



LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud
Chilly-Mazarin

Semaine 04

CYCLOTOURISME

LAURENT

Dimanche 28 janvier – Sortie club

Sortie club proposé avec rdv à 9h au Carrefour Market. Pour le G1, G2, Thierry, Gilles et moi. Pour le G3, VAE, Thérith, Eric, Albert & Lucie. Jeannot en voiture suiveuse. Le temps des bonjours et quelques bavardages puis chaque groupe prend le chemin prévu. Pour nous l'ouest vers Palaiseau pour un parcours de 92 km prévus.

Pas de vent, du soleil parfois voilé et 1°C de moyenne jusqu'à 11h puis de 1 à 4°C sur la fin. Petit arrêt en haut de la bosse vers La Brosse (un selfie, je m'y prends en 3 fois, soleil de face et pas doué aussi). C'est là, vu l'heure et les forces restantes, qu'on décide de couper pour rentrer pas trop tard. Au final 80 km, à une moyenne de 23,4 km/h.



Aujourd'hui que de cyclistes sur les routes, y'en a de partout !

ROBERT

Dimanche 28 janvier**Le CR de Brice Chériaux**

« On l'attendait tous depuis un mois. Eh bien là voilà ! Un peu fraîche, mais elle est enfin arrivée ! La première sortie cycloSPORT de la saison 2024 🇫🇷. Les conditions météo ont été particulièrement difficiles ces dernières semaines, certains coureurs n'ont pas pu rouler régulièrement alors les plus en forme emmènent les coureurs moins entraînés.

Bien heureusement Robert est présent, il veille sur les coureurs en nous suivant avec sa voiture en cas de crevaison ou problème mécanique. Il a même pensé à ramener une petite collation protéinée pour nous aider à récupérer.

Le parcours de 84 km aura été avalé en 2h40, 30.4 de moyenne 🚗 pas mal pour une reprise de petits vieux » 🧑 🧑 🧑 🐘 🐘 🐘



Des petits vieux... en pleine force de l'âge !

Ils étaient 4 pour cette première sortie, à laquelle s'était joint un ami de Romain et un gars de Savigny, à priori, seul dans son club ! ? Il faisait beau et malgré la fraîcheur pas mal de cyclistes sur les routes. Nos gars, Jean Christophe, Patrick, Romain et Brice étaient costauds. Les invités aussi. Jean Christophe un peu en dessous, en tous cas, toujours présent à l'arrivée à Villejust !

Pour cette sortie Brice maîtrisait un nouveau vélo.

Les WE précédents, les sorties ont été annulées pour risques hivernaux ! Chacun a donc fait au mieux, qui l'après-midi, qui à Rungis... Une chose est certaine, Romain lui avait choisi la bouillasse pour s'exprimer !



LAURENT

Assemblée Générale 2024

N'oubliez pas l'AG du VCBS, **samedi 10 février à 16h, dans la salle des expositions, au parc de la mairie.**

En cas d'absence, envoyez par e-mail une procuration pour obtenir le quorum, merci.

CHRISTIAN

Déficients visuels en balade.

Il y a des traditions qui perdurent : récemment c'était la galette, aujourd'hui c'était l'accompagnement de déficients visuels de [Valentin Haüy](#) en tandem.

Avec Laurent, Elise (éducatrice sportive à Valentin Haüy) et moi, nous avons baladé les jeunes ados.

Un premier tour avec des jeunes confirmés nous a permis de descendre le long de la vallée de l'Yvette (parcours un peu urbain, mais sans difficulté avec des jeunes qui maîtrisent), puis d'arpenter la plaine de Balizy avant de remonter au centre, en faisant une pause pour leur « montrer » le convoi de tracteurs sur l'A6...

Le deuxième groupe, un peu moins aguerri, a rejoint les pistes cyclables au nord de la ville (le long de « la déviation » par exemple).

Un agréable après-midi, 3h de balades gentilles, mais qui réchauffent les cœurs de tous ; ils rentrent bien fatigués, mais sont prêts à réitérer. Nous aussi, d'ailleurs.

