détenteur de 75 aigles d'or !

Découvrez la saga des médailles audax qui, malheureusement, ne font plus recettes aujourd'hui !

380 pages de lecture abondamment illustrées .....!

Bon de commande

33,00€ + 9,00€ de frais de port.
L'ouvrage pourra dans certain cas être retiré sur un brevetAudax sans frais de port.

Nom : **Prénom :**

Adresse postale :

Adresse mail : **Tél :**

Chéque à l'ordre de l'Union des Audax Français à envoyer à :
Éric Lecordier 21, rue du Puits Tournant 45500 POILLY-LES-GIEN
06.51.10.77.00 secretaire@audax-uaf.com

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 09:53 Page 5

La chronique du rédacteur



Voici la deuxième revue que je prépare.

Après plusieurs relances suffisamment d'articles m'ont été envoyés permettant cette édition.
C'est avec le même plaisir que j'ai mis en page ces récits m'étant parvenus.

Si vous souhaitez plus de revues dans l'année pour revenir peut être à une parution trimestrielle, il nous faut "de la matière", des articles relatant vos brevets, mais aussi de leur préparation par exemple par les organisateurs, les souvenirs de brevets anciens. N'hésitez pas à en parler à vos participants.
Il y a encore de nombreux brevets à réaliser d'ici la fin de l'année pour alimenter une prochaine revue.
Le dernier reçu traite du 20 heures de Chaumes-en-Retz les 25 et 26 juin... Rien concernant ceux ayant eu lieu de juillet à ce jour ...
Il serait très intéressant également d'avoir plus d'articles concernant vos souvenirs "les anciens" de l'UAF pour les partager sur ces pages en alimentant la rubrique "dans le rétro".
Un rappel : les articles doivent me parvenir sous Word sans photos insérées. Elles doivent être expédiées à part et impérativement en haute définition.
Ces deux revues annoncent malheureusement l'une et l'autre le départ de deux grands marcheurs, des piliers de l'Audax, la précédente celui de Baudoin Rossius et celle ci celui de Frank Rottiers mais il y a par ailleurs de nombreux articles relatant les brevets réalisés depuis le début de cette année. Une reprise tant attendue avec des récits Baudoin et Frank auraient aimé lire et plus encore participer à ces brevets marche.

Je voudrais à présent commenter l'édito d'Éric, notre président par intérim.
Il est clair. Sans relève des membres sortants du Comité Directeur l'avenir de l'UAF est compromis !

Pour rappel,
Quatre membres du Comité Directeur confirment ne pas se représenter aux prochaines élections.

Jean-Michel Vincelot : ne fait plus partie du Comité Directeur ayant démitionné suite à son déménagement comme il l'avait annoncé lors de la dernière assemblée Générale après 11 années au service de l'UAF, 6 en tant que vice-président cyclo et 5 en tant que président et VP Cyclo avec l'organisation des brevets UAF durant ces 11 années.

Éric Lecordier : 6 années au Comité Directeur en tant que Secrétaire Général et de nombreuses tâches additionnelles prenant beaucoup de son temps et en cumulant la fonction de Président par intérim depuis le 25 mars 2022.

Jean-Luc Trèberne : 19 années passées au Comité Directeur avec de nombreuses fonctions, homologation des brevets et aigles cyclo, responsables des randonnées permanentes, délégué UAF auprès de la FFCT, Co-organisateur de certains grands brevets Cyclo, responsable des randonnées permanentes,

Patrick Aguettant : ça fera cette année pour ma part 19 ans également avec diverse fonctions dont 6 ans en tant que Secrétaire Général et 4 ans en tant que Président. Actuellement j'ai en charge la gestion du calendrier et de la revue ainsi que la co-gestion du site avec Marcel Lecoeur.

Nous avons tous donné beaucoup de notre temps sans compter pendant ces nombreuses années. Il est temps que la "relève" arrive aux postes de responsabilité pour prendre le relai et éviter que tout s'arrête après 118 ans ! Ce n'est pas imaginable ! Il y a de nombreuses années que nous alertons sur le devenir de notre Association à terme.
Nous voilà à l'échéance, il faut réagir très vite !

Patrick Aguettant.

Prochaine Assemblée Générale de l'UAF
le samedi 7 janvier 2023
salle polyvalente le Nouzet
91230 Montgeron

Nécrologie



TOT ZIENS, M. ROTTIERS ! (Au revoir)



Franck notre ami, te voici rendu au paradis des marcheurs. Tu vas nous manquer, tu nous manques déjà, tellement on avait l'habitude de te voir dans nos pelotons, et tant ta personnalité était attachante. D'Anvers tu venais, du haut de ta Belgique natale, arpenter de ta démarche décontractée et … si facile les routes de nos belles provinces. On te voyait partout, et on était tellement habitué à ta présence que, quand tu étais absent, ça se remarquait, et on entendait « tiens, Francky n'est pas là ! ». Du haut de tes 75 Aigles d'Or, tu nous as épaté. Ta bonhommie, ta gentillesse, ta camaraderie étaient notable. Toujours souriant, humble … le super compagnon de marche dans un peloton Audax. Tu nous as quitté trop tôt, le « crabe » ayant pris finalement le dessus sur toi. Tu faisais plaisir à voir, tant tu étais toujours en pleine forme, ta santé rayonnante. Adieu Franck, tu rejoins Michel Dufour notre cher blésois et Édith Bruet, notre si sympathique dijonnaise, eux aussi partis si vite, tous 2, personnages si attachants et qui m'ont profondément marqué. Tous les 3, je ne vous oublierai jamais.
Ci-joint, 2 photos souvenir datant de 2016, lors d'un Audax de 50 kilomètres chez toi, à Merksem (banlieue d'Anvers) et 1 en 2017, lors d'un autre « 50 Audax » à Vernon, concocté par notre ami du SPN Vernon Michel Morvan.

Franck, tu faisais l'unanimité et tu avais … la banane,
allusion à ton fruit préféré et que tu mangeais en toute circonstance !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Michel Terrier









Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 17:28 Page 7

PORTRAIT
Frank Rottiers 75 aigles d'or

Frank Rottiers, l'homme d'Anvers, arpente les pelotons audax depuis de nombreuses années maintenant. Sa silhouette est bien connue des audax français puisqu'il marche beaucoup dans l'Hexagone. Pas un organisateur ne peut dire qu'il ne l'a pas eu au moins une fois sur un de ses brevets, d'au moins 100 km si possible. Mais on l'a aussi aperçu sur des 50 km comme à St Pierre des Corps, sur Paris-Meaux, à Vassivière, etc....
Premier aigle le 12/03 en 1988 à Gentbrugge, le deuxième suit à Leuven le 13 novembre, le troisième à Velaine-en-Haye le 29/04/89. A ce rythme là le dixième est atteint à Zuienkerke le 12/12/92, le vingtième à Dieulouard le 27/04/97, le trentième à Lommel le 03/03/2001, le quarantième à Haaltert le 12/12/2004, le cinquantième à Zandbergen le 27/04/2008, le soixantième à Lennik le 01/07/2012 et le soixantedixième à Hamme le19/03/2017 (Baudouin Rossius est dépassé !). Enfin le 75ème et dernier, à ses dires, est obtenu à Clugnat le 16/11/2019. Voilà un record qui est bien accroché !

C'est son ami Georges Duflou (aigle d'or n°177) habitant dans le même quartier à Merksem-Anvers qui lui a parlé des audax pédestres. Son premier brevet fut le 125 km en ligne Turnhout-Housse les 27 et 28 octobre 1984. Frankie eut l'occasion de faire des audax un peu partout en France ainsi qu' aux Pays-Bas, Angleterre, Allemagne, Danemark et Italie. Il effectue son premier brevet audax en France à Roubaix (75 km) le 30/01/88.
Avant de connaître les audax Frankie marcha beaucoup en allure libre, témoin ses trois fois 150 km en semi-compétition ainsi que de nombreux 100 km. Paris-Tubize, entre autres, figure aussi à son actif
Désormais après 35 années et 1000 (!!!) brevets nocturnes il veut dormir ! mais soyons sans crainte nous reverrons souvent Frankie et sa bonne humeur ainsi que ses éternelles bananes arpenter les brevets audax.
Vous trouverez ci-dessous le détail de son 75ème aigle d'or :

75 aigles d'or cela signifie :

146250 km ! soit : environ 3,5 x le tour de la Terre !

300 brevets de 25 km
225 brevets de 50 km
150 brevets de 75 km
750 brevets de100 km
150 brevets de 125 km
150 brevets de 150 km

Pas mal de nuits passées sur les routes,
sans compter les kilomètres en déplacement !
Bref cela occupe bien son temps.

Jacques Lannoy.





Les Audax du CC Orvault (44) … sont de retour !

Le vendredi 13 mars 2020, fin d'après-midi, nous rangions nos cartons jaunes préparés pour le premier de nos Audax, le brevet de 100 prévu le lendemain, les autorités nous ordonnaient de tout annuler, le coronavirus19 entrait en scène et le confinement était imminent. Ce n'est pas de gaîté de cœur que nous en informions tous nos participants.

Le Comité Audax du CC ORVAULT mis en sommeil n'a cependant, jamais cessé d'espérer et d'anticiper sur de futures organisations. C'est ainsi qu'en mars 2021 un 100 et un 150 Audax furent effectués en interne club, par groupe de 6 comme nous étions autorisés et des reconnaissances de futurs parcours réalisées.

En 2022, enfin le retour espéré, nous remettons le couvert, avec une pensée toute particulière et tellement attristée, pour Henri membre de cette petite équipe d'organisation, qui nous a quitté, victime d'un accident mortel sur son vélo lors d'une sortie en solo. Nous lui dédions l'un de nos brevets.

Nous avons mis au calendrier Audax, nos brevets habituels 100 – 150 – 200 et y avons ajouté un 300 en cette année de PBP. Notre belle équipe se remet en place :

- Bruno à la conception des parcours qui seront affinés par Laurent après reconnaissance sur le terrain,
- Laurent aux feuilles de route et aux traces GPX,
- Michel aux déclarations et aux relations avec préfecture et collectivités,
- Camille au calendrier, à la réception des inscriptions et aux homologations,
- Christian, notre président, au site internet du CCO pour la communication, les inscriptions en ligne et la responsabilité globale de l'organisation,
- Gérard aux cartons jaunes,
- Philippe animateur du groupe de prépa, à la mise en selle, constitution des groupes, désignation des capitaines et serre-files, réservations multiples,
- Nicole toujours très impliquée depuis l'origine de nos Audax,
- y ajoutons une belle brochette de bénévoles qui préparent l'accueil, la première pause et le retour des participants sur le site du Complexe Sportif.

Samedi 12 mars, le 100 Audax



Après ces deux années blanches, de belles retrouvailles, des sourires complices échangés, quel plaisir de retrouver les amis cyclos voisins et d'accueillir de nouveaux participants qui viennent découvrir ce que Audax veut dire.

Au menu, un dénivelée de 617 mètres pour les 92 inscrits. La participation est au rendez-vous, presque au niveau de 2019. 6 groupes prennent le départ, chacun avec deux capitaines de route et deux serre-files, avec chasubles rouges floquées CC ORVAULT.

Sans aucun doute, la convivialité n'a pas été touchée par le coronavirus 19, bien au contraire, et la bonne humeur avec la discipline de l'Audax font toujours bon ménage.

Parmi les participants, un groupe de 8 anciens coureurs à pied de La Chapelle-sur-Erdre qui pratiquent le vélo entre copains, sans affiliation à un club, découvre l'Audax. Ils aimeront tellement la formule que la grande majorité fera la série 100-150-200.

Nous accueillons nos voisins du club de Saint-Herblain au nombre de 14, que nous retrouverons nombreux aussi sur les 150 et 200.

Gilles le président du Club de Thouaré a su motiver ses adhérents pour participer nombreux (9) à nos différents brevets, comme préparation en vue de parcours itinérants de longue distance programmés par leur club. L'Audax, un bon outil de préparation, pour aller de plus en plus loin !

Pour la première pause, nos bénévoles offrent café et brioche, au pied de la Centrale électrique de Cordemais qui brûle ses « derniers charbons » ?

Les marais de Donges où les grandes eaux de l'hiver se sont retirées constituent la portion plate de notre parcours. La météo nous a réservé ce qu'elle avait de meilleur pour la saison. Merci miss Météo.

Samedi 19 mars 2022 - le 150 Audax « Souvenir Henri Ménard »



Le temps clément incite un grand nombre de cyclos à poursuivre la série Audax, pour un parcours plus au nord avec un dénivelée de 1065 mètres. Ils sont 91 à prendre le départ.

Une pause-café est servie dans le petit bourg de Saint Emilien de Blain et apprécié comme toujours par nos cyclos déjà bien en rythme côté jambes et côté langue aussi.

La vallée de Juzet et le Don constituent le marqueur touristique d'un bien joli parcours, où dame nature a préparé ses pastels printaniers. La pause casse croûte proposée par les organisateurs est prise sous le préau municipal du Dresny de Plessé (44).

La suite du parcours se déroule sans souci particulier hormis pour quelques cyclos accusant un manque de km, qui apprécieront d'autant de terminer au sein du groupe et dans le temps imparti. Et beaucoup se donnent rendez-vous au samedi suivant pour le 200. De là à dire : « samedi en mars, j'peux pas… j'ai Audax ! ».

Samedi 26 mars 2022 - le 200 Audax « Souvenir Gilles Crémet »

Encore une fois les prévisions météo favorables ont donné le sourire aux 66 participants inscrits. 4 groupes sont formés, toujours encadrés par deux capitaines au gilet rouge avec deux serre-files en sécurité. Ce sera cap au nord, pour un dénivelée de 1335 mètres, avec déjeuner à Châteaubriant (44) tout juste face à la gare SNCF, ce qui aura son importance pour la suite.

Parmi les participants, un groupe de 4 tranche par sa jeunesse et sa décontraction au regard des habitués de nos Audax. Ils ont été les premiers inscrits dès le 3 janvier, c'est dire s'ils étaient motivés. Nous avons recueilli les impressions de cette fratrie de Grenoble, Nantes et Paris (2 frères, une sœur et son compagnon) sur cette aventure Audax en forme de défi.

Eléonore et Robin (son compagnon) de Paris :

« Un réveil difficile à 5 heures saveur banane. Le départ les mains surgelées je prends bien le rythme c'est sympa. Çà roule tout roule petite pause gâteau et les mains se réchauffent bien.

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 17:39 Page 9

Tartinade de crème solaire (eh oui soleil de mars). On repart ,c'est plus dur et je suis contente de me fixer ce challenge d'aller jusqu'au restau !
J'aperçois le soleil au bout d'un champ d'un vert éclatant c'est magnifique. Et puis ça devient dur, suivre la roue de devant, aller ! Heureusement mes deux grands frères Mat et Alex sont là pour me pousser dans les 7 derniers km.
Le déjeuner, la sieste et le soleil !
Heureuse d'avoir réussi mon défi, les 100 km à 22.5 km/h de moyenne, et bien sûr d'être avec Robin, complice, sparring partner, d'être tous les deux dans cette randonnée pour partager nos émotions
Comment en suis-je arrivée à participer à cet Audax ?
A Noël dernier, Alex a offert à Mat cet Audax. En les entendant en parler, j'ai trouvé cela chouette, je leur en ai fait part et ils m'ont accueilli dans ce projet. J'ai embrigadé Robin. Je n'ai pas pris conscience de l'envergure de 200 km. Après un entraînement de 100 km à 18 km/h deux semaines avant l'Audax, notre idée était d'arriver au restaurant, je suis donc très contente. »

Alexis de Grenoble :



« Au départ c'est mon frère Matthieu le passionné de vélo de la famille qui nous a convertis avec ma sœur.
Moi, je suis plutôt le touche à tout en sport. Après un passage par des compétitions variées amateurs, j'ai voulu arrêter les dossards et les statistiques et rester dans le plaisir et la passion. C'est comme ça que je suis tombé sur la page internet des Audax. L'état d'esprit m'a plu, j'ai décidé d'y inscrire mon frère pour Noël, et ma sœur s'est jointe à l'aventure par la suite. Finalement si une chose nous rassemble tous les 3, c'est bien le vélo !
L'expérience était super, l'allure permet de se parler et de profiter des paysages, les gens sont sympas, diverses et s'entraident. Loin de l'ambiance élitiste de compétition.
Une belle image du vélo accessible à tous et une organisation au top, encore merci au Cylco club d'Orvault ! »

Matthieu de Nantes :
« Cette année à Noël j'ai eu un beau cadeau : un grand tour à vélo avec mon frère, un peu où je veux. Avec mon frère Alexis, souvent nous parlons de brevet, du mont Ventoux, des pauses saucissons de l'Ardéchoise, de sorties du dimanche à la mer, des pistes cyclables grenobloises et même parfois de vélodrome. Nous sommes deux amateurs de vélo sous toutes ses formes: urbaine, sportive, vélorutionnaire et cyclotouristique. Mais ni l'un, ni l'autre ne connaît encore l'Audax !
Notre petite sœur, Éléonore, cycliste du quotidien, se joint à notre enthousiasme. Ce sera donc une sortie Audax de 200 km quand même ! C'est bien connu, plus l'enthousiasme est partagé, plus il grandit. Il contamine Robin, le compagnon d'Éléonore.
Nous y voilà, le samedi matin du départ, à 5 heures du matin, à la table du petit-déjeuner, un groupe franchement hétérogène : moins de sommeil, moins d'entraînement, moins de matériel, moins d'appétit : mauvais tirage pour Éléonore et Robin.
Sur le départ, bien accueillis par l'équipe du cyclo-club d'Orvault et le soleil qui se lève, la cadette de notre fratrie reprend du poil de la bête. Je suis content, les conditions sont superbes et je profite à fond de cette rare occasion de pédaler dans le bocage en famille. Habitué et entraîné par les longues distances, le froid matinal n'atteint pas ma bonne humeur. Pour Éléonore c'est un peu différent: sans gants dans les descentes, ça pique ! Avant les 100 km, leur record personnel battu, le couple peine à trouver l'énergie pour boucler la matinée. Encore 20 km avant Châteaubriant et le restaurant. Ouf! bel exploit et excellent choix pour le restau. Bravo !
Alexis et moi, nous repartons avec le peloton ; Éléonore et Robin profiteront du soleil en attendant le train qui les ramènera à Nantes. Le soleil d'après-midi m'aura réchauffé la parole, la route sera plus propice à la discussion. Sur fond de chaîne de vélo, dans la transe du pédalage des grandes distances, un bel échange s'installe avec Alexis. Ce sera aussi l'occasion de rencontrer nos super capitaines ! Merci pour les relais camarades ! »
Au final, le jeune couple est rentré avec une belle satisfaction à la mesure du défi qu'il s'était donné, très heureux de son expérience audacieuse. Quant à nos deux sportifs aguerris, ils ont apprécié cette découverte et se disent prêts à revenir sur ce genre de pratique cyclotouriste. Cela nous fait chaud au cœur ! Merci à eux et au plaisir de les retrouver sur nos parcours.

Samedi 9 avril 2022 - le 300 Audax

Il est 4 h 30, une température très proche de zéro ne rebute pas les 20 cyclos (dont une cyclote) qui se préparent pour une grande journée vélo. Pour certains ce sera même le premier 300, une découverte. Nous partons vers le nord et l'Ille-et-Vilaine pour un dénivelée de 2190 mètres.
A 5 heures, deux groupes encadrés par des capitaines au gilet rouge CCO de haute visibilité s'élance dans la nuit claire, bien éclairés sur des routes endormies. Les conditions météo s'annoncent encore exceptionnellement belles, passé le petit matin bien frais avec une légère brume dans la traversée forestière du Gâvre.
A 7 h 30, un petit déjeuner de qualité est servi à ces audacieux, au P'tit Resto de Langon(35) où la patronne sait accueillir et mettre de l'ambiance.
A l'arrêt de Guignen (35), une cyclote locale offre deux bouteilles de cidre du cru à notre groupe qui lui semble bien sympathique. Embarqué dans la voiture d'accompagnement, ce breuvage breton sera apprécié au retour à Orvault.
Le repas de 13 heures sera pris à La Guerche de Bretagne où l'Hôtel du Faubourg fait son possible pour servir ces cyclos bien courageux, venus de loin.
Le parcours fait de petites routes tranquilles découvrant des panoramas de campagne bretonne, couleur jaune colza, au gré des bosses et des fonds de vallées. Nos cyclos y règnent en maître au regard de si peu de voitures riveraines. Le dénivelée est conséquent mais son bon dosage permet à la fois de le maîtriser et de l'apprécier. Le tracé varié de Bruno donne à découvrir cette portion d'Ille-et-Vilaine au nord de Rennes agréablement vallonnée avec l'envie d'y revenir.
Le retour à Orvault peu avant 22 heures se fait tout sourire et le plateau repas partagé par ces vaillants cyclos est une belle façon de clôturer de manière conviviale cette longue journée de vélo.



Les Audax du CC Orvault (44) … sont de retour ! (suite)

Merci

Un très grand merci aux 159 participants à un ou plusieurs de nos brevets avec une mention particulière pour les clubs venus en nombre. Leur satisfaction exprimée à l'arrivée constitue la meilleure des récompenses pour le CC ORVAULT et aussi pour tous ceux qui continuent à faire vivre cette belle pratique solidaire et conviviale. Merci particulier à nos capitaines courage locaux ou invités qui ont si bien assuré dans les vents contraires.



Et maintenant, place à une nouvelle saison Audax en 2023 à préparer pour rester à la hauteur des attentes.

Lorsque nous avions organisé nos premiers Audax en 2018, avec la « bénédiction » de notre délégué national Jean-Luc, ce fut une belle réussite, la réussite des débutants, disions-nous. Il est permis de penser que les conditions étaient donc bien réunies pour pérenniser positivement ces organisations Audax et leur donner un bel avenir.

L'Audax ou l'autre façon d'allonger les km en toute sérénité. L'énoncé des distances en centaines de km fait généralement peur aux néophytes en la matière. Mais cela peut être démystifié en insistant sur la manière dont sont conduits ces brevets de moyenne et longue distance en Audax. Nous avons eu ainsi l'occasion d'informer sur cette pratique que beaucoup de cyclos ne connaissent pas tant la communication est exclusive sur les BRM et le fameux PBP randonneur.

La FFvélo qui met en avant les longues distances, semble ignorer l'existence de ces organisations conviviales que sont les Audax. C'est regrettable, en effet, ces brevets ne sont-ils pas tout à fait complémentaires des BRM. Selon les âges et l'expérience, de l'un à l'autre, il n'y a pas de meilleure parelle pour réaliser les défis que l'on se donne.

« Qu'on me donne l'envie, l'envie d'avoir envie» comme chantait Johnny !

Camille Robert

Cyclotouristes Alençonnais 200km de Damigny (61) le 19 mars

Quand j'arrive à la salle à 6 h15, je suis attendu. Les 30 participants ont des fourmis dans les jambes, cela fait longtemps que ce brevet est en projet. Certains sont venus de loin à vélo la veille, des connaisseurs de ce genre de brevet, des novices, mais surtout des anciens. Une femme est des nôtres, un mineur aussi, ce qui n'est pas fréquent à 17 ans, faire un 200 cela fabrique des souvenirs. Il découvre pour la première fois le « savoir rouler ensemble » avec des capitaines de route & allure régulée.

L'accueil est assuré par Marie-Françoise aux cafés, Gégé aux casse-croûtes, Gilles à la distribution des gâteaux et Serge aux pointages et signatures des cartes de route. Les cyclos arrivent, un peu fébriles pour certains, d'autres enthousiastes de renouer les liens avec les copains. Nous ne sommes pas aussi nombreux que souhaité, mais les inscriptions ont dépassé nos attentes compte tenu de la période que nous venons de traverser.



Deux groupes A & B sont formés, ils partiront à quelques minutes d'intervalle. Le groupe A est prêt à partir, l'heure du départ arrive vite. À peine le temps de donner les consignes et les cyclos s'élancent pour les 45 premiers km. Le groupe B se prépare, tous ne sont pas prêts, 10 minutes plus tard ils partent à leur tour. Marie-Françoise et Gégé finissent les casse-croûtes. Avec Gilles, nous fermons la salle et prenons la route.

Sur la route nous rattrapons Baptiste, il n'a pas anticipé une crevaison qui l'a mis à la bourre et lui fait manquer le départ. Nous le rassurons sur ce retard, il s'accroche à son guidon et se bat comme un diable, Semallé… Larré… Éssay… toujours à fond. Peu avant Sées, il recolle. J'espère que les efforts fournis ne lui porteront pas préjudice pour la fin de ce brevet. Nous les suivons jusqu'au Carrefour de la Lune, il va falloir que nous prenions une autre route pour arriver avant le groupe A à Mortrée. Nous devons installer la table de ravito. En arrivant, venant de droite nous apercevons les premiers cyclos. Le temps qu'ils fassent le petit détour nous permet de préparer l'accueil.

Ils sont justes à l'heure, le niveau pour un début de saison est plutôt bon pour un Audax à la mi-mars. Dans ce groupe, cinq étaient déjà sur la reconnaissance. Michel et Raymond sont inscrits pour le PBP Audax prochain.

Avec Gilles, nous avons prévu des boissons chaudes, elles sont les bienvenues. Le soleil brille, mais la température est toujours fraîche. Quand le groupe B arrive, le A est prêt à partir. Les cyclos font connaissance, l'ambiance est bonne. Les 15 minutes de pause passent vite, le peloton repart, Hubert est retardé par un porte-bidon récalcitrant. Mis à part la fraîcheur du matin, le premier accueil s'est bien déroulé.

Quand nous pensons rattraper le groupe B, nous ne voyons qu'Emmanuel, il attend son collègue Hubert qui s'est égaré du coté de Surdon. Pour qu'il puisse recoller au groupe, nous lui conseillons de filer avec le peloton et ne pas attendre. Nous faisons demi-tour et récupérons Emmanuel dans Surdon. Il va falloir qu'il en mette un coup pour revenir sur son groupe. Nous lui indiquons les axes à suivre, qu'il ne perde pas de temps avec un GPS récalcitrant pour arriver à Trun. Au chrono le premier peloton doit être sur la dernière ligne droite avant

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 17:58 Page 11

Bourg-St-Léonard. Nous coupons encore, il nous faut les rattraper et les doubler dans les derniers kilomètres. Nous souhaitons que les poursuivants n'aient pas besoin d'assistance. Avant dernière côte, nous doublons pour aller « mettre la table ».
Trun, toujours dans le timing, tout va bien dans le peloton A, les cyclos profitent bien du ravito. Avec Gilles nous remplissons au fur et à mesure les plateaux. Quelle chance d'avoir cette météo, les 10° sont dépassés. Le groupe A part, Le groupe B arrive au complet, c'est plus calme qu'au départ, le rythme de croisière est adopté. L'étape 3 est un peu plus dure, mais aujourd'hui il n'y a pas de vent. Nous suivons les cyclos sur les premiers km pour couper à Pierrefitte en direction d'Argentan. Pas de chance pour Marcel, il sera victime d'une crevaison juste après.Argentan, nous arrivons au restaurant 10 bonnes minutes avant tout le monde. 3 cyclos d'Alençon sont sont venus à notre rencontre pour participer un peu à la fête. Les tables sont réservées, les buffets installés, le premier groupe n'aura plus qu'à s'installer et prendre un bon temps de récupération. Ils ont un petit retard, mais sur une pause de 1 h 40 cela ne paraîtra pas. Le groupe B, suite aux crevaisons arrive plus de 30 minutes après, mais avec le sourire.

L'étape n°4, 40 km. Les cyclos ont bien profité de la pause repas, le premier groupe est prêt depuis longtemps, il faut les



tempérer pour qu'ils n'anticipent pas le départ. 13 h 50, c'est l'heure, les 2 pelotons repartent avec 10 minutes de décalage. Dans le véhicule nous suivons les vaillants cyclos, l'excitation du matin est passée, place à la lucidité du randonneur, il doit savoir gérer son effort sur la journée, et elle n'est pas finie. Il nous faut couper du côté de Carrouges pour installer le ravito de Lignières-Orgères. Nous choisissons un petit coin à l'abri du vent, nos combattants du jour commencent à ressentir la fatigue. Ils font honneur aux friandises et fruits que nous leur proposons. Toujours ce même décalage entre les équipes, mais les poursuivants semblent un peu plus émoussés.
C'est reparti pour la cinquième étape, une surprise les attend au km 153, une très jolie montée vers St Calais-du-Désert. Avec Gilles, nous faisons une petite halte à Pré-en-Pail à la demande de notre cyclote Dominique, pour le pointage du BPF, puis nous rattrapons le groupe B dans la montée de la Corniche de Pail, certains en souffrances, mais tous ensembles. Nous coupons pour doubler le groupe A peu avant le dernier pointage de Saint Pierre-des-Nids. À peine le temps d'étaler les fruits et gâteaux qu'ils s'installent. Ils repartent pour les 20 km restants, avec juste une petite côte à la sortie de Saint-Cénéri-le-Gérei et c'est gagné. Nous attendons un bon moment le groupe suivant. En arrivant Jean-Pierre nous informe que la solidarité lui a été très utile dans la Corniche-de-Pail. Tous les rescapés de cette aventure sont très heureux d'être arrivés jusqu'ici, le plus dur est fait.
Nous remballons nos affaires, nous ne traînons pas trop en arrière du groupe car il nous faut être à la salle des Terres Noires avant les premiers randonneurs. À l'arrivée, tous sont là devant le portail, pour cette fois nous n'avons pas rempli le contrat. La prochaine fois nous nous organiserons autrement avec des bénévoles prêts à les accueillir.
Personne ne nous en tient rigueur, l'ambiance est conviviale. Ceux venus pour découvrir ce qu'est un brevet Audax sont ravis de cette nouvelle expérience, les connaisseurs sont heureux de retrouver cette complicité perdue en ces temps de pandémie.
Sur les 31 engagés de cette aventure, 27 ont réussi le challenge, 3 ont quitté au fil du parcours et malheureusement un non partant pour cause de mauvaise rencontre lors de son trajet pour venir prendre le départ.
Je remercie l'ensemble de nos valeureux bénévoles qui m'ont soutenu pour l'organisation de ce brevet. La bonne humeur de Gilles tout le long de cette journée. Les conseils bienveillants de Dominique et l'aide de Gérard pour les locations du véhicule et de la salle de son association.
Je félicite et remercie tout particulièrement l'ensemble des participants pour leur esprit d'équipe qui a contribué à la réussite de cette journée et leur décerne le grand prix de la camaraderie.
Petite remarque à tous, en toute convivialité, car tout ne peut-être parfait, j'ai constaté une tendance à prendre une large partie de la voie de circulation qu'il nous faut partager avec les autres véhicules, sécurité, sérénité oblige, ensemble soyons vigilants.
J'ai pris beaucoup de plaisir dans cette organisation et espère vous retrouver tous sur d'autres brevets.

Éric, le monomanivelle du CTA.

Enfin, en ce matin de mars, je vais enfin réaliser un brevet longue distance Audax. Celui-ci, comme beaucoup d'autres, était au calendrier 2020.
Une trentaine de cyclo(tte)s sont présents au départ, tous viennent d'horizons divers (Orne, Sarthe, Eure & Loire, Eure et j'en oublie).
L'organisateur nous a divisés en deux groupes afin de faciliter la circulation autour de nous. Et il a déjà désigné les capitaines de route (4 par tronçon) qui vont entraîner le groupe avec une belle régularité afin que tous relient l'arrivée sans trop souffrir.

Pour notre groupe serre-fil (derrière nous plus personne), nous partons quelques minutes après nos collègues du premier groupe. Nous démarrons à 7 h 00, juste au lever du jour sous un ciel bleu avec une promesse de soleil, mais un vent qui souffle de Nord-Est (plein bille).
Dans les deux groupes, quelques crevaisons à cause de l'état des petites routes au printemps vont pimenter la randonnée. Le parcours nous emmènera dans les campagnes au Nord d'Alençon ou nous côtoieront de sublimes haras et des châteaux dans leur écrins baignés par le soleil.
Désolé pour le manque de photo pour les sites remarquables, mais je n'étais pas sûr que si je mettais le pied à terre pour prendre une photo, j'aurais les cuisses pour rattraper le peloton.

Éric Broust.

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 18:04 Page 12

CCF 100 km du 20 mars (83)

Après 2 années d'absence, le CCF retrouve la place de la Liberté.
A 06 h 00, le minibus arrive avec les premiers bénévoles. Quelques difficultés pour monter le barnum, une bâche neuve mais aussi une perte du savoir-faire, ensuite, mise en place du point d'accueil du café et de la table de pointage.
A 07 h 00, arrivée de nos amis cyclos Hyérois, Christian leur propose une petite collation, Bobby délivre la carte de pointage, et à 07 h 30, notre starter officiel, Jean-Jacques leur donne le départ.
Doumé et son équipe (Raoul, Jean-Pierre, José, Robert et Michel Blasco (nouveau membre et déjà bénévole) partent en direction du point de ravitaillement et de contrôle à La Celle.
Les départs s'effectuent toutes les 10 minutes. Des groupes de 8 à 12 cyclos, menés par un capitaine de route, chargé de faire respecter la moyenne de 22,5 km/h, mais aussi, il applique la devise des « Audacieux » **« Partir ensemble, arriver ensemble »**.
Les clubs voisins ont répondu présents, on retrouve le TPG, l'USC La Crau, le C.C. La Cuersoise.
Venus de plus loin, nous apprécions la présence de clubs fidèles à nos organisations : l'Union Cycliste et Pédestre Londaise, l'Esterel Club Cycliste Adrets et le club Sanary Cyclo.
Les CCFadas sont aussi présents (5), je n'oublie pas les 7 cyclos, qui ont accompagné Bernard lors du fléchage et Bobby qui l'a effectué en solitaire.
Au total 65 participants, dont 4 cyclos individuels et 11 féminines.
A 08 h 30, le dernier groupe s'élance, le retour des premiers cyclos devrait être vers 12 h 00, il va falloir meubler ce temps mort.
Mais l'ouverture de la Crêperie du CCF et la formation de 2 nouveaux volontaires va bien nous occuper. Notre crêpière en chef Marie-France retrouve avec plaisir les « bilig ». Sa nouvelle assistante Evelyne, découvre les gestes clefs de la parfaite crêpière, elle profite aussi du savoir-faire de notre technicien breton Jean-Jacques, il l'aide à maîtriser le « rozell » et le « spanel », les ustensiles indispensables à la bonne réalisation des crêpes. Evelyne progresse rapidement, et les crêpes sont de plus en plus belles. Le second poste vacant « assistant sucrier » est brigué par Hubert. Il acquiert assez vite le bon geste.
A 11 h 30, mission accomplie, les crêpes sont terminées, le jury attend l'avis des cyclos avant de délivrer les diplômes.
A 11 h 45, arrivée du 1er groupe, un large sourire illumine les visages des cyclos, et témoigne de leur grande satisfaction, fléchage parfait (Bravo Bernard) et ravitaillement copieux.
Et surprise pour eux, des crêpes pour clôturer leur matinée cyclotouriste.
13 h 30, le dernier groupe se présente, mais une cyclotouriste n'a pas pu suivre la moyenne, accompagnée par les cyclos de son groupe, elle rejoint plus tard la place de la Liberté. La devise a été appliquée.
Avant de se quitter, les bénévoles boivent le traditionnel verre de l'amitié, et avec l'avis unanime des participants, le jury



breton décerne le certificat de « crêpière » à Evelyne, et d'assistant sucrier à Hubert.
Notre Brevet Audax 100 km 2022 est un succès, parole des participants !
Un grand merci à tous les membres du CD et aux bénévoles Evelyne, José, Robert et Michel.
Je n'oublie pas non plus Claude E. Présent à 06 h 00, mais souffrant, je lui ai demandé de rentrer chez lui, je sais que nous le retrouverons sur la prochaine manifestation ;
Une pensée aussi pour Gilles et Michel B, des membres toujours présents, nous leur souhaitons un bon rétablissement.

Notre prochain rendez-vous les 21 et 22 mai 2022, La Farlèd'Cyclo.

Amicalement et sportivement mais elle se réjouit du volontariat d'Evelyne.
Evelyne une candidate pour le poste de crépière !

René Lepezron.



Vélo Club Brésollais Brevet d'initiation Audax 100 km. 26 mars à Bressols (82)

Ce brevet a été organisé par la nouvelle équipe du CODEP 82 et le club hôte du VC Bressolais après 2 années sans brevet du à la pandémie.
37 cyclos de 10 clubs, dont 9 du Tarn et Garonne, se sont retrouvés pour participer au traditionnel brevet d'initiation AUDAX de 100 km sous un soleil radieux.
Cette formule proposée chaque année par le CODEP 82 de la FFVélo consiste à effectuer la distance en groupe à allure régulée (22,5 km/h) par des capitaines de route.
Cette année le vélo club Bréssolais chargé de l'organisation avait concocté un parcours vallonné aux confins du Tarn et de la Haute Garonne.
Malgré le vent d'autan la convivialité était bien présente et chaque participant a pu se réconforter lors des 2 pauses ravitaillements à Villaudric et Tauriac.
Chacun a pu regagner l'arrivée et commenter l'après-midi autour d'une collation bien méritée.
Tous semblaient pleinement satisfaits de l'accueil et de l'organisation du vélo club Bréssolais.

Pascal Barou



Que vous soyez cycliste ou marcheur
des centaines de photos sont à votre
disposition sur le site de l'Union des AudaxFrançais

Retrouvez les images de vos brevets :
http://www.audax-uaf.com/presentation/album-photos/

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 18:17 Page 14

CTLyon 200 km Audax Zig Zag Jean-Pierre Diaz 3 avril Miserieux (01)



76 inscrits (dont 14 féminines) mais 60 au départ. Une cyclote et 15 cyclos n'ont pas pris le départ. Messieurs, encore une leçon de ces dames, ce qui fait 22% de présence féminine sur ce brevet, bientôt la parité ! Record battu !
Il est 7 h 30 quand le premier groupe d'une trentaine de cyclos s'élance sur les routes de la Dombes, il fait froid mais pas de verglas !
Nous avions un bulletin météo très précis pour dimanche 3 avril - température de 0° C avec des rafales de vent du nord à 40km/h pour un ressenti à - 5°C et quelques éclaircies !
Mais vu l'épisode neigeux de samedi, nous craignions le verglas dû aux routes humides.
Pour ce faire avec l'aide de Jean Louis nous avons parcouru samedi en milieu d'après-midi les routes de la Dombes, c'était la fin de l'épisode neigeux et les routes étaient sèches ! Nous pouvions faire le brevet 200 sans l'écourter.
Le deuxième peloton également d'une trentaine de cyclos s'élance à son tour, la petite pause dans la magnifique ville de Châtillon-sur-Chalaronne sera la bienvenue.
Nous arrivons à Pont de Veyle, l'équipe ravito est présente pour une belle collation (salée, sucrée, boissons chaudes et boissons froides). C'est nouveau sur le brevet, le CTL a pris le relais sur le pépère club et après 50 km de course, tout le petit monde est très heureux de cet arrêt et de cette copieuse collation.
Cette année, Jean Marc avec son vélo couché tricycle nous a accompagné sur l'ensemble du parcours, tenez -vous bien avec un vélo de 20 kilos ! Quelle leçon de courage, de volonté, de pugnacité nous renvoie cette belle personne !
Jean Marc a un handicap, à la suite d'un accident, il a une perte d'équilibre c'est pour cela qu'il a choisi ce vélo couché tricycle. Merci Jean Marc pour cette leçon.
Au centième km c'est le déjeuner et Monsieur le Maire de Misérieux, Gabriel Aumonier nous rejoint au restaurant la « Bohemia».



Un discours sympathique à destination des cyclos, Gabriel Aumonier est un cyclo mais qui ne court pas dans la même catégorie que les audacieux, c'est un compétiteur sur des distances plus courtes. Merci à Monsieur le maire et l'amicale de Misérieux (Michèle et Gérard MIQUEL) de nous permettre de réaliser ce brevet et de nous accueillir pour le départ et l'arrivée dans ce local sympathique.
Je souligne la performance de Valérie et de l'équipe du restaurant le « Bohemia», qui a servi un repas copieux en une heure de temps. Bravo, c'est promis vous avez réussi votre défi et vous aurez votre brevet Audax de la bonne restauration.Après le déjeuner, il faut repartir, la température extérieure n'a pas énormément évoluée, il fait froid dans la DOMBES.
Le ravito à 150 km à Saint Nizier le désert est très attendu, très copieux encore, merci à John et à Pierre M, vous êtes parfaits.



Il nous reste une cinquantaine de km mais un arrêt pour la photo au château du Montellier permet au groupe 1 et au groupe 2 de se rassembler et Jean Marc et Alain arrivent juste. Les 25 derniers km se font dans la bonne humeur et avec quelques rayons de soleil (ce ne sont que les clins d'oeil de Jean Pierre)
Il est 19 h 12 quand les pelotons 1 et 2 arrivent à Misérieux, Jean Marc accompagné d'Alain S est bien à l'arrivée, merci Jean Marc, merci Alain et merci à tous les participants audacieux car le froid était bien au RDV ce dimanche 3 avril dans la Dombes.
Je tiens à remercier tous les capitaines, ceux de l'avant, et ceux qui, au milieu des pelotons, m'ont tenu informé de l'état des troupes, merci pour votre disponibilité, votre altruisme. Merci aux capitaines se trouvant à l'arrière du peloton, parfois leur rôle est de donner un coup main à un cyclo qui a un coup de « moins bien » et parfois un soutien moral, merci à vous.
Je remercie également Suzanne et Georges Dumortier dans la voiture ouvreuse dont l'un des principaux rôles est la sécurité du peloton, et on peut le dire ! un sans-faute pour eux, bravo !
Je remercie également Marinette et Pierre Gueydan, ainsi que Serge MUNIER dans la voiture suiveuse qui ont rassuré les quelques audacieux en difficulté, et qui ont contribué à la sécurité des pelotons.
Le CTL sera heureux de vous accueillir l'an prochain avec votre sympathie et votre bonne humeur. Encore une fois merci à tous.
Un grand merci à mon ami Jean Louis pour ce superbe tracé, testé COVID au dernier moment, il n'a pu se joindre à nous.

Georges Dalmais

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 18:19 Page 15

300km de Fontaine-le-Port le 6 avril 2022, une page se tourne !!!

Succédant au 200 km effectué le 9 avril par un peloton, dont presque la moitié des inscrits n'avaient pas pris le départ, effrayés par la pluie que nous n'avons point vue; une vingtaine de cyclos avaient décidé de se lever dès potron-minet afin de parcourir un itinéraire inédit mais reprenant certaines routes du 200 km en sens inverse.
Comme depuis le début des brevets 2022, j'assurais l'assistance en voiture suiveuse du peloton cette fois-ci accompagné par Claudie alors que les fois précédentes Paulette et Patrick m'aidaient aux pauses ravitaillement. Je les remercie chaleureusement. N'ayant pu pratiquer le vélo de route depuis le début de l'année pour diverses raisons, je me suis rendu compte de la difficulté de suivre un peloton afin de le sécuriser pendant toute la durée du brevet ; alors quand Jean-Luc effectuait cette tâche pour un 1000 km ou plus… !!! Bravo à lui.
Sous la conduite principalement de Pascal, fidèle parmi les fidèles et capitaine de route apprécié, le peloton arriva dans les temps impartis à la halte petit déjeuner de Saint Julien du Sault, étape fort appréciée que nous avions délaissée depuis deux ans pour les raisons que vous connaissez.
Après quarante minutes de pause, le groupe repartit pour une boucle de 90 km dans la vallée de l'Yonne et les contreforts de la Puisaye, sur des routes très tranquilles, très agréables pour la pratique du cyclotourisme.
Nous avons pu profiter de ce soleil éclatant pour apprécier les premières fleurs, les orchidées sauvages poussant sur les talus et également les champs de colza déjà bien fleuris début avril grâce un hiver peu rigoureux, encore une fois.
Le peloton arriva, groupé et à l'heure, pour la pause déjeuner, excepté Jean-Claude qui traîna son manque de condition physique dès que la route s'élevait.
Après la pause réglementaire d'une heure trente le peloton reprit sa progression en direction de la Seine & Marne en longeant la vallée de l'Yonne par une route passagère mais sans difficultés particulières si ce n'est une côte du coté de Sergines qui allait bien étirer le peloton. D'ailleurs je fus obligé de faire arrêter la tête du peloton afin d'attendre les retardataires et d'assurer une homogénéité du groupe. C'est là, encore une fois, que nous pouvons nous rendre compte de la disparité des cyclos constituant le peloton. Je n'ose imaginer un parcours avec une succession de côtes sur 10 ou 20 km et qui conduirait irrémédiablement à l'émergence de plusieurs petits groupes sans que les premiers aient essayé de semer les moins forts.
La dernière étape ramena un peloton groupé à Fontaine le Port dans les temps impartis par un parcours plat comme la main et avec un vent favorable.
En résumé ce brevet s'est déroulé dans une bonne ambiance de copains, heureux de se retrouver après une trop longue coupure.

La journée se termina par le traditionnel vin d'honneur, la remise des cartons d'homologations et malheureusement l'officialisation de la non-organisation des brevets Bordeaux-Paris et Paris Brest Paris par manque de candidats. Je ne vais pas ici redécrire les raisons de cette décision qui sont bien



explicitées dans l'édito d'Eric Lecordier notre nouveau Président. J'en profite également pour saluer les cyclos en leur confirmant mon changement de vie qui sera effectif quelques jours plus tard et en insistant sur la nécessité de trouver des volontaires pour organiser ces brevets franciliens dès 2023.

Pour ma part c'est non sans émotion que la page se tourne après avoir organisé ces brevets durant les 10 dernières années.

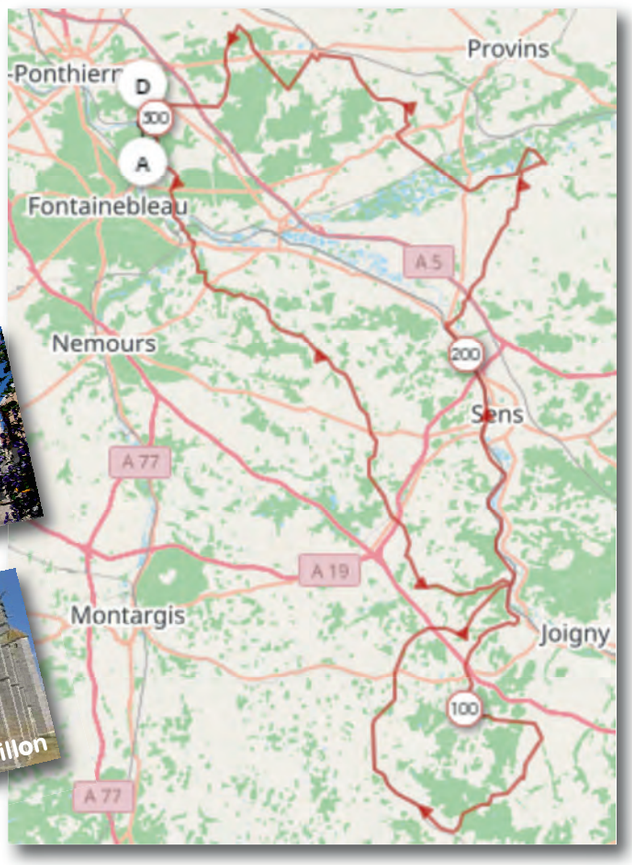
Jean-Michel Vincelot












83e Semaine Fédérale Internationale de Cyclotourisme
CÔTES D'ARMOR
CŒUR DE BREIZH
LOUDÉAC
2022
du 31 juillet au 7 août 2022



Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 18:37 Page 17

Les Audax à la Semaine Fédérale



Après la découverte de la « Semaine Fédérale FFvélo » l'année dernière à Valognes, nous (Paulette & moi-même) avons eu envie de participer à fond cette année à Loudéac.
Pour cela, une condition essentielle, trouver un logement à proximité du départ des randonnées, ce fut trouver en entrée de la ville à un kilomètre de l'hippodrome où se situé le « village fédéral ».
Lors de cette semaine de cyclisme, Alain Barbedienne de l'Entente Cycliste Plérinaise a eu l'idée d'organiser un brevet 100 km à allure AUDAX pour les jeunes qui participaient à cette semaine en groupe dirigé.
Il a fait appel à l'UAF pour relever le niveau de prestation de ce brevet en le clôturant par une remise de brevets et de médailles.



tant seul présent à la «S.F.», je me suis porté volontaire pour accompagner les jeunes pendant ce brevet. A la suite, Alain B. m'a demandé si je pouvais accompagner un jour supplémentaire. Paulette s'est jointe à moi pour accompagner les plus jeunes avec son VAE sur le petit parcours.



Le dimanche d'ouverture, avec Paulette, nous avons parcouru le petit circuit de la «S.F. » afin de découvrir l'ambiance de l'année. On y a croisé les cyclos du GTR (Rouen).
Les trois jours suivants, j'ai participé aux parcours de la «S.F.» pendant que Paulette roulait déjà avec les jeunes. En plus d'un circuit cyclo, il y avait des animations de prévues (accrobranche, jeux bretons, …)
Le jeudi fut une très belle journée pour tout le groupe (accompagnants et jeunes) avec le pique-nique de la «S.F.» le midi et un arrêt baignade au bord d'un lac sur le retour pendant que quelques costauds ont taquiné le « Mur de Bretagne ».
Le vendredi, c'était le jour du brevet de 100 Km. Tout le monde est parti sur un parcours commun pendant 25 Km, les moins costauds ont quittés leurs camarades pour une visite d'un élevage d'escargots. L'héliciculteur a ravi les enfants en expliquant son travail et un beau moment lorsqu'il a parlé de la vie amoureuse des escargots. A l'issue de ces deux heures en sa compagnie, il nous a offert un verre d'eau pour nous rafraichir et a fait le plein de nos bidons en vue du retour.

Nous avons repris le retour afin d'arriver au village fédéral en même temps que les autres cyclos sur le brevet afin d'organiser la remise des brevets pour tous et des bidons avec un porte clés pour les petits et une médaille UAF pour tous ceux qui avaient parcouru le brevet de 100 Km.
Le dimanche, nous avons participéau défilé de clôture à travers les rues de Loudéac acclamés par la population, un beau moment.

Marcel Lecoeur



Mémo: utilisation des bâtons en marche d'andurance Audax



Question : Peut-on utiliser des bâtons en marche d'endurance Audax ?
I n'existe pas d'interdiction formelle dans le règlement des Brevets Audax Pédestres !
Pour autant, s'ils ne sont pas interdits, plutôt tolérés à faible dose, ils doivent être parfaitement maîtrisés par leurs détenteurs marcheurs.

Question : Quels bâtons utiliser?
Il existe plusieurs modèles, celui de la marche nordique apparaît inadapté à la pratique de la marche Audax, sur route. Avec des pointes biseautées « dangereuses » pour des non-initiés, ils n'offrent pas d'intérêt à leur utilisation. Les risques d'accident pour les autres marcheurs sont supérieurs aux bénéfices occasionnés aux marcheurs nordiques. Ce n'est pas la même discipline ! **Vivement déconseillés.**
Celui de la randonnée pédestre, avec évidemment la question préalable de la qualité du bâton.
Plusieurs marques spécialisées offrent une parfaite garantie de qualité (se renseigner auprès des magasins de sport). L'investissement financier de départ pour ce type de bâton sera vite amorti dans le temps, sans risque de cassure, de fissure, et d'accident corporel.

Avec les bâtons, il est impératif de s'entraîner avant, seul, pour bien les maîtriser !
Le marcheur avec ses bâtons, doit en permanence, anticiper les risques vis-à-vis des autres marcheurs.
Quelques conseils pratiques. Marcher à droite du groupe, vers un côté fermé (trottoir, pelouse…), ou à gauche en file indienne, pour neutraliser un des mouvements des bâtons.
En cas de restriction du trottoir, lever le bras gauche, pour ne pas gêner les autres marcheurs, et n'utiliser que le bras droit.
Mettre systématiquement les embouts plastiques, ou caoutchoucs, aux pointes des bâtons, sur tous les sols durs.
Les enlever uniquement sur les sentiers forestiers.
Garder une distance de sécurité avec les autres, en cas de glissade.
Vous pouvez en perdre (à cause de trous, de pierres, ...), alors en avoir toujours en réserve.
Si une personne marche sur vos bâtons, ne râlez pas, ce n'est pas facile pour les autres, restez courtois, cela facilitera votre intégration dans le groupe.



Cette tolérance d'utilisation de bâtons de randonnée en marche Audax, peut ne pas être autorisée par certains organisateurs, renseignez-vous auprès d'eux avant de vous déplacer !
Enfin si les problèmes de santé au fil de l'âge apparaissent, les bâtons peuvent effectivement vous aider, en soulageant les articulations, vous pourrez poursuivre avec bonheur la marche d'endurance Audax.
Inutile donc, de les utiliser si vous n'avez pas de problèmes de santé ! Pour améliorer votre performance, nul besoin de bâton, la marche Audax n'est pas une compétition, mais un bon moment à partager en groupe.

Didier Daumain
Vice Président Marche

Renouvellement des licences auprès de la FFRandonnée

Bonjour à toutes et à tous.

Le renouvellement des licences auprès de la FFRandonnée sera réalisable à compter du 5 septembre 2022 pour la saison 2022/2023.
Le tarif des licences n'a pas augmenté, seul l'abonnement à Passion Rando Magazine connait une hausse de 2,00€ (25%)

Rappel:
• La valiité de vos licences prend fin le 31 août 2022 (l'assurance continue à vous couvrir jusqu'au 31 décembre 2022).
• Les certificat médicaux demeurent valides à condition de fournir une attestation en relation avec le questionnaire de santé.
• Si vous avez changé d'adresse postale en 2022 n'oubliez pas de le communiquer.
• Il me serait agréable que les licences soient renouvelées avant le 31 octobre 2022 afin que je ne connaisse pas à l'identique de cette année des renouvellement en mars!
• Les licences vous seront transmises en version dématérialisée dès la réception de votre demande et du règlement
• Les règlements se font par chèque à l'ordre de l'UAF ou bien par virement, dans ce dernier cas me prévenir et m'envoyer une attestation de paiement par courriel car je n'ai pas le regard sur les comptes.

Bonne rentrée à toutes et à tous.

Eric Lecordier
Président par intérim.

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 18:57 Page 19

La chronique du vice Président Marche



L'UAF peut fournir aux clubs des médailles, insignes, pin's (voir tarif) comme récompense aux marcheurs réalisant une première distance ou terminant un aigle.
Des trophées sont offerts par l'UAF aux marcheurs sociétaires qui ont obtenu leur 5ème ou 10ème aigle d'or, après homologation.
Lors de la réunion du Comité Directeur du 25 mars 2022, il a été décidé à l'unanimité que les récompenses Aigles et Coquilles ne seront attribuées qu'aux sociétaires UAF qui le sollicitent.
Afin de pouvoir former des capitaines de route, via la FFRP, il est dans l'immédiat impossible d'assurer une formation faute de formateur disponible. Vous pouvez postuler à cette fonction si vous le souhaitez.
Toutefois via l'UAF, dans chaque club sociétaire vous pouvez devenir capitaine de route par vos compétences et votre expérience afin de mener l'épreuve régulièrement.

Rappel de l'art. 4.2. A partir de 100 km, les brevets sont obligatoirement conduits par un marcheur titulaire d'un aigle d'or. La société ou l'association qui ne dispose pas d'un tel marcheur peut faire conduire le brevet par le marcheur le plus expérimenté. Les représentants des sociétés ou associations organisatrices sont responsables de la régularité (moyenne 6 km/h), du kilométrage, de la sécurité et du bon déroulement des brevets.
Concernant l'utilisation des bâtons, qui peuvent être tolérés, et suivant les consignes rappelées au départ des brevets. Il est à noter que dans le règlement de la marche Audax, il n'est pas question de l'emploi de ceux-ci.
Je vous propose ci-joint un article de Philippe Blot ayant l'expérience de la marche nordique et de la marche Audax qui résume bien l'éventuelle possibilité d'utiliser et comment utiliser les bâtons lorsque nous marchons en groupe.
Rappels de sécurité : le port du baudrier fluorescent est obligatoire de jour comme de nuit, il y a obligation de se munir d'un éclairage individuel pour la marche de nuit.
Les feuilles d'homologation par distance des brevets doivent être mentionnées correctement, en listant les noms et prénoms en lettre majuscules et de les transmettre au format « excel » le plus rapidement possible à Patrice Massaud homologmarche@audax-uaf.com

Le règlement (0,65€ par brevet validé) se fait auprès du trésorier, Marcel Lecoeur, soit par chèque à l'ordre de l'UAF ou mieux encore par virement bancaire **FR76 1027 8021 7000 0204 3960 148**.

Service aux clubs. Lorsque je viens faire un brevet chez vous, je peux vous apporter des cartons jaune ou blanc, des carnets bleu ou blanc, ainsi que le livre de Jacques Lannoy, l'histoire de Audax pédestres.
Erratum. Dans la parution du dernier magazine numéro 637 de mars 2022 page 26, dans la chronique du vice-Président Marche sur le règlement marche au point n°2, il faut noter que les brevets de 10 à 30 heures restent sécables en autant de brevets multiples de 25 km. Les marcheurs peuvent cumuler plus de 2 brevets par épreuve (exemple : 4 x 25 km sur 100 km ou 75 + 50 + 25 sur 150 km).

Aider un marcheur en difficulté. Rien ne s'y oppose, cela fait parti des règles de solidarité qui doivent régner dans un peloton. Mais attention à la personne qui est au bord de l'abandon, qui s'accroche à ne rien lâcher, à avancer coûte que coûte. Doit-on la laisser continuer au risque de s'effondrer ?
Je vous propose de laisser cette personne en peine de décider par elle-même, tout en lui conseillant de ne pas insister au risque de l'accident.
Il y a bien évidemment différents cas de figure, notamment celui de la distance restant à parcourir, quelques km, 10 tout au plus et si l'écart avec le peloton ne dépasse pas 10 minutes au maximum, alors nous l'aiderons à terminer l'épreuve. Dans les autres cas, si la personne ne veut pas arrêter, l'organisateur avec le capitaine de route ou une personne mandatée par l'UAF pourront prendre la décision de l'interrompre sur le champ.
Nous sommes dans le devoir de porter secours à une personne en danger. J'ajouterai qu'il faut garder à l'esprit combien même nous avons la capacité à repousser nos limites, il faut malgré tout que cela reste un plaisir et une joie de se retrouver, de partir ensemble, revenir ensemble.

Didier Daumain
Vice-Président Marche
vpmarche@audax-uaf.com

FFRandonnée Marche d'endurance Audax

UAF

Revue 638_3_Mise en page 1 19/09/2022 10:24 Page 20

Dans le Rétro ...1982

Flèche Orléans - Clermont Ferrand du samedi 01 au jeudi 06 juin 1982

– 1ère étape - Orléans - Pierrefitte-sur-Sauldre 53 km).

Voici enfin le grand jour arrivé ! J'ai fixé mon point de départ devant la Cathédrale Sainte Croix. Maryvonne m'a accompagné en voiture, et le fidèle Jeannot est là, témoin de tous les soubresauts du Club !



Après quelques photos souvenir, me voici parti en direction de la Sologne (nous l'avons, avec le Club, déjà souvent traversée, mais à vélo). Jusqu'à Marcilly en Villette, c'est encore la campagne, et j'ai plaisir à croiser nombre de cyclos devant participer au rallye « La Sologne à la carte ». Je reconnais aussi des copains d'autres clubs, et parmi eux, les cyclos de Fleury qui reviennent même en arrière pour me saluer. Serge Lucas me propose son vélo !...

J'ai déjà presque fait 20 kilomètres. Ça y est, je suis entré dans l'allure (un bon 6 de moyenne). A pied, j'ai l'impression de découvrir une seconde fois la Sologne, sa verdure, ses étangs un peu cachés de la route, comme pour mieux se faire découvrir, l'appel d'un faisan, le frémissement du vent dans les arbres … Me voici arrivé à Sennely. 30 kilomètres à pied, ça use, pas seulement les souliers ... et une petite pause casse-croûte s'impose ! Le temps n'est pas superbe, mais il fait encore assez bon pour un petit pique-nique sur l'herbe. Je me dirige maintenant vers Souvigny en Sologne et sa très jolie église avec sa caquetoire très typique.

J'avais peur que le temps me paraisse un peu long avec toutes ces lignes droites, mais le paysage est assez différent quand même, et cette première journée m'a enchanté. Un mot sur l'accueil le soir : chaleureux, dans un cadre très sympathique, avec un très bon repas bien entendu, tout cela au « Raboliot ». Une adresse à retenir … !

– 2ème étape - Pierrefitte-sur-Sauldre - Bourges (54 km).



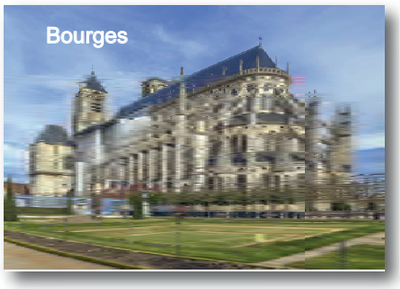
Après une bonne nuit, me voici reparti en direction de la Cité Jacques Cœur. Il fait beau, mais encore frais. La terre fume sous les effets du soleil, encore toute mouillée qu'elle est (il a dû pleuvoir toute la nuit !).

Heureusement que le paysage est joli, composé d'étangs, de landes, de forêts et de quelques champs, car on compte les virages (2 entre Souesmes et Nançay sur près de 13 kilomètres), et la route paraît interminable ! Je rencontre quelques cyclos qui bifurquent comme moi maintenant vers le Centre de Recherches Radio Astronomiques de Nançay, et sa parabole semblable à un immense toile d'araignée, à l'écoute du ciel. Il est maintenant 10 heures, et je m'arrête un instant sur la place du village, à « La Pierre de Lune » pour regarder l'exposition de minéraux et fossiles (mon autre passion). C'est là, que me piège Maryvonne à faire du shopping. Et la marche ! Une photo du très joli château à la sortie du village, et il faut penser à la route qui est encore longue jusqu'à Bourges. Le parcours est toujours très joli, et comme il fait beau, Maryvonne improvise un petit pique-nique en forêt de Vouzeron. J'ai maintenant rattrapé la nationale qui va de Salbris à Bourges, et au point de vue tranquillité, c'est BOF ! J'ai toujours un peu mal à la cheville gauche, et c'est sûrement en parti dû aux routes bombées que j'emprunte depuis le départ.

Enfin, j'aperçois la Cathédrale de Bourges. Il faut dire, que le temps est très dégagé, et il fait très beau. C'est magnifique, d'autant que connaissant la cousine Jaja, on va être encore reçus comme des princes ! Je serais sage, juste un verre de Menetou Salon avec le canard à l'orange et le crottin de Chavignol, puis dodo …....

– 3ème étape - Bourges - Ainay le Château (52 km).

Comme le temps change (et ce n'est pas fini !). Le soleil hier, et ce matin grisaille et fraîcheur pour partir. Aujourd'hui, je reprends l'itinéraire du « 150km Bourges -Vichy ». Parcours agréable le long du Lac d'Auron à la sortie de la ville, puis dans la campagne en direction de Plaimpied - Givaudins. Par ces petites routes, je suis tranquille, et ai tout loisir de marcher au milieu de la chaussée, où les chevilles travaillent moins en porte-à-faux. Le ciel s'est dégagé entre temps, mais le vent s'est levé et la progression en plaine jusqu'à Dun-sur-Auron est rendue un peu plus difficile (je ne m'imagine pas à vélo …) .



Dun-sur-Auron justement, au kilomètre 39 du jour. Le premier café sera le bon pour prendre un repas - sorti du sac - et un bon demi bien frais, car « çà commence à chauffer là-haut ! ». A la sortie de la ville, je retrouve ces grandes lignes droites tout en montagnes russes et qui semblent n'en plus finir. Sur « Paris- Bruxelles » en décembre 1980, sur ce même genre de routes, j'avais failli craquer, surtout le soir !! Heureusement que le paysage est assez varié tout de même. La forme est bonne, le moral est au beau fixe. En avant toute !... Au Pondy, je retrouve l'Auron et le Canal du Berry. Je ne suis plus très loin d'Ainay et Maryvonne me rejoint pour un dernier petit arrêt durant lequel je repose un peu ma cheville, tout en dégustant un verre d'eau bien fraîche et une orange.

Encore 5 kilomètres, une petite heure et s'en sera fini pour la journée. Tout est OK, si ce n'est ma cheville qui me tracasse toujours un peu, mais enfin … Un bon repas (jambon braisé en sauce) suivi d'une bonne nuit, et çà repartira !

– 4ème étape - Ainay le Château - Saint Angel (45km).

Soleil, où est-tu ? Je partirai donc ce matin sous la pluie. Ce n'est encore qu 'une petite bruine, mais au bout de ¾ d'heure, çà se met à tomber pour de bon. Dommage, car j'arrive dans la partie la plus belle de la randonnée : la Forêt de Tronçais et ses arbres magnifiques, la ville de Hérisson et son château coincé au fond d'une vallée en sont des exemples. Rien à signaler d'autre, mis à part cette pluie incessante ! Arrêt du midi dans cette dernière ville pour manger … et changer

« Toute la pluie … ».

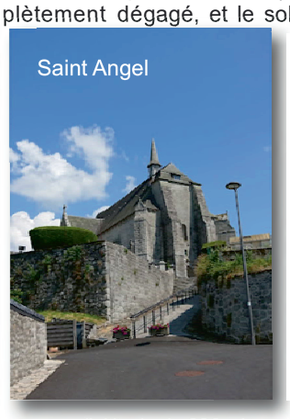
Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 19:18 Page 21

de chaussures, car je commence à patauger ! Le paysage est vallonné ensuite en approchant de Montluçon, et çà se sent bien dans les jambes !
Petite accalmie dans l'après-midi, mais pour ne pas être de reste, à 6 kilomètres de l'arrivée à Saint Angel, les vannes du ciel s'ouvrent à nouveau. Déjà 2 paires de chaussures trempées (qui ne seront pas sèches demain), je vais bientôt manquer de pneumatiques ! La forme est bonne, tout va à peu prés bien (toujours un léger souci avec ma cheville), je dors bien la nuit, le moral est au beau fixe. On se passera du soleil qui lui, boude !...



– 5ème étape - Saint Angel - Châteauneuf les Bains (53 km).

Sitôt levé, je vais à la fenêtre. Le ciel est bleu, bien que par endroits, ce soit gris. Par contre, il ne fait pas très chaud. Couvrons-nous ! Peu après Chamblet (entre - temps, le ciel s'est complètement dégagé, et le soleil brille de tous ses feux), je découvre la Combraille, verte et bosselée avec la ville de Commentry au milieu. Le décor est très joli, et je m'arrête pour admirer le très beau cloître de Colombier. Je suis en pleine campagne, et sur le petit chemin vicinal que j'emprunte, j'ai tout loisir d'admirer le site qui est superbe.
Dommage qu'il me faille emprunter à nouveau la grande route après Montaigut. Du haut de la crête (la carte annonce l'altitude de 636mètres), je viens d'apercevoir la Chaîne des Puys, avec le Puy de Dôme très caractéristique. Un peu de neige semble d'ailleurs recouvrir le sommet de ce dernier. Il fait très beau maintenant, et je peux jouir d' un splendide panorama. De Montaigut, jusqu'au « Pont de Menat », je foule donc la Nationale 144. Prenons notre mal en patience, et ça en valait la peine. A partir de ce dernier lieu (voir surtout l'ancien pont romain), j'entre dans les Gorges de la Sioule, et c'est un enchantement, (je n'ai pas peur des mots), tout y est, de la petite route qui se faufile à travers les arbres (tantôt en suivant la rivière, tantôt en la surplombant), au château planté sur son rocher à l'entrée de la vallée, vieille sentinelle majestueuse …
Côté physique (il faut bien en parler !), il y a toujours cette cheville qui se plaint, mais …
Enfin, j'arrive à Châteauneuf, et après une bonne nuit de repos, çà devrait le faire ! Il faut que çà le fasse d'ailleurs. On soignera après …



– 6ème étape - Châteauneuf les Bains - Clermont Ferrand (47km).

Me voici donc arrivé au seuil de cette dernière journée. Côté météo, c'est toujours l'alternance et il est même tombé de la neige fondue. La route va remonter dès le départ, laissant la Sioule qui va bientôt alimenter le barrage de Besserve. En été, c'est une une jolie petite rivière, mais il ne faut pas se fier à sa quiétude, qui peut se transformer vite en furie soudaine en automne. Jusqu'à Manzat, le paysage est très joli, et je retrouve le décor pastoral des plateaux vers 700 mètres d'altitude, troupeaux de vaches en pâture et forêts de sapins. La nature est belle, je ne me lasserai jamais de le dire, et ce n'est pas cette randonnée magnifique en tous points, qui risque de me décevoir... La bruine matinale s'est maintenant arrêtée, mais l'horizon est encore lourd de gros nuages.



Il fait toujours frisquet, aussi l'arrêt de midi se fera dans un café à Charbonnières les Varennes. Il ne me reste plus que 24 kilomètres à parcourir, et tout va bien. Je suis maintenant au plein cœur des Volcans d'Auvergne : Paugnat, la Nuguère, le Puy de Louchadière, avec ce Puy de Dôme au fond en majesté. C'était bien de la neige qu'on avait aperçue hier, et quelques giboulées tombent dorénavant. A la Gare de Volvic, je suis au point le plus haut de ma randonnée, et il va me falloir redescendre dans la vallée, et la civilisation … Cela fait 2 jours que je marche en pleine nature, passant de 300 à 700 mètres d'altitude par des routes tranquilles, à l'exception de ce petit tronçon sur la RN 144 hier, et j'aurai bien continué …



Michel TERRIER d'Orléans

Ce récit est dédié à Maryvonne qui initialement devait m'accompagner à vélo. La voiture fut jugée plus sage pour me retrouver en cours de route ou le soir aux étapes, car Angéline qui naquit le 3 août suivant, commençait à prendre un peu trop de place !!!!!!!!!!!!!!!



LES AUDAX ARDECHOIS - 25 km le 16 janvier 2022 . C'est reparti.

Le brevet de 25 km si réputé de Vion (Ardèche) en janvier, démarrait cette saison 2022 après une longue absence. Les Audacieux se retrouvaient. Puis Saint Uze dans la Drôme, Mont Vendre, Saint Vincent de la Commanderie continuaient sur la lancée. Ce dernier était organisé et tracé par notre ami Drômois Jean-Yves Sylvestre. Très beau circuit au pied du Vercors avec des vues au loin sur les montagnes Ardéchoises, nous rappelait le fameux 200 km de 2013 qui passait au Mont Gerbier de Joncs, aux sources de la Loire. Notre capitaine de route était notre nouveau président Bernard Bertrand qui nous emmenait pour 25 km à la moyenne de 6 km/h et avec notre devise « On part ensemble, on arrive ensemble ». Le gaulois ardéchois François Vacher faisait le « serre-file ». Sans oublier notre doyen de 86 ans, Jean Soton, qui comme chaque fois termine très dignement.
A l'arrivée les marcheurs étaient récompensés par un barbecue géant réalisé par les « supers bénévoles » Martine, Danielle, Yves et Henri.
Les retrouvailles des Audacieux ont permis de commencer à prévoir les prochains brevets dont le 25 heures à Tournon-sur-Rhône début Octobre, avec comme capitaine de route le grand Bernard Moulin. Ce fut l'occasion d'avoir le compte rendu de notre sympathique sociétaire Éric Reynaud qui réalisait son premier 200 km chez nos amis Vendéens, lui permettant de bientôt obtenir le « challenge » de tous les Audacieux : un premier Aigle d'or.

Jean-Marc Mallarte



Audax 25KM de Mouthiers-sur-Boëme du 6 février 2022

Après un long arrêt de 20 mois, dû à la crise sanitaire, l'Association des Audax Charentais d'Angoulême a repris son activité de marche en novembre 2021, pour un brevet de 25 km et un brevet d'initiation de 12,5 km. Ce fut l'occasion de nous retrouver après cette très longue interruption. Un bilan très positif pour cette reprise, puisque 25 personnes se sont inscrites sur les 25 km et 7 personnes sur les 12,5 km. Les brevets d'initiation vont être proposés aux marcheurs sur une période de 6 mois pour permettre aux personnes qui le souhaitaient de venir s'initier à la formule AUDAX.
Le dimanche 6 février 2022, 40 audacieux étaient conviés dans le petit village de Mouthiers-sur-Boëme, situé au Sud-Est d'Angoulême, pour le deuxième brevet Audax de l'année. Les inscriptions se sont faites sous le joli porche de la médiathèque par Evelyne et Laurence. Du café et des gâteaux étaient à la disposition des marcheurs.

Photo 1
Après les consignes de sécurités dictées par le président, le départ a été donné à 7 h 30 pour effectuer une première boucle de 12,5 km au Sud de Mouthiers-sur-Boëme. C'est Pascal qui avait la responsabilité de piloter le groupe de marcheurs.

Photo 2
En début de parcours, l'imposant viaduc des Couteaubières de la ligne SNCF « Bordeaux-Paris » s'est imposé à nos yeux. Celui-ci est formé de 12 arches, mesure 303 mètres de long, 22 mètres de haut et 7,4 mètres de large. A l'origine, sa construction était prévue dans le bourg de Mouthiers-sur-Boëme pour traverser la vallée de la Boëme, mais, devant l'opposition des propriétaires et du conseil municipal, un talus de 18 mètres a été édifié dans le bourg jusqu'au viaduc.

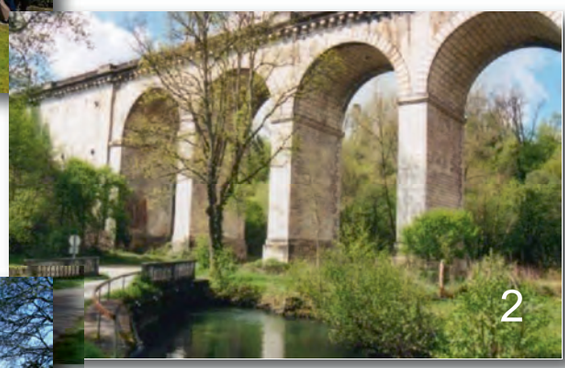
Photo 3
La suite du parcours nous a mené au moulin de Nanteuillet situé sur la petite rivière de la Boëme. Le bâtiment date du XVIIème siècle et a été rénové au XXème siècle. Le dernier meunier est décédé en 1900 et le propriétaire actuel a transformé le moulin en maison de campagne. On a pu y admirer ses jardins et son étang.
Le groupe a fait une petite pause à proximité de la statue « Notre Dame de la Paix » qui est sur la commune de Voulgézac. Elle est placée au bord de la falaise et surplombe une vallée sauvage. Cette statue a été édifiée à cet endroit par des habitants arrivant du Nord dans le courant des années 50, qui décidèrent d'offrir cette statue de fonte, en remerciement à la vierge pour avoir épargné la vie du chef de famille pendant sa captivité durant la seconde guerre mondiale.
Avant d'arrivée à Mouthiers-sur-Boëme, nous avons longé la magnifique propriété du logis de Forge avec ses jardins qui ont reçu le label « jardins remarquables » en 2004.

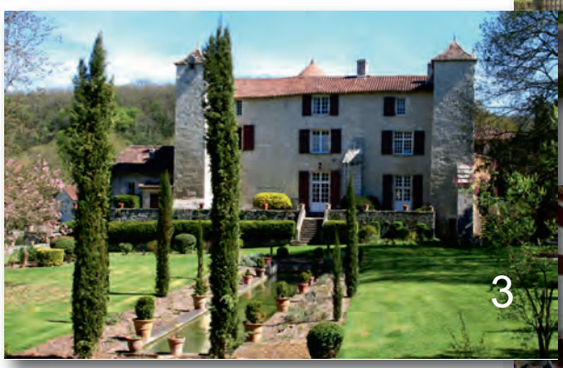
Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 21:35 Page 23

Photo 4
Après un ravitaillement bien mérité préparé par Louis-Paul, 11 marcheurs de plus se sont inscrits pour la deuxième boucle de 12,5 km. Ce sont donc 51 audacieux qui sont repartis « bon pied bon œil » sur le parcours Nord de Mouthiers-sur-Boëme emmené par Pascal.

Photo 5
A la sortie de Mouthiers-sur-Boëme, l'imposant château de la Rochandry s'est offert à nos yeux. Situé sur un éperon rocheux, la Boëme coule à son pied. Il fut une importante place forte au Moyen Age disputée lors de la guerre de Cent Ans. Il a été entièrement reconstruit au XIXème siècle.
La principale difficulté du deuxième parcours a été la longue montée au Grand Guillon.
C'est à 12 h30 précise, que le groupe est arrivé à la médiathèque après avoir traversé le vieux bourg de Mouthiers-sur-Boëme et admiré l'église romane de Saint-Hilaire.
Comme veut la tradition, après la distribution des cartons d'homologation aux participants du 25 km, nous nous sommes quittés après le pot de l'amitié.











Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 21:49 Page 24

Les Marcheurs des Quatre Saison. Les 10 heures de Rosporden



Dimanche 27 Février, Kernevel dort encore. Dès 6 h 30 pourtant l'animation commence. D'abord une petite vague, celle des bénévoles qui vont mettre en place l'écheveau de la journée. Elles et ils sont là. L'odeur du café envahi les narines, les petits gâteaux de bienvenue sont placés dans les petites coupelles. 7 h 15, les premiers marcheurs commencent à arriver. Après la vérification des pass sanitaires, ils passent tous par la caisse déposer le prix de leurs inscriptions. Tout le monde est pré inscrit et rangé sur des listes par ordre alphabétique. Cela va très vite jusqu'à 7 h 40 où Pascal Le Du, Marie France Quiniou et Roger le Roux, l'un des capitaines de route, annoncent l'imminence du départ. 7 h 45 pile le convoi s'élance sur le parcours concocté par l'organisation. Un impressionnant groupe de 80 marcheurs, certains à la conquête de leur premier 25 km et d'autres de leur premier 50 km. Le jour est levé, le long ruban jaune avance à une vitesse de 6 km/h . Ce matin, il va vers « Bannalec » pour la première pause à la gare de Bannalec. La place de la gare s'est tout à coup animée avec la distribution d'un casse croûte et autres mets qu'ils découvrent en ouvrant les poches garnies, qu'ils reçoivent des mains des mêmes bénévoles qui les ont précédés depuis « Kernevel ». Le ravitaillement dure vingt minutes, pas plus. Les premiers 25 km qui partent à l'aventure des 12 derniers km de ce « premier », une dernière côte et voilà le petit clocher de Kernevel. Dans la salle tout est prêt. Les marcheurs s'installent de façon à respecter les distances entre eux. Les marcheurs qui ont réussi le premier challenge sont félicités. Tous s'activent pour reprendre des forces car à 13 h 15 c'est le deuxième départ de la journée. Le groupe est moins grand. Une seule personne fait le 25 km de l'après-midi, mais 50 personnes sont à leur deuxième partie de leur challenge. Le dénivelée du matin était de 320 mètres et l'après-midi de 210 mètres (Asaliou). La pause de l'après-midi avait lieu sur les hauteurs de « Cadol ». La fin du parcours s'est fait dans la bonne humeur présente depuis le matin. Un grand merci à tous nos bénévoles sans qui rien ne serait possible. A l'arrivée, 11 personnes recevaient le diplôme de finisseur de leur premier 50 km.



Le bilan de cette journée : 7 premiers brevets de 25 km., 11 premiers brevets de 50 km.
Je tiens à remercier chaleureusement tous les bénévoles présents car tous savent que c'est aussi leur challenge d'avoir su, que tous ont apprécié leur journée. Les plus grands éloges sont aussi pour eux ils étaient 14 pour vous encadrer.

Jérôme Bourbigot

Le premier 20 heures d'Eaubonne de Marche Audax 95 (Groupe 503) le 2 avril

C'est sous un soleil finalement clément, après 24 heures d'une météo neigeuse fort mal venue en ce début avril, que le 20 heures du club Marche Audax 95 a pu se dérouler à Eaubonne.
Près d'une centaine d'Audacieux se sont présentés ce samedi 2 avril, pour un départ à 14 heures.
Une belle salle, un accueil agréable, un premier café, des retrouvailles inter-clubs, des premières photos, le tout dans une ambiance chaleureuse et joyeuse, ont donné le ton de ce week-end.



La première boucle a conduit les marcheurs vers Domont, Baillet (où un premier ravitaillement composé de sandwiches croustillants et de fruits frais a ravi les papilles) puis vers Saint-Prix et le très pittoresque Château de la chasse, avant de revenir à Eaubonne. Quelques côtes ardues ont émaillé ce premier parcours, mais c'est sans ralentir qu'elles furent négociées. Une courte pause de 20 minutes pour avaler un sandwich-saucisse et procéder aux divers changements de chaussures et autres accessoires, et voilà les valeureux prêts à partir à l'assaut de la 2ème boucle. A 18 h 50 le 2ème départ a été donné, et cette fois-ci c'est via Épinay-sur-Seine, le long de la Seine puis vers Sannois que les capitaines, Patricia et Michel, ont mené leur troupe. A noter une spectaculaire vue de Paris depuis la Butte des châtaigniers où à 21 heures, nous avons pu admirer la Tour Eiffel clignoter. Peu après, le Moulin de la Galette a également réjoui les regards. Ces visions ont eu un prix, du dénivelé, encore !
Une dernière halte à la gare d'Ermont puis un retour à la salle de l'Orangerie à Eaubonne ont permis de conclure cette deuxième boucle, et offert leur premier brevet de 50 km à quelques-uns.

Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 22:00 Page 25

Nous retiendrons de ce deuxième parcours un souvenir ému des cakes sucrés et salés faits maison qui ont été servis aux 2 ravitaillements. Un véritable délice qui a fait l'unanimité et en a vu plus d'un retourner se servir.
À 23 h 30, lors du repas nocturne, nous avons néanmoins trouvé encore une petite place pour la tartiflette confectionnée par une adhérente de Marche Audax 95, suivie d'un gâteau au chocolat. Ainsi lestés, nous sommes repartis pour une 3ème boucle, très urbaine, partagée en 2 x 12,5 km. La première partie a conduit les Audacieux vers Enghien et son lac, la seconde en direction de Saint Leu avant de revenir pour un petit-déjeuner bienvenu, agrémenté de savoureux croissants.
L'auteur de ces lignes a ici obtenu son premier brevet de 75 km.
Les plus courageux ont poursuivi et sont repartis à 5 h 30 pour Taverny et le Bois de Boissy, Beauchamp et Saint-Prix.
A noter une forte participation de nos amis belges, de Marche Audax 95 et du G503.
Nous retiendrons de ce premier 20 heures de nos amis de Marche Audax 95 une organisation maîtrisée, des bénévoles nombreux et aux petits soins, un serre-file attentif en la personne de Didier Daumain et une mention spéciale pour Patricia et Michel qui ont conduit en binôme les 4 boucles à une allure métronomique, ce qui a été extrêmement appréciable.

Catherine De Cet



Les 2 et 3 avril, était organisé à Eaubonne (Val d'Oise) un 20 heures Marche Audax. Deux béarnais Francis et Serge du club Audax présidé par Denise « Dou Bi de Rey » signifiant « Du vin de Roi » à Jurancon (64) ont décidé de quitter les Pyrénées l'espace d'un week-end pour aller participer à cette épreuve.
Pour des provinciaux, il s'agissait d'une véritable expédition pour se rendre près de la Capitale, tout d'abord le TGV de Pau à Paris Montparnasse qui fidèle à la SNCF accusait un peu de retard à l'arrivée. A la gare Montparnasse s'en est suivie une longue attente derrière des files de voyageurs pour récupérer le ticket commun métro RER au distributeur. Après avoir arpenté un dédale de couloirs, enfin le bon métro, le RER C et nous voilà arrivés à la gare d'Ermont Eaubonne. La salle n'est plus qu'à 1300 mètres. Ouf, c'est bon mais la marge de manœuvre s'était extrêmement réduite, soit un quart d'heure pour se changer avant le départ fixé à 14heures. Le plus dur était fait et nous étions chauds.
J'ai été personnellement surpris par le nombre de participants, soit une bonne centaine près à se lancer bravement sur la première boucle de 25 km. Après un bref discours de Didier le Président rappelant les consignes, les Audacieux se sont élancés. L'organisation était parfaite au niveau des ronds-points avec une allure bien maîtrisée par les capitaines de route. Sortis de l'agglomération nous nous retrouvons sur un site vallonné et combien attrayant mêlant forêt et plans d'eau. Le point d'orgue de ce 100 km a été sur la seconde boucle après avoir gravi la butte des châtaigniers à Sannois. De nuit par temps clair et bercés par une légère brise de nord est, un arrêt en ce lieu nous a permis d'admirer Paris avec toutes ses illuminations, dont en fond la majestueuse tour Eiffel. Cet instant de plénitude me faisait penser à ce que l'on ressent après avoir gravi un pic de plus de 3000 mètres dans les Pyrénées pour profiter d'une vue exceptionnelle et imprenable.



A la mi-parcours il restait 54 Audacieux qui après avoir espéré les premières lueurs de l'aube ont tous poursuivi jusqu'au terme de ce 20 heures particulièrement réussi. Certains relativement jeunes sur la discipline se sont offerts avec ténacité leur premier brevet sur la distance tandis que d'autres comme Jacques de l'UAF Paris ont additionné un aigle d'or supplémentaire. Je reviendrai sur les ravitaillements qui ont été parfaits, alternant le sucré et le salé, éléments indispensables à la réussite du brevet. Tous les bénévoles qu'il faut toujours remercier ont permis que cette manifestation soit un succès.

A l'issue de la réception finale et de cet accueil chaleureux, avec Francis nous sommes répartis vers nos Pyrénées en nous disant que nous avions bien fait de venir à cet Audax qui nous a permis de découvrir une très belle région que nous ne connaissions pas riche de son patrimoine culturel (Moulins, château …) et de son environnement.

Début mars, s'est déroulé à Précilhon un 20 heures Audax organisé par les clubs Marvales de Laurent et Dou bi de Rey où à d'ailleurs participé Michel capitaine de route à Eaubonne. Lors de ce brevet, comptant déjà un bon nombre d'années, 2022 a marqué une première en reliant Précilhon à Jurancon au cours du 50 km de nuit sur un circuit vallonné qui a été apprécié par les participants qui à l'Aube ont pu redécouvrir les sommets enneigés des Pyrénées. Avec Henri et Sylvie, j'étais capitaine de route pour la première fois sur cette distance, en attente de mon premier 200 km à Apremont (Vendée) les 27 et 28 mai.
A Eaubonne, lors du parcours, j'ai pu converser avec Bernard, l'un des capitaines de route sur ce 200.
Je conclurai en disant que vu la réussite de cet événement, d'autres 20 heures seront organisés à Eaubonne j'en suis convaincu et l'on ne peut que conseiller aux Audacieux d'y participer.

Serge Cambot

Le premier 20 heures d'Eaubonne Marche Audax 95 (Groupe 503) suite ...

Les 2 & 3 avril 2022 à Eaubonne dans le Val d'Oise, a eu lieu le premier 20 heures organisé par le club Marche Audax Val d'Oise (ex.CDRP 95).

Après l'annulation de certains brevets, les inscriptions venues de toute la France et de Belgique se sont bousculées pour monter à 107 et en finalité après quelques défections de dernières minutes, il sera homologué 93 brevets.

Il a noté qu'une soixantaine de marcheurs se sont alignés sur 100 km dont 12 de notre club. Un grand bravo et félicitations à toutes et à tous.

Après le contrôle des inscriptions à la salle de l'Orangerie, dans le superbe parc de Mézières en plein centre-ville, à 14 heures précises, le peloton de 93 audacieux s'élançait emmené par les deux capitaines de route, Patricia Berguig et Michel Picquenot.

Ils ont maîtrisé les 100 km pendant ces 20 heures à la vitesse moyenne de 6 km/h, et moi en serre-fil j'ai assuré que toutes et tous restent collés au peloton. En finalité un seul abandon au 75ème km d'une personne qui n'était pas remise totalement de la covid.

Celle-ci est encore présente et nous menace toujours, la preuve en est, dans les jours qui ont suivi notre brevet, quelques personnes ont été contaminées. En conclusion ,si notre première épreuve a été une réussite audacieuse, il faudra à l'avenir être plus vigilent sur les mesures sanitaires.

La réussite est due également grâce à la vingtaine de bénévoles qui nous ont choyés avec le sourire, la gentillesse et leur bonne volonté à nous accompagner pendant ces 20 heures. Un très grand merci à eux.

Et que dire de Christine Nardot qui avec son marmiton, Fifi, nous a concocté une tartiflette magistrale (14 plats de 8 parts). Une performance toute aussi audacieuse, merci, merci encore.

Quant au parcours qui a première vue ne présentait pas de difficulté majeure (740 mètres de dénivelée +) sur 3 boucles de 25 km et 2 nocturnes de 12,5 km, avec retour à chaque boucle à la salle de l'Orangerie, en passant par 20 communes urbaines. Le tout avec une météo clémente et idéale pour marcher.

La 1ère boucle entre forêt et campagne en passant, à mi-parcours pour un ravito à Notre Dame de France (dommage le système électrique du carillon installé tout en haut de la tour ou repose une statue de la vierge, était en panne), nous y reviendrons. Et après la bascule de la forêt de Montmorency, nous avons fait la mini pause photo traditionnelle devant le château de la Chasse (siège de l'ONF). C'est l'arrivée des 25 km, avec un sandwich-saucisse !

La 2ème boucle plus en milieu urbain a été agrémentée par le passage au lac d'Enghien, des quais de Seine à Epinay, puis d'Argenteuil et de s'élever sur l'une des quatre buttes du Parisis, celle des Châtaigniers ou clou du spectacle, nous avons pu admirer la capitale et sa banlieue illuminés et oh ! ah ! la dame de fer scintille, clignote, émet son faisceau, suivie du moulin de la galette à Sannois. De retour à l'Orangerie au 50ème km nous rechargeons les batteries avec la tartiflette faite maison avec les produits locaux d'Auvers/Oise.

Sur les 2 boucles nocturnes urbaines, nous sommes passés par le champ de courses de Soisy-Enghien puis le casino d'Enghien en faisant le tour du lac, Saint Gratien et retour à Eaubonne pour le bol de soupe aux légumes puis nous repartons pour Ermont, Saint Prix, Saint Leu. Ces 25 km ont été avalés sans difficulté dans une succession de rues plates, éclairées et tranquilles. 75ème km c'est le petit déjeuner agrémenté d'un super croissant et de baguettes « tradi ». Bio approvisionnés par Gilles Chesnay (ancien judoka reconverti en boulanger, puis marcheur) dans une boulangerie parisienne, furent appréciés de tous. Cette dernière boucle malgré deux pauses ravito de 10 minutes a été un peu plus ardue à cause des jambes et des pieds qui commencent à subir les difficultés de la répétition des pas, de ce qu'est la marche d'endurance. Il est a noté que dans le peloton il y avait 1 premier 50 km, 5 premiers 75 km et 6 premiers 100 km. Nous leur souhaitons la bienvenue dans le petit monde des Audax et aurons à l'arrivée leur récompense (coupe, chaussure, breloque).

Tout avait été coordonné, briffé pour que toutes et tous arrivent



ensemble après 20 heures de marche sans dormir et ils ont été applaudis et félicités comme il se doit par tous les bénévoles.

Cerise sur le gâteau, Madame La Maire de la ville d'Eaubonne, Marie-José Beaulande a répondu présente à notre invitation et c'est prêtée au jeu d'offrir la remise des récompenses et des trophées à ceux qui ont réussi une performance particulière : Marc Jegou (VCH) aigle d'or n°4, Patrice Massaud (UAF) aigle d'or n°5 et Jacques Remande (UAF) multi-aigle d'or (Vélo, marche et natation), parrain du club que je tiens à remercier particulièrement pour son engagement depuis plus de 40 ans à l'UAF et pour sa présence sur notre premier 20 heures, et de sa fille Anaïs parmi les bénévoles .

Je vous donne rendez-vous le 1er avril 2023 pour notre deuxième 20 heures.

Didier Daumain.





Revue 638_3_Mise en page 1 18/09/2022 22:06 Page 27

10 heures de Gien le 3 avril 2022

Le dimanche 3 avril, l'Audax Rando Gien organisait un 10 heures marche Audax, soit 2 x 25 km. Sous un beau soleil mais avec une température assez fraîche, 31 marcheurs ont pris le départ depuis la salle Bernard Palissy, dont 21 sur le 50 km. Sous la conduite de Monique, assistée de Catherine et de Claude, les audacieux ont traversés la Loire direction Saint-Gondon par les bords de Loire puis direction l'étang de l'Aquiaulne et enfin Coullons pour la pause repas à l'étang de la Plancherotte.
Malgré des conditions sanitaires levées, l'organisation avait décidé de ne pas fournir de repas. C'est donc de leur sac que les participants ont tiré leur pique-nique. Le soleil jouant à cache-cache avec les nuages, le départ pour le deuxième 25 km était le bienvenu pour réchauffer les 21 marcheurs du 50 km, accompagnés par 4 autres audacieux. Ils prirent la direction de La Californie, le moulin des Gault puis continuation vers Poilly-Lez-Gien via la Golinière pour un retour à la salle Bernard Palissy.
Un grand bravo aux capitaines de route pour la régularité de ce brevet ainsi qu'aux ravitailleurs, Christine, Eric et Francis, qui ont proposés un assortiment de confections « maison » toujours très appréciés des participants.
Après la remise de brevets et les remerciements aux participants pour leur présence, à tous les bénévoles qui ont permis la tenue de ce brevet, la journée s'est terminée par le verre de l'amitié.
Rendez-vous est pris pour le 20 heures marche Audax des 04 et 05 juin prochains.

Francis Henriet



20 heures de Brin-sur-Seine les 15 et 16 avril 2022

En passant par la Lorraine
Les Audax Nancy Lorraine organisaient les 15 & 16 avril 2022 les 20 heures de Brin-sur-Seille pour les 20 ans du club en 2020, mais nous sommes en 2022, eh ! oui c'est l'effet covid. Pour moi c'est la première en Lorraine et c'est pourquoi j'ai choisi d'arriver tôt dans la matinée afin de visiter la ville de Nancy. Le départ n'étant qu'à 21 heures, je dispose d'un temps suffisant pour découvrir la ville de plus de 105000 habitants, traversée par la Meurthe.



C'est avant tout une ville très dynamique qui ne compte pas moins de 47000 étudiants répartis dans 3 grandes universités, de nombreuses classes préparatoires, 11 écoles d'ingénieurs, une école d'architecture, et une école Nationale Supérieure d'Art.
Elle est née au XIème siècle dans le quartier de Saint Epvre, grâce au Duc de Lorraine, Gérard d'Alsace. A l'âge d'or de la renaissance elle se développe et au XVIIIème se transforme, sous Stanislas Leszczynski, qui fait construire trois places classées au patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO depuis 1983, piétonnisées en 2005, la place Stanislas compte parmi les plus belles places du monde.
Après cette balade diurne et touristique dans cette ville riche en monuments, je reviens à la gare pour rejoindre d'autres audacieux et de nous faire conduire par le mari de Joelle Jacquemin à une vingtaine de km de là, à Brin- sur-Seille.
A 21 heures le départ est donné à 45 marcheurs pour une première boucle de 5 km qui nous conduira par la place Stanislas de Nancy , en nocturne cette fois ci , et c'est super beau également. La marche Audax a aussi cet avantage, elle permet de voir de nombreux lieux remarquables de notre patrimoine français.
Puis nous ferons deux boucles de 25 km dans la campagne vallonnée de Lorraine, qui a sollicité physiquement quelques-uns d'entre nous (6 abandons). Pour ma part, après quelques jours ayant été malmené par la covid et ma balade touristique d'une quinzaine de km dans la préfecture Lorraine, j'ai dû piocher un peu plus qu'à l'habitude pour réussir ce brevet mené avec attention et maîtrise par toute l'équipe de bénévoles qui ont aidé Joelle Jacquemin.
Un grand merci et que « Les Audax Nancy Lorraine » puissent nous accueillir à nouveau en 2023.

Didier Daumain





100 km de Blois les 23 et 24 avril 2022

Aujourd'hui samedi 23 avril, 105 marcheuses et marcheurs se pressent à Éthicétapes afin de prendre le départ du traditionnel brevet de 100 km audax organisé par Blois Bégon Randonnée. 85 personnes sur le 100 km et 20 sur le 50 km, cet événement étant possible car la première boucle se déroule sur, précisément, 50 km ! L'itinéraire est fractionné en trois boucles, une première de 50 km emmenant les participants (tes) vers Chambord,



une deuxième de 33 km vers La Chapelle Vendômoise, au nord de Blois, et une troisième de 17 km permettant de « visiter » Blois et ses fameux degrés. A chaque fois retour à Éthicétapes pour le repas du soir (bien avancé) et le petit-déjeuner. Relief quasiment nul pour cette première portion, entrecoupée de plusieurs pauses ravitos, dont une plus conséquente à Montlivault où repose Michel Dufour auquel ce brevet est dédié. Le passage devant le château de Chambord, suivi du tour du canal, est très apprécié, surtout qu'il fait encore grand jour. Par contre le retour sur Blois est effectué dans la nuit descendante ! La seconde portion dirige les concurrents (tes) vers Fossé et La Chapelle Vendômoise avec un peu de dénivelée mais rien de bien méchant. Une bonne soupe, très appréciée, préparée par Laurence, attend les marcheurs (ses) sous la halle de La Chapelle. L'ultime section offre aux candidats (tes), mais à ce stade c'est quasiment gagné, la possibilité de découvrir Blois et ses richesses, du moins architecturales. Entre autres le jardin de l'évêché, la cathédrale Saint Louis et le Château Royal berceau historique des rois de la Renaissance.

Pour les pauses repas, plus conséquentes, Éthicétapes est l'endroit idéal, mêlant capacité d'accueil (plus de 115 personnes à nourrir) avec locaux pour se changer. Les sacs étant disponibles facilement. A noter que ceux-ci étaient également à disposition durant le premier segment.

Les conditions atmosphériques furent relativement clémentes, n'offrant que deux averses pendant la première tranche. Température, sinon idéale, du moins bienveillante.

La participation draina des marcheurs (ses) de toute la France, beaucoup de bretons et de franciliens, merci à eux. Une équipe belge, Lucia et Roland en tête, donna une note internationale à ce brevet. Notons également la présence d'un couple de réunionnais, venus, pas vraiment exprès, mais presque pour l'événement, effectuer leur premier 100 km Audax. Félicitations.

Le peloton fut mené d'une façon très régulière par Jean Miche et Jean Jacques. La cohésion se voyait de l'extérieur, le groupe quasiment toujours groupé. Armel et Fred assuraient le rôle de serre-file veillant à ce qu'il n'y ait pas de lâchés, ce qui fut le cas ! Bravo à eux quatre, B.B.R. tient là un bon groupe d'encadrant.

Pour l'intendance générale, là aussi, une bonne équipe, sous la houlette de Laurence et Jean Luc, assura les ravitaillements et ils sont nombreux. Pour l'approvisionnement un point est fait à Montlivault, vers 20 h 15, de façon à pouvoir éventuellement ré achalander pendant que les magasins sont encore ouverts, notamment l'Auchan de Vineuil.

Ultime regroupement à environ 1km de l'arrivée et Éthicétapes accueille les rescapés, en fait quasiment tout le monde, pour l'épilogue de ce brevet.

Remise de récompenses, sans aigles, conséquence de la pandémie, puis c'est le traditionnel verre de l'amitié avant la dislocation, chacun retournant au bercail !

Un grand remerciement à tous les bénévoles sans qui, ces brevets ne pourraient se dérouler d'une façon parfaite

Jacques Lannoy



Blois Bégon Randonnée, managé par Jacques Lannoy organisait les 23 et 24 avril 2022 les 100 km Blésois au départ d'Ethic Etapes Val de Loire. Nous sommes 21 inscrits sur 50 km et 85 sur 100 km.

C'est un succès, la marche Audax est bien relancée après ces deux années difficiles, toutes et tous sont venus pour remplir d'un cachet du brevet, une nouvelle case sur leur carnet bleu, pour un objectif, l'aigle.

C'est ma troisième à Blois, sur une classique boucle de 50 km en Sologne, en passant par le château de Chambord, fleuron de l'architecture édifié à partir de 1519 à la demande de François 1er, amoureux des arts et de la chasse, il a été conçu par Léonard de Vinci et a été achevé sous Louis XIV. Au XVIIIème siècle, Louis XV en dispose pour loger son beau-père Stanislas Leszczynski, roi de Pologne exilé entre 1725 et 1733 (oups ! c'est la 2ème fois que l'on rencontre ce personnage en une semaine).

Si la marche peut paraître un moyen de déplacement lent, elle a l'avantage grâce à l'Audax de nous faire voyager rapidement dans le temps et dans l'Histoire de France.

Après six pauses ravito d'exception, nous revenons pour un repas copieux au restaurant de l'éthic étapes. La deuxième boucle nocturne de 33 km coupée de trois pauses ravito dans la campagne nord sont avalés, tantôt sur les pistes cyclables, tantôt sur des petites routes en passant par des villages beaucerons et déjà nous revenons au restaurant pour le petit déjeuner.

La dernière boucle de 17 km légèrement tronquée, ne fut plus qu'une formalité en traversant le centre-ville et en passant inévitablement au pied du château royal de Blois datant du XIIIème siècle et achevé au XVIIème siècle par l'architecte François Mansart. Il fait partie des châteaux de la Loire qui fut, à la Renaissance avec son escalier monumental, la résidence favorite des rois de France. A l'arrivée, après la remise des coupes aux nouveaux qui effectuaient leur premier 100 km et pour notre club du Val d'Oise le mieux représenté avec 7 marcheurs, nous avons obtenu le challenge « Michel Dufour », un haut personnage des Audax Blésois.

Merci Jacques pour ce beau brevet ainsi qu'à toute ton équipe de bénévoles et capitaines de route qui avaient été au top et au plaisir de te lire dans ton prochain ouvrage, sur l'histoire des Audax pédestres de 1904 à nos jours qui doit paraître prochainement.

Didier Daumain

Revue 638_3_Mise en page 1 19/09/2022 08:49 Page 29

150 km d'Olmet les 7 et 8 mai 2022

150 km en Auvergne, il faudra être « affûté » pour affronter ce nouveau parcours concocté par Christian Chavanon, qui nous conduira dans la ville de Thiers et contera ses 6 siècles de coutellerie.
Une bonne cinquantaine d'Audacieuses et d'Audacieux sont venus pour en découdre sur cette distance, augmentée de 3000 mètres de dénivelée, au départ de la salle des fêtes d'Olmet.



Afin de réussir cette épreuve, nous sommes arrivés la veille pour dormir au célèbre camping, Les Chelles à Olliergues (lieu de ralliement du précédent 200 km). Pour ma part c'est la 4ème fois que je viens dans ce secteur du Livradois-Forez, un haut lieu au sens propre et au sens figuré de la marche Audax.
Notre coach de route accompagné de Nelly Pitault et Stéphanie Solignat, nous annoncera qu'il mènera son dernier 150 km comptant pour son 23ème aigle d'or à venir très prochainement. Respect à toi Christian, l'Auvergnat des Marcheurs Creusois.
C'est parti pour une première longueur de 50 km avec de nombreux arrêts ravitaillements et repas, digne de Pantagruel, fait maison par l'Amicale Laïque d'Olmet, transporté et servi par Michel avec sa remorque qu'il a lui-même créée, recyclée et équipée avec ingéniosité. J'en profite pour remercier tous les bénévoles qui donnent de leur temps pour que nous puissions accomplir nos distances « Audacieuses », sans eux cela serait plus compliqué, voire impossible. Bravo à toutes et à tous.
Sur le trajet vallonné, nous passons par la vallée des rouets, petits ateliers ou moulins à émoudre et polir l'acier pour la coutellerie. Là Christian nous fait un cours de mécanique, depuis la roue à aubes qui entraîne les meules, par divers systèmes à poulies et courroies ou arbres à engrenages. La visite du site se fait en aller retour sur la Durolle, mais bien malin qui saura dire dans quel sens nous avons tourné.
Nous continuons par la plaine de la Limagne et arrivons à Thiers dans le creux de l'Enfer sur la Durolle.
Nous ressortons de la ville pour aller se restaurer dans la salle de « La Roussette », centre des jeunes de la ville de Thiers. Nous sommes tout proche du Cabaret Théâtre Music-Hall, « Le Moulin Bleu ». Nous n'avons pas le temps d'assister au spectacle et pour cause, il faut reprendre notre chemin nocturne menacé par l'orage mais sans effet. Nous louvoierons dans la campagne de l'Allier tout proche de Saint-Yorre et un peu plus loin Vichy, sur une boucle de 50 km pour revenir à « La Roussette » pour le petit déjeuner.
Nous revenons ensuite dans la capitale de la coutellerie pour voir son évolution, narrée par Christian, en passant par les fabriques et les boutiques et d'admirer l'Horloge de Jacquemart, le forgeron. Puis nous revenons à notre point de départ de la veille après 30 heures et 30 minutes, 3000 mètres de dénivelée et 36 brevets de 150 km réussis, 8 de 125 et 4 de 100 avec quelques autres dissections.
Christian remettra les célèbres trophées aussi fait maison à Jean-Yves Connan pour son 3ème aigle et à François Poisson pour son 5ème . Pour ma part je remets celui de l'UAF à Nelly Pitault pour son 5ème aigle d'or.

Didier Daumain, vpmarche.



Flèche Vernon-Le Havre du 8 au 12 mai 2022



Flèche Vernon - Le Havre - organisée par Marc Vautier :

1ère journée - Vernon Val de Reuil.

Rendez-vous à 8 h 00 du matin gare Saint-Lazare. Les marcheurs, Marc, René, Paulette, Josette, Sylvaine et Patrice, prennent le train en direction de Vernon et, après 1 heure de voyage nous arrivons à Vernon, et premier tampon sur les carnets à un guichet de la gare de Vernon. Nous traversons la ville, la Seine, et longeons le moulin, le château des tourelles puis nous apercevons une maquette de la fusée Ariane sur un rond point routier (Vernon est le berceau de la fusée Ariane). Première côte pour accéder au plateau dominant la Seine, nous traversons une forêt, puis des champs de colza. Nous redescendons le long de la Seine et suivons un chemin de halage. Nous arrivons à Pressagny-le-Val et nous déjeunons près d'un lavoir.

Après ce moment de détente nous traversons la plaine du Vexin, il fait chaud, l'hydratation est une priorité. Nous passons près du château de Port-mort et continuons le long de la Seine. A Courcelles-sur-Seine, une grimpée pour atteindre le sommet des falaises nous fait un peu souffrir. Nous sommes récompensés par la traversée de très beaux villages du Vexin et une belle vue sur les méandres de la Seine. Nous apercevons le pont de Saint-Pierre-du-Vauvray qui permet de traverser la Seine. Nous approchons donc de Val de Reuil, le but de la journée, mais il faut encore marcher quelques heures et la fatigue commence à se faire sentir. Nous passons devant un très beau corps de ferme du XIème siècle situé à Saint-Etienne-du-Vauvray. Nous apercevons l'hôtel F1 où nous allons pouvoir dormir. La marche se poursuit dans une zone commerciale afin de trouver un restaurant. Enfin nous pouvons déguster une bière et dîner, ce qui nous fait oublier la fatigue de la journée.

2ème journée - Val de Reuil La Bouille.

Le départ s'effectue à 8 h 00 de Val de Reuil, direction La Bouille, ville située à 20 km de Rouen.

La journée s'annonce ensoleillée. Nous longeons l'Eure et passons devant l'église de Saint-Ouen de Léry du XIIème siècle. Arrivons à l'étang des 2 amants à Léry-Poses, un léger voile de brume recouvre la surface de l'eau ce qui donne un très bel effet. L'endroit est devenu une base de loisirs avec plages et attractions. Après quelques kilomètres nous atteignons le barrage écluse de Léry-Poses et traversons la seine au dessus du barrage, vrombissement des chutes d'eau, et marchons le long de la seine. Une 1ère pause pour se restaurer, la température commence à bien grimper. Après 2 heures de marche nous atteignons Alizay avec les usines de papier (la cellulose), l'église Saint-Germain (XIIème siècle). Noustraversons le beau centre-ville d'Alizay. Nous nous arrêtons au Super U pour faire les courses du déjeuner et faire tamponner les carnets pour justifier notre passage. A la sortie du magasin nous ne pouvons résister à la dégustation d'une petite bière dans une brasserie. Après un moment de détente nous repartons pour affronter une côte assez sévère pour monter sur les hauteurs de la Seine, et après 3 km nous trouvons un endroit ombragé pour déjeuner. Nous repartons rapidement car il y a encore beaucoup de kilomètres à effectuer et la température ne baisse pas. Nous pouvons admirer les beaux paysages de la Normandie avec ses pommiers en fleurs et troupeaux de vaches. Quelques côtes, et problèmes d'orientation suite à 2 GR qui se chevauchent, mais Marc parvient à nous remettre dans le droit chemin. Les problèmes d'orientation se reproduisent de nouveau dans une zone commerciale à Tourville-la-Rivière car les nouvelles constructions ont recouvert les anciens chemins. Les habitants du coin nous sont d'un grand secours pour retrouver la route. Nous traversons la Seine à Oissel, le niveau du fleuve est très bas, avec un bras presque à sec, inquiétant à cette période de l'année. Nous marchons le long des falaises d'Orival qui bordent les méandres de la Seine, la craie blanche domine le paysage. Ensuite il y a la traversée du village d'Orival et la montée à travers la forêt de la Londe, 6 km de route en lacets (qui monte et qui descend) avant d' atteindre Moulineaux et le château de Robert le diable. C'est la descente vers la Seine et la Bouille, nous arrivons presque au terme de la journée. Une dernière côte assez longue pour atteindre notre hébergement au lieu-dit la « Maison Brulée ». Nous serons logés dans un ancien château, la classe ! Après installation nous rejoignons un restaurant de routiers où l'accueil est excellent, très bonne ambiance avec les routiers. Fin de la 2ème journée et très bonne nuit de sommeil au château.



Revue 638_3_Mise en page 1 19/09/2022 08:57 Page 31

3ème journée - La bouille - Caudebec-en-Caux.
Copieux petit- déjeuner au routier où des sandwichs nous ont été préparés par l'équipe de restauration. Pas besoin de faire les courses pour le repas du midi. Descente vers la Bouille par une petite route en lacets, belle vue sur la Seine et les installations portuaires de Rouen. Arrivons au beau village de la bouille où nous embarquons sur le bac pour une croisière fluviale de 10 minutes. Arrivée rive droite de la Seine à Sahurs. Parcours avec la traversée de beaux villages avec maisons à colombages, le paysage est très reposant. A Saint-Pierre-de-Manneville beau manoir et belle église, progression vers la forêt domaniale de Roumare qui possède des arbres remarquables. A la sortie de la forêt nous apercevons l'Abbaye de Saint-Georges-de-Boscherville dans son écrin de verdure, les moines avaient bon goût pour le choix des sites d' implantations de leurs abbayes. L'abbaye fondée au XIIème siècle est de style roman, sous l'ordre des Bénédictins. Notre pause déjeuner se fera face à l'abbaye, quel décor ! Et c'est de nouveau le départ en direction de Caudebec-en-Caux. Petite route vers Duclair, avec toujours de très belles vues sur la Seine. De nouveau les falaises de craie jusqu'à Duclair, chemin de halage le long de la Seine. A Duclair dernier bac pour traverser la Seine avant le Havre, les ponts routiers ont remplacé les autres bacs. Nous empruntons une ancienne voie de chemin de fer transformée en piste cyclable et chemin piétonnier jusqu' à la ville du Trait. Dans cette ville se trouve un chantier naval spécialisé dans « l'off shore » au bord de la Seine, ainsi qu' une importante tréfilerie, c'est le début des industries jusqu'au Havre. Notre périple se poursuit avec l'arrivée au pont de Brotonne avec son haubanage en éventail. Près du pont l'usine Bréguet spécialisée dans la maintenance des moteurs d'avions. Nous passons devant le monument de l'hydravion Latham 47, érigé en l'honneur de l' équipage mort lors d' une mission de sauvetage au pôle nord en 1931, l'hydravion avait décollé du plan d'eau de Caudebec. Nous arrivons à Caudebec-en-Caux. Installation à l'hôtel et dîner dans une pizzeria, bon moment de détente après une journée bien remplie.

4ème journée – Caudebec-en-Caux - Saint-Victor-d'Ymonville.
Le soleil est toujours présent, nous débutons la marche à partir du port de Caudebec où sont amarrés les bateaux de croisière. Aucune ride sur la seine, c'est le calme plat. Nous empruntons le chemin de halage et passons le long d'un musée de la Seine où est exposé un ancien bateau conçu pour transporter les blocs de craie destinés à l'endiguement du fleuve. Nous atteignons un endroit sur la Seine où le pilote monte sur les bateaux qui remontent la Seine jusqu'à Rouen. La manœuvre consiste à accoster le bateau en allant à la même vitesse et monter avec une échelle de corde sur le cargo. le pilote devient le capitaine du bateau, il connaît bien les pièges du fleuve. Nous quittons les bords du fleuve pour monter de nouveau sur le plateau, traversons le parc naturel de Brotonne, et descendons vers Villequier où Léopoldine, fille de Victor Hugo et son époux trouvèrent la mort en se noyant le 4 Septembre 1843 (leur bateau a chaviré sur la Seine). Nous traversons le paisible village de Villequier avec ses belles maisons à colombages. Le soleil chauffe bien l'atmosphère et le sac à dos commence à peser. Nous atteignons Notre-dame-de-Gravenchon avec ses usines pétrochimiques, mais malgré tout la campagne est belle aux alentours. Nous déjeunons dans le cimetière d'une église à Lillebonne, c'est l'ombre qui nous a fait choisir cet endroit. Un petit café dans un bar pour nous stimuler et c'est reparti direction Saint-Vigor-d'Ymonville. Traversée de Lillebonne cité antique sur la Seine (Juliobona la cité antique sur la Seine). Toujours une belle végétation de printemps, nous apercevons dans le lointain le pont de Tancarville, nous marchons mais il n'approche pas très vite …
Enfin après quelques heures, nous passons à côté du pont et du château de Tancarville, le but se rapproche mais il y a encore de la route. Nous voyons de beaux corps de ferme, avec appareillage briques silex typique de la Normandie. Après 12 heures de marche, arrivée au gîte de Saint-Vigor-d'Ymonville, avec une petite pluie rafraîchissante en fin de parcours. Les propriétaires du gîte nous accueillent dans leur belle demeure, le dîner a été préparé par un restaurateur et amené sur place (le restaurant étant trop loin du gîte).

5ème journée – Saint-Vigor-d'Ymonville - Le Havre.
Nous quittons de très bonne heure notre beau gîte en direction du Havre, il ne fait pas encore trop chaud, nous traversons une vallée avec des cressonnières, des champs de blé et arrivons à Gonfreville l'Orcher, vue depuis les hauteurs de la Seine des raffineries et usines chimiques. Au loin Le Havre se devine, parcours sur les hauteurs de la Seine, puis le chemin descend dans la vallée. Nous arrivons à Harfleur et déjeunons dans le parc de la mairie au bord d'un étang entouré de beaux arbres. Une fois sustentés, nous reprenons la marche le long de la Lézarde, rivière passant à Harfleur, et cheminons près d' une parabole en bois construite sur les hauteurs de Caucriauville (sculpture en bois, invitation à la contemplation). Nous abordons les faubourgs du Havre, longeons l'abbaye de Graville fondée au XIème siècle, la rue du prieuré nous amène au Havre et déambulons dans la rue Aristide Briand. La façade d'un cinéma désaffecté « Le Normandy » avec façade art déco attire notre attention. Après consultation sur internet nous apprenons que dans ce cinéma se sont produits dans les années 1950 : Duke Ellington, Benny Goodman, Sydney Bechet, Claude Luther et d'autres, c'est une surprise !
Nous progressons dans la ville moderne du Havre, la fatigue se fait sentir mais il faut remplir le contrat ! Nous atteignons l' hôtel de Ville conçu par l'architecte Auguste Perret. un kilomètre plus loin nous atteignons la mer et longeons le front de mer jusqu'à Saint Adresse afin d'augmenter les kilomètres nécessaires pour le contrat. Sainte Adresse commune située au bord de la mer, peinte par Claude Monet, il fait beau et chaud, une terrasse de bar face à la mer nous incite à un arrêt pour déguster une bière, nous l'avons bien mérité après ce périple. Nous repartons vers le centre ville du Havre en parcourant le front de mer. Visite de l'église Saint Joseph, monument de béton créé par l'architecte Auguste Perret. A l'intérieur, un puits de lumière impressionnant vient de la tour de béton. Il nous faut penser au retour vers Paris et rejoignons la gare SNCF du Havre. Nous dînons dans un restaurant Libanais près de la gare avant de reprendre le train direction de Paris. Mission accomplie !

Patrice Massaud



50 km de Vilhonneur le 15 mai 2022



Le dimanche 15 mai 2022, Claude Durand nous avait donné rendez-vous au Moulin de la Pierre de Vilhonneur pour des brevets de 25 km et 50 km. Le dernier Audax de 50 km que nous avons organisé remonte en février 2020 à Voeuil et Giget. Il y avait donc un peu d'appréhension dans la tête de certains d'entre nous.

Les inscriptions se sont faites au siège de l'association « Pierre et Savoir Faire » du moulin de la pierre. Du café et des gâteaux étaient à la disposition des marcheurs avant le départ.

L'association « Pierre et Savoir Faire » est située sur le bord de la rivière « Tardoire ». Elle a pour vocation de faire découvrir la pierre au travers de l'histoire et de son travail. Elle propose aussi de l'initiation à la sculpture et des animations culturelles autour du moulin de la pierre à Rochebertier.

Avant de partir, le bureau de l'association en a profité pour féliciter notre ami Claude Durand qui a réussi à boucler son premier aigle d'or. Il l'avait commencé en septembre 2015 à Chasseneuil sur 25 km et pour le terminer le week-end du 7/8 mai 2022 à Olmet dans le Puy de Dôme, sur un 150 km en ligne.

L'aigle d'or est la plus haute distinction pour un marcheur qui pratique la marche Audax. C'est réussir plusieurs brevets de différentes distances (de 25 à 150 km) sur 1 950 km. Un sacré challenge !Ce sont 42 audacieux (22 sur le 25 km et 20 sur 50 km) qui ont pris le départ à 7 h 30 sous la direction de Claude qui connaît tous les chemins du secteur de Vilhonneur sur le bout des doigts.

En début de parcours, nous avons traversé un gué sur la rivière de la Tardoire, c'est une des curiosités du secteur.

Un autre site remarquable de la première boucle est le moulin de la Forge situé sur la commune de Rancogne. Ce moulin est historiquement lié aux heures de gloire de la forge à canons de Rancogne (fin du 17ème milieu du 18ème). Ses Roues actionnèrent soufflets et marteaux jusqu'en 1760.

Nous avons fait deux pauses de ravitaillement sur le parcours du matin.Pour ceux qui faisaient les 50 km, la pause d'une heure au moulin de la Pierre était la bienvenue afin de re-prendre des forces. Chacun d'entre nous a pu se restaurer avec son pique-nique et apprécier le charme de cet endroit.

Après la traditionnelle photo de groupe prise par le correspondant de la Charente Libre du secteur, nous sommes tous repartis sous la chaleur, avec Claude comme capitaine de route.

Heureusement, Claude avait prévu d'emprunter des chemins et les petites routes bien ombragés. Il a fallu que chacun d'entre nous s'hydrate suffisamment aux différents points de ravitaillement du circuit.

En milieu de parcours, nous avons traversé la ville de La Rochefoucauld pour découvrir le magnifique cloître de couvent des Carmes et longé l'imposant château.

Pour fêter son aigle d'or, nous avons tous trinqué avec Claude et Denis Deba lui a offert un petit cadeau original, un lance pierre en forme d'aigle.

Il a été délivré 6 diplômes sur les 50 km.

Merci à toute l'équipe qui a assuré les ravitaillements et au président de l'association « Pierre et Savoir Faire » pour nous avoir mis à disposition les locaux du moulin de la pierre.

Pascal Hirondeau





Revue 638_3_Mise en page 1 19/09/2022 09:04 Page 33

100 km de Plomeur les 4 et 5 juin 2022

Samedi 4 juin 5 h 45, champ de courses d'Enghien dans le Val d'Oise, Pascal me prend comme prévu pour un voyage de 1 300 km (600 en voiture, 100 à pied, 600 en voiture), direction la Bretagne.
Après une pause-café à mi-parcours, à midi pile nous arrivons à l'espace jeunes de Plomeur. Durant ces 6 heures de route, l'autoradio est resté muet, mais pas les deux larrons qui ont tchatché sans cesse.
Après avoir échangé avec certains sur notre dernier périple du 200 km d'Apremont, il est déjà 14 heures c'est l'heure du départ de ce 20 heures Bigouden, en empruntant une première boucle classique de 50 km passant par les ports de Loctudy, Lesconil, Le Guilvinec, la pointe de Penmarc'h, Le phare d'Eckmûhl et la célèbre pointe de la Torche que je découvre pour la seconde fois, sous le coucher du soleil. Il n'y a plus que l'Océan qui se rencontre avec le ciel. Merci Gilbert Floch de nous faire profiter de ce magnifique cliché de ton coin extrême ouest de La France.
Retour direct à la salle de départ pour la pause repas afin de recharger les batteries pour poursuivre par 2 boucles de 12,5 km en traçant un 8 sous le croissant de lune avant celui du petit déjeuner.
Pas de pluie « jamais en Bretagne » la température est idéale, les km défilent sans difficulté, que du bonheur. C'est le calme plat, les nouveaux encaissent sans rien faire paraître de leurs petits bobos et s'accrochent au peloton. Nous étions 88 inscrits dont 31 sur 100, 10 sur 75, 17 sur 50, et 30 sur 25 km, beau succès malgré la concurrence de Gien. Et à regarder de plus près, il n'y a eu que très peu d'incidence sur le nombre de participants, hormis une petite dizaine tout au plus puisqu'à Gien il n'y avait que 18 partants sur les 100 km.
Après le petit déjeuner, nous repartons à une trentaine augmentée de 3 ou 4 pour faire les 25 km. Cette dernière boucle en passant par des chemins herbeux, fauchés pour la circonstance par les cantonniers à la demande de War-Maez, rando-club de Plomeur afin de faciliter notre progression.
Ce nouveau parcours concocté par Gilbert et emmené avec Jean-Yves, nos deux capitaines de route, ils nous font prendre en alternance des petites routes, des chemins, des sentiers côtiers et forestiers qui nous font découvrir progressivement



avec le lever du jour un paysage paisible et de toute beauté de la campagne du Bigouden. Même les vaches installées par Leclerc s'y sentent bien.
Bravo et félicitations aux nouveaux audacieux qui ont réussis leur première grande distance, 4 sur 75 et 5 sur 100 km et au jeune de 15 ans qui a terminé son premier 25 km. Et de remercier tous les bénévoles qui nous ont permis de vivre encore une fois notre passion, en souhaitant très sincèrement les revoir l'année prochaine.

Didier Daumain



20 heures ou 100 km de Gien les 4 et 5 juin 2022

Les 4 et 5 juin, l'Audax Rando Gien organisait un 20 heures marche Audax ou 100 km, répartis en 4 boucles de 25 km. On retrouve les habitués comme Dany, Nelly, Françoise, Sylvaine, Jacques, Joël, Guy, Alain pour ne cités qu'eux et dont certains ont réalisé le 200 km le week-end précèdent.
Après les consignes de sécurité données par Francis, secrétaire de l'Audax Rando Gien, 33 audacieux prennent le départ à 14 h 30 ce samedi 04 juin, sous la conduite de Jacques Arnault, capitaine de route du jour, assisté de Monique Delorme et Chantal Villain. Malgré une météo incertaine, la bonne humeur règne au sein du peloton.
Cette première boucle de 25 km les conduit à Briare par les



bords de Loire, via la Petite Thiau puis la Rivotte où les attendent Eric, Jean-Paul et Roger pour un premier ravitaillement. Le peloton poursuit son chemin pour emprunter le pont canal de Briare. Construit dans les années 1830, il porte le canal latéral à la Loire au dessus de cette dernière. Le retour se fait par l'itinéraire cyclotourisme de la Loire à vélo qui relie Cuffy (près de Nevers) à Saint-Brevin-les-Pins (près de Saint-Nazaire), très fréquenté en cette période, via Saint-Brisson puis Saint-Martin-sur Ocre. La traversé du vieux pont de Gien, qui offre une superbe vue sur la château d'Anne de Beaujeu et dont l'origine date de 1246, permet de rejoindre la salle des fêtes Bernard Palissy, camp de base pour ce brevet Audax.
Après une petite collation servit par Christine, Françoise, Marie-Françoise et Christiane, le groupe, diminué de 8 marcheurs pour qui l'objectif du jour était de faire 25 km, se dirige vers le quartier de Cuiry et direction Nevoy par la route d'Orléans et les Bourassins. Puis continuation vers la centrale nucléaire de Dampierre-en-Burly pour une boucle qui les ramène vers Nevoy via les Guérets et Arcole avant le retour sur Gien par le chemin des Fourches.
Sur cette 2eme boucle, au kilomètre 17, une pluie d'orage s'abat sur les marcheurs jusqu'à leur retour à la salle. Et comble de malchance, en plus de la pluie, une nuée de moucherons s'invitent au ravitaillement.
La pause repas, bien méritée, est mise à profit pour se sécher

et mettre des vêtements secs, mais aussi pour soigner les petits bobos accentués par la pluie. Et le malheur des uns faisant le bonheur des autres, cela laisse le temps à l'équipe en cuisine pour terminer la cuisson des pâtes qui avait pris un peu de retard.

La pause repas terminée, le départ pour la 3eme boucle, avec l'objectif de parcourir 75 km au total, est donné par Jacques. Ils sont maintenant 23 à s'élancer. Direction le sud de la Loire vers les bois du Bardelet, puis les Terres Noires par le bois de l'Hospice, les Poches et la Bichonnière. Puis traversée de Poilly-Lez-Gien par la Bacherie et retour par la route de Port Gallier avec une vue différente sur le château de Gien, construit à partir de 1482 pour Anne de France et Pierre II de Beaujeu sur la base d'une forteresse médiévale, et le vieux pont. Pour 5 marcheurs, l'objectif fixé de 75 km est atteint. Non sans mal pour Sylvaine qui termine avec pas mal d'ampoules aux pieds.

Après un bon petit déjeuner toujours servi par Christine assisté de Jean-Pierre, 16 marcheurs repartent pour la 4eme et dernière boucle, sans Magali et Samir pour qui l'objectif des 100 km ne sera pas atteint. Jacques les conduit de nouveau vers Briare. Direction la Croix Méry puis les audacieux quittent la vallée et se dirigent vers la Vaudelle puis à droite vers le bois Pinon et le bois des Roches. Continuation vers Troussebois, puis le tour du domaine de Beauvoir avant de retraverser le bois Pinon. Comble de malchance, comme sur la 2eme boucle, la pluie se manifeste juste avant le dernier ravitaillement mais cependant moins violente. Le retour sur Gien se fait par les Quatre Chemins et les Petits Bois. Tous ce petit monde arrive quasiment groupé à la salle à 10 h 30 pétante ce dimanche matin.

Ils sont donc 16 marcheurs sur 18 engagés sur le 100 km à rallier l'arrivée, dont Isabelle Maudet pour qui c'est une première. Après la remise des brevets et d'une coupe pour Isabelle, Francis remercie chaleureusement tous les participants et tous les bénévoles sans qui ce brevet n'aurait pu se faire. A leur tour, les participants remercient chaudement les organisateurs, le capitaine de route pour la régularité de l'allure, sans oublier les bénévoles pour la qualité des repas et des ravitaillements où les confections maisons sont très appréciées.

Et toutes et tous se retrouvent autour du verre de l'amitié et se donnent rendez-vous pour des prochains brevets.

Francis Henriet
Secrétaire de l'Audax Rando Gien.





Calendriers des Audax 2022 - 2023

Vous pouvez consulter les calendriers des Audax 2022 et 2023 sur notre site

https://www.audax-uaf.com

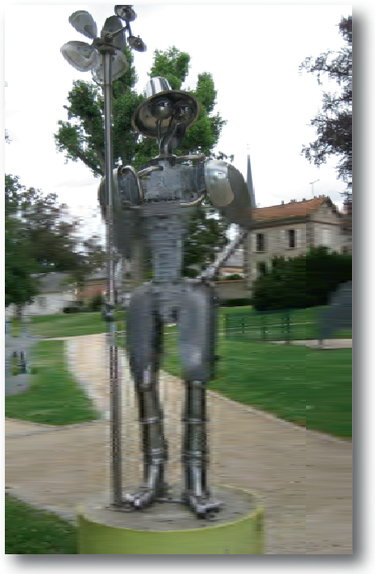
Ce calendrier regroupe l'ensemble des brevets Audax dans toutes les disciplines et est mis à jour en temps réel au fur et à mesure des saisies aussi bien pour les ajouts, les modification et les annulations.

Revue 638_3_Mise en page 1 19/09/2022 09:20 Page 35

25 km de Béville-le-Comte le 5 juin 2022

Ce jour, le LAC (Luisant AC Randonnée), sous la houlette du non moins dynamique Gérard Coutel, nous a donné rendez-vous dans cette petite commune de 1700 habitants, sise à 20 kilomètres à l' est de Chartres.
Petite étymologie - Béville … le Comte, car dépendant du Comté de Chartres. C'est Éric Ségard, membre du club et maire de la commune, qui nous reçoit donc et nous fera découvrir divers aspects de la région. Accueil sympathique à la salle des fêtes, près de l' église Saint Martin, ce soldat romain qui partagea son manteau en deux pour un pauvre, avant de devenir moine, puis évêque de Tours (nous reparlerons plus loin de lui dans ce récit).
7 h 30, un petit peloton d'une trentaine d'unités s'élance dans la joie et la bonne humeur vers notre 1ère boucle dirons-nous « beauceronne ». A la sortie de la ville, nous passons devant une grande effigie représentative de cette cité (1) qui se dit « capitale mondiale de l'épouvantail » depuis 1990. Toujours sous la conduite d'Éric … et de ses commentaires (c'est lui après tout le régional du jour !), nous allons cheminer à travers cette région de cultures par de petites routes agréables et variées. Nous ne sommes pas en pleine Beauce et ses grandes lignes droites monotones. Chemin faisant, toujours joyeux d'être dans la nature qui nous le rend bien souvent, au rythme soutenu (toujours notre 6 km/h) mais très régulier de Philippe notre capitaine, et sans nous en rendre compte, nous voici revenu à notre point de départ. Un super ravitaillement nous y attend. Merci Martine, Maryse, Michel. Votre bonne humeur et votre gentillesse nous régalent également. Mais… il va falloir s'arracher, car nous n'avons accompli que la moitié de la randonnée. Philippe veille au chrono : 1 minute !.....
C'est reparti pour notre 2ème boucle tout à fait différente, plus verte et vallonnée, entrecoupée de la Voise, petit affluent de l'Eure et qui a donné son nom au premier village que nous allons traverser. Quel contraste avec les paysages de tout à l'heure ! On peut parler de trouée verte qui va se prolonger ainsi vers la jolie cité de Gallardon, son canal Louis XIV, puis la cité historique de Maintenon, au confluent de l'Eure et de la Voise. Merci Éric pour ces 2 parcours très différents. Ne connaissant pas la région, j'ai été agréablement surpris ! Mais revenons à nos moutons … Nous contournons Béville que nous avons aperçu il y a quelques instants, par une splendide petite route en forêt . Cette dernière va nous amener aux abords du château de Baronville que nous ne pourrons voir malheureusement, sinon la grande allée qui y amène, mais … Propriété Privée .
Apparemment Éric n'y a pas encore ses entrées (je plaisante !!). A signaler non loin, le Carroussel qui servait d'écurie et de ferme du château, transformé en lieu événementiel. Nous sommes presque arrivés, et notre guide, si je puis dire, nous fait faire un petit détour vers la Fontaine Saint Martin nichée dans un petit écrin de verdure. Connue depuis le Moyen- Age, son eau était sensée guérir les maladies des yeux. Une autre vertu est conférée à l'eau de la grotte attenante : si une jeune fille buvait cette eau, la légende voulait qu'elle se marie dans l'année ..... Encore quelques centaines de mètres pour traverser le village et nous entrons dans le parc du 19ème siècle de Béville, situé derrière l'église. Réhabilité en 2006, nommé terrain du Jeu de Paume (l'ancêtre du tennis), il est parcouru de 10 œuvres d'art contemporain (2) sur le thème de l'épouvantail . C'est une manière pour nous de boucler cette jolie et très intéressante balade !
Mais, avant de nous quitter, acquittons-nous du fameux Viandox, autrement dit du traditionnel Apéro. Bon vent, merci encore à tous et toutes pour celle belle matinée, et à bientôt …

Michel Terrier



Marche exeptionnelle 200km 27 et 28 mai Apremont (85)



54 courageux ont pris le départ du 200 km marche audax du 27/28 mai 2022.
Le soleil était au rendez-vous et la bonne humeur aussi.
Tout était prêt au Camping LesCharmesd Apremont pour accueillir les marcheurs.
Un grand merci aux bénévoles pour leur service durant 40 heures.

Pierre-Yves

suite en page 36 ==>

Revue 638_3_Mise en page 1 19/09/2022 10:30 Page 36

Marche exeptionnelle 200 km 27 et 28 mai Apremont (85)

Les 27 et 28 mai s'est déroulée en Vendée une marche exceptionnelle Audax de 200 km à laquelle j'ai participé en tant que représentant du Club Audax « Dou bi de Rey » Jurançon, présidée par Denise Ciszewski.
54 « Audacieux » venant de toute la France, ainsi que de Belgique et des Pays Bas où est pratiquée la marche Audax, ont pris le départ de cette compétition le vendredi 27 mai à 06 heures, depuis le camping « Les Charmes » à Apremont (85). Ils savaient qu'il faudrait deux jours et une nuit, soit 40 heures, jusqu'au samedi 28 mai à 22 heures, pour en voir le bout, à une vitesse moyenne de déplacement de 6 km/h.
Pour ma part j'avais conscience qu'il allait falloir occuper l'esprit sur 40 heures afin d'éviter cette lassitude qui vous envahit au fil des kilomètres. La présentation du circuit la veille au soir en salle sur une carte du département montrait une boucle interminable traversant 32 communes, telles que Challans, Saint Révérend, Saint Gilles Croix de vie et l'île d'Olonne. C'était mon premier 200 km alors que la majorité des participants en comptabilisait plusieurs, mais chacun restait humble tout comme cette marcheuse du Cher qui précisait que c'était sa 24ième marche de 200 km , mais qu'on est jamais sûr d'arriver au bout.
Nous sommes partis pour la grande aventure, de beaux paysages s'offraient à nous le premier jour à travers petits chemins goudronnés et pistes, puis la nuit à passer frontales allumées, sur un itinéraire vallonné et enfin les premières lueurs de l'Aube suivies de la découverte de l'Océan que nous avons bordé sur une trentaine de kilomètres. Les conditions climatiques étaient idéales jusqu'au milieu de l'après-midi du samedi où la légère brise a cessée et le soleil est devenu subitement plus rayonnant. La chaleur associée à la fatigue commençait à entamer les organismes.



Certains avaient du mal à garder l'allure et pourtant il ne restait qu'un sixième du circuit tout au plus, mais évidemment les 25 km les plus durs. Malgré leur pugnacité et dans la douleur quelques participants n'ont pu arriver au bout. 10 abandons ont été enregistrés, alors qu'ils étaient tous préparés pour ce type d'épreuve. La précédente marche de 200 km s'était déroulée en 2018, sur un rythme de tous les 2 ans et l'épreuve actuelle qui devait se tenir en 2020 a été reportée 2 années de rang à cause du Covid, ce qui peut expliquer cela. Le nombre de participants qui généralement avoisinait les 110/120 marcheurs a été divisé par deux.
Quant à moi, je m'étais préparé tout comme pour un ultra trail et jusqu'au bout j'ai pu apprécier les paysages qui défilaient, aider ponctuellement d'autres marcheurs et profiter pleinement de cette épreuve exceptionnelle, ayant été épargné par les ampoules aux pieds et douleurs musculaires flagrantes. Le prochain gros objectif sera l'ultra trail « Le tour des Cirques » fin août dans les Hautes Pyrénées de Piau Engaly à Vieille Aure, sur une distance de 125 km pour un dénivelée de 7500 D+ et 8500 D-.
Un bref historique de la marche Audax dont le premier 100 km a vu le jour en juin 1904 initié par Henri Desgrange, patron du Tour de France, suivi du premier 150 km en 1907 et en 1985, soit 78 ans après, à Mantes La Jolie (78), s'est déroulée le première marche exceptionnelle Audax de 200 km.



Pour conclure je tiens à remercier l'organisation et mettre à l'honneur tous les bénévoles qui ont oeuvré jour et nuit sur les divers ravitaillements parfaitement garnis et sans qui la réalisation de cette épreuve n'aurait pas été possible.

Serge Cambot



Votre revue :

Nous comptons sur vous que vous soyez organisateur ou participant
Envoyez-nous textes et photos de vos brevets.
(textes sous Word ou autre, pas de pdf et photos en haute définition)

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



Revue 638_3_Mise en page 1 19/09/2022 10:33 Page 37

20 heures de Chaumes-en-Retz les 25 et 26 juin 2022

Un grand classique d'un 20 heures, dans le pays de Retz.
Situées en Loire-Atlantique, trois communes ont fusionné : Arthon, Chaumes et Chéméré. Elles sont proches de Marchecoul et font partie de la communauté de communes de Pornic.



Arthon a fait partie de la Bretagne historique, dans le pays traditionnel de Retz et dans le pays historique nantais.
L'occupation humaine sur le territoire de la commune d'Arthon est attestée dès le mésolithique et le néolithique par la découverte de silex taillés et de haches polies sur la commune, et l'érection du menhir du bois des vallées de la Sicaudais.
Deux personnalités sont liées à la commune :
Michael Landreau né à Marchecoul (footballeur, gardien de but entre 1996 & 2014) et Anthony Charteau né en 1979 à Nantes (cycliste professionnel de l'équipe Europcar).
C'est au départ de la salle omnisports d'Arthon que nous allons parcourir durant 20 heures, un classique 100 kilomètres sur un terrain plat variant de 0 à + 61 mètres.
Nous sommes une cinquantaine à prendre le départ, dont 33 engagés sur le 100 kilomètres (6 font leur 1er 100 kilomètres).
Une première boucle de 50 kilomètres passe par les 5 chemins à Bourgneuf, le quai Jean Mounes / Le Collet, Port Royal à la Bernerie en Retz, Pornic et la Limbière / Chauve.
La nuit, nous ferons une boucle de 25 km en passant par le Prepaud / Vue et Beau Chêne à Chaumes en Retz.
Après le petit-déjeuner, nous finirons par une boucle de 25 km sur la commune de Chaumes en Retz.
De retour à la salle, Hubert Plissionneau remettra une médaille aux premiers 100 kilomètres et un trophée à Bernard Boutin du Club des 100 Bornard de Garde, pour son 28ème Aigle d'Or.

Didier Daumain

Les samedi 25 et dimanche 26 Juin 2022 se sont déroulées les 20 heures marche audax d'Arthon en Retz (44320), manifestation organisée par le club "l'Etoile du Randonneur ".
A part la grosse averse d'une dizaine de minutes, le dimanche matin vers 09h30, les conditions météorologiques ont été très bonnes pour cet Audax.



54 marcheurs se sont alignés sur les différentes distances proposées :
- 100 km : 31
- 75 km : 7
- 50 km : 11
- 25 km : 6

Quelques marcheurs finistériens et costarmoricains habitués des Audax étaient présents :
Anne Lise, Nathalie , Marc , Jean Yves représentaient la Vaillante marche sportive de St Brieuc tandis que Gilbert et André celui de War Maez de Plomeur ;
Hubert nous avait tracé de très beaux circuits sur un parcours plutôt plat ... à part les 25 kms de nuit : 138 mètres de dénivelé !
Le dimanche matin, à l'arrivée, s'est déroulée la traditionnelle cérémonie de remise de récompenses suivie du vin d'honneur.
Le président du club a récompensé 6 marcheurs :
Stéphanie,Laurence , Ronan, Yann et Loïc (qui a également terminé un aigle de bronze) ont réussi leur premier 100 kms tandis que Bernard obtenu son 28-ème d'aigle d'or .
Félicitations à eux tous pour leur succès.
Un grand MERCI à l'organisateur Hubert et surtout à tous les bénévoles (que ce soit à la sécurité, en salle, aux ravitaillements, l'intendance.) ayant œuvré à la réussite de cette marche ...sans eux un Audax ne pourrait se dérouler !
Concernant les repas (diner, petit déjeuner) et ravitaillements rien à redire : tout était parfait !

En espérant revenir vous voir en 2023 ... bonne continuation

André Saliou

Toutes les photos sur le reportage photographique réalisé par André Saliou :
Samedi 25/06
https://photos.app.goo.gl/AwLHxahArPCwTvyo7
Dimanche 26/06
https://photos.app.goo.gl/NfdiRqYyUGD7fkneA





Les prochains brevets Marche ...

Date dé-	Dist.	Ville départ	Dépt.
17/09/2022	50km	Se renseigner	21
17/09/2022	20h.	Obernay	67
18/09/2022	50km	Vaux sur Mer	17
18/09/2022	25km	Lescar	64
21/09/2022	25km	Montigny-le-Bretonneux	78
24/09/2022	50km	Le Tilleul	76
24/09/2022	100km	Pomponne	77
25/09/2022	25km	Oloron	64
25/09/2022	25km	Saint Pierre des Corps	37
25/09/2022	25km	se renseigner	67
28/09/2022	25km	Les Mureaux	78
01/10/2022	125km	Tournon sur Rhône	07
01/10/2022	25km	Se renseigner	21
02/10/2022	50km	La Ferrière aux Etangs	61
02/10/2022	25km	Obernay	67
02/10/2022	25km	A définir	54
02/10/2022	25km	St Denis	974
~~02/10/2022~~	~~25km~~	~~Groslay~~ ANNULÉ	~~95~~
05/10/2022	25km	Chavenay	78
08/10/2022	75km	guerville	78
08/10/2022	20h.	Ambert	63
08/10/2022	10h.	Pougues les eaux	58
09/10/2022	50km	Verdille	16
09/10/2022	25km	Saucede	64
09/10/2022	25km	Vertou	44
12/10/2022	25km	Eaubonne	95
13/10/2022	75km	Liessies	59
15/10/2022	50km	Se renseigner	21
15/10/2022	50km	Montrichard Gare	41
15/10/2022	10h.	Pontoise	95
15/10/2022	50km	se renseigner	67
16/10/2022	25km	Laxou	54
19/10/2022	25km	Carrières s/Seine	78
22/10/2022	25km	Bussy St Martin	77
22/10/2022	100km	Le Mans	72
~~22/10/2022~~	~~75km~~	~~Verdun~~ ANNULÉ	~~55~~
23/10/2022	25km	Jurançon	64
23/10/2022	25km	Nancy	54
26/10/2022	25km	Les Mureaux	78
29/10/2022	25km	Se renseigner	21
29/10/2022	50km	Paris	75
01/11/2022	25km	Orchaise	41
02/11/2022	25km	Chavenay	78
05/11/2022	25h.	Olmet	63

Date dé-	Dist.	Ville départ	Dépt.
06/11/2022	50km	Domfront	61
06/11/2022	25km	Asnières sur Nouère	16
06/11/2022	25km	Obernay	67
06/11/2022	25km	Chantemerle les Blés	26
09/11/2022	25km	Eaubonne	95
11/11/2022	150km	Avesnelles	59
11/11/2022	75km	Verdun sur Meuse	55
13/11/2022	50km	Fouesnant	29
13/11/2022	50km	Neuves Maisons	54
13/11/2022	25km	Se renseigner	21
13/11/2022	25km	Jurancon	64
13/11/2022	25km	Luisant	28
16/11/2022	25km	Se renseigner	37
16/11/2022	25km	Gometz le Chatel	91
19/11/2022	50km	Montigny-le-Bretonneux	78
19/11/2022	25km	Esbly	77
19/11/2022	50km	se renseigner	974
20/11/2022	25km	Verdun	55
20/11/2022	25km	se renseigner	67
23/11/2022	25km	Les Mureaux	78
~~26/11/2022~~	~~50km~~	~~Paris~~ REPORTÉ AU 03/12	~~75~~
26/11/2022	30h.	Clugnat	23
26/11/2022	25km	Se renseigner	21
27/11/2022	25km	Mézeray 72270	72
30/11/2022	25km	se renseigner	se rens.
03/12/2022	15h.	Luisant	28
~~03/12/2022~~		~~Sars-Poteries~~ ANNULÉ	~~59~~
03/12/2022	50km	Paris	75
03/12/2022	25km	Se renseigner	21
03/12/2022	25km	Obernay	67
04/12/2022	25km	Rosporden	29
04/12/2022	25km	Les Herbiers	85
04/12/2022	25km	Verdun	55
07/12/2022	25km	guerville	78
07/12/2022	25km	Se renseigner	37
10/12/2022	20h.	Saint-Aubin	59
11/12/2022	50km	Thiebaumenil	54
11/12/2022	25km	St Jean de Muzols	7
11/12/2022	25km	Angoulême	16
14/12/2022	25km	Eaubonne	95
17/12/2022	25km	Ozoir la Ferrière	77
17/12/2022	25km	se renseigner	67
18/12/2022	25km	Se renseigner	21
18/12/2022	25km	Chemille en Anjou	49
21/12/2022	50km	Paris	75
28/12/2022	25km	Les Mureaux	78

Toutes les informations concernant ces brevets sur notre site en page d'accueil.

Bonneterie

Paulette Lecoeur
06.85.75.62.85
bonneterie@audax-uaf.com

Maillot manches courtes	30,00 €
Maillot manches longues	40,00 €
Coupe vent UAF	30,00 €
Cuissard long hiver à bretelles (tailles L et 2XL)	40,00 €
Cuissard court avec fond en gel avec bretelles	30,00 €
Cuissard avec fond en gel sans bretelles	30,00 €
Chasuble réfléchissante UAF	3,00 €



Médailles

Patrice Massaud
06.32.71.77.74
homologmarche@audax-uaf.com

Médaille brevet toutes disciplines	9,00 €
Gde médaille toutes discipline	
Aigles bronze argent et or	45,00 €
Gde médaille Flèche ou étoile pédestre	45,00 €
Gde médaille rando cycliste et permanente	45,00 €
Insigne ttes disciplines aigles	7,00 €
Médaille coquille 1,000 km marche	9,00 €



Homologations

Jean-Luc Tréberne
06.89.06.95.88
homologcyclo@audax-uaf.com

Homologation de Flèche ou étoile marche	9,00 €
Homologation rando permanentes cyclistes	9,00 €
Carnet homologation Aigle pédestre	3,50 €
Carnet homologation Coquille	3,50 €
Carte de route ttes disciplines	Frais expé. uniquement



Ouvrages

Éric Lecordier
06.51.10.77.00
secretaire@audax-uaf.com

Un siècle de brevets d'Audax cycliste de Bernard Déon
30,00 € + frais d'expédition.

NOUVEAU !
Histoire des Audax pédestres de 1904 à nos jours
de Jacques Lannoy

33,00 € + frais d'expédition 9,00 €
Bon de commande page 4.



Tous les contacts sur notre site https://www.audax-uaf.com/ rubrique contacts

Revue 638_3_Mise en page 1 19/09/2022 10:12 Page 40



Les Randonnées Permanentes de l'UAF

Montgeron - Col du Tourmalet
Souvenir Jacques Goddet

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

Montgeron - Col du Galibier
Souvenir Henri Desgrange

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

Paris - Mont Ventoux
Souvenir Pierre Kraemer

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

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

2250 km - 7000 m d'élévation
8 BCN / BPF - 3 cols
Label FFCT n°243

Renseignements : Jean-Luc TREBERNE - rp@audax-uaf.com
4, rue Léon Millot - 44400 REZE

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