



LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud
Chilly-Mazarin

Semaine 08

CYCLOTOURISME

LAURENT

Samedi 24 février 2024

En fonction de la météo annoncée pour dimanche, la sortie club a été décalée au samedi (site et Thomas sur WhatsApp). On était 3 avec Thomas, Lionel et moi. Le rendez-vous était fixé en bas de Villejust, juste au niveau du rond-point du tracteur. Le programme prévu était celui du dimanche, c'est-à-dire les 110 km.

Départ un peu rapide pour moi, vent de face. L'allure de Thomas et Lionel était un peu au-dessus de mes capacités, donc je suis resté souvent dans les roues. Pour l'instant, tous les 2 ont un rythme supérieur au mien. Pour février, je trouve que c'est un peu un peu raide pour moi. On verra sur le reste de l'année.

Après Gazeran, le retour se fait avant dans le dos, plutôt favorable. Là toujours pareil, vu les vitesses, je suis souvent plutôt dans les roues. A Poigny-la-Forêt, on grille un stop, les gendarmes en embuscade, on se fait arrêté. On accepte les faits, on se fera remonter gentiment les bretelles par les forces de l'ordre, ça en reste la avec un avertissement, sympa ma foi. On aura une crevaison juste après Dampierre. Le retour se fera par St Rémy les Chevreuse, Gif, Palaiseau.

Au final, 110 km à 26,9 de moyenne pour 793m de D+.



ALBERT

Sortie Club du dimanche 25 février groupe G3/G4/VAE

Ce dimanche regroupement au Carrefour Market : à 8h20 nous sommes 5 Eric Thearith, Lucie et moi qui rencontrons Thierry qui nous accompagnera quelques kilomètres. Et il a aussi Jeannot qui nous escortera... du mieux qu'il pourra après s'être égaré dans un long tunnel ! Nous croisons Jean-Claude dans la descente vers Longjumeau puis retrouvons Philippe à Villejust où attendent aussi (mais pas nous) trois autres cyclos du club : nous voilà donc 6 à rouler de concert.

Nous allons suivre "à peu près" le parcours proposé par Laurent car nous allons escamoter les montées du déluge et de Senlisse pour faire plus court. En effet le soleil ne brille pas et nous craignons que la fin de matinée n'amène la pluie.

A part ces 2 entorses ce sera le parcours prévu. Nous perdons Philippe peu avant Cernay (manque d'entraînement) mais récupérons André qui nous attendait à Dampierre... après nous avoir attendu en vain au déluge.

Nous sommes donc 6 de nouveau sur la photo devant le monument dédié à Fernand Léger à l'entrée de Gif, 6 qui resteront groupés jusqu'à l'entrée de Longjumeau sans avoir été vraiment mouillés, donc bien contents d'être sortis malgré les doutes météorologiques.



PHILIPPE

Sortie du dimanche 25 février (groupe 2)

Le rendez-vous du groupe 2 est fixé, l'heure du départ arrêtée, la seule inquiétude c'est la météo ! Dimanche matin à 7h00 le lever du jour laisse apparaître un ciel bien gris chargé de pluie, ce qui n'augure rien de bon pour la journée ! A 8h00 au top départ de chez moi, les conditions ne sont pas idéales mais comme il ne pleut pas, cela me donne l'opportunité de rejoindre sur le parcours initié et en haut de la côte de Villejust : Théarith, Lucie, Albert, Jean-Claude et Eric. Jeannot assure pour sa part en voiture, l'assistance du groupe.

Le départ de Villejust par Fretay, la Folie-Bessin, Le Ring des Ulis, Gometz, entre 24 et 25 km/h, me semble compte-tenu de mon manque d'entraînement trop rapide ! Calé dans la roue d'Albert je tente de suivre le rythme, mais sur la portion de route menant aux Molières je décroche lorsque l'allure augmente encore !

Si « les Molières » sont au théâtre des trophées décernés à des artistes et des spectacles remarquables, force est de constater que ma prestation ne me donne pour l'heure aucune chance d'être nommé au palmarès !

A ce titre sur la route de Cernay, mon manque d'entraînement et de kilomètres m'amène à ne pas suivre le rythme du groupe ! Conscient d'être au sein du groupe « le maillon faible », je laisse mes camarades poursuivre leur route sur le parcours initié, et profite d'une échappatoire au rond-point avant Cernay pour, à mon allure, rejoindre par Chevreuse, St-Rémy, Gif, Bures, Orsay, Villebon et Saulx-les-Chartreux, mon domicile, fatigué mais heureux qui comme Ulysse à fait un long voyage.

Conclusion : selon l'expression « Qui ne tente-rien n'a rien, et il y a des jours avec et des jours sans », sont à l'issue de cette sortie mon ressenti ! Gageons que dans un proche avenir « cela ira mieux demain » ?



ROBERT

Dimanche 25 février 2024

Dernière sortie d'entraînement hivernal avant de remettre un dossard !

Panne d'oreiller pour Jean Christophe...

« Couche tard, le réveil a été bien difficile, je suis donc parti de chez moi vers 9h00 pour une sortie de 3h passant par Villejust, Janvry, Les Molières, St-Rémy, Châteaufort, Saclay. Du vent, de l'humidité et un corps en manque de sommeil ! Bref, j'ai connu de meilleures sensations ! » 82 km



Sortie à deux pour Patrick et Brice...

« Sortie avec un bon rythme, merci Brice de te mettre à mon niveau ! » 98 km et 31,1 de moyenne

Sébastien Papinaud est lui sorti le samedi...

« J'y suis allé hier matin, routes en partie sèches et même 3 ou 4 rayons de soleil, par contre, du vent, du vent et des bosses. 102 km et 3h30 de route. Ce matin je suis resté au chaud en famille. »

Romain se retape tranquillement... Les Da Costa étaient au soleil à faire des km !

Dimanche prochain c'est La Jacques Gouin à Mennecey, 115 bornes et une météo qui « devrait le faire ! »