

Rayon d'Or de la Crau

FFCT 2283

AU PIGNON LIBRE

REVUE n°40
2018

ISSN 0987 - 3384



40 ans

Rayon d'Or de la Crau

1978 - 2018

© Gerard Marin
Sud Images 13

SOMMAIRE

Rapport moral	J. Lyvynec
Compte de résultats 2018	R. Schneider
Budget prévisionnel 2019	R. Schneider
Rapport d'activités adultes	B. Garidel
Gaston Therras n'est plus	Article de presse
Rapport d'activités école cyclo	J. Cippiciani
Programme d'activités 2019	J. Lyvynec
Editorial 40 ans	J. Lyvynec
Pèlerinage chez Vélocio	J. Ricci
Le ROC a 40 ans	T et B. de Bettignies
Etonnement	Jul. Schmitt
De St-Martin à St-Jacques-de-Compostelle	Article presse
L'engagement des cyclos dans les écoles	H. Niederoest
Bon sang ! 40 ans !	JP. Urvoy
Mme la Baronne est servie	C. Sanchez
Les olympiades de Joseph	B. Garidel
Séjour à La Motte-d'Aveillans	JC. Vossenat
D'où viennent et où vont ces bateaux ?	JP. Mathieu
Les bouffettes à Jean-Claude	J. Lyvynec
Les 7 merveilles du Dauphiné	JC .Vossenat
Le vélo en 15 questions, le vélo en 15 réponses	J. Schmitt
Hommage à Jean-Pierre Collignon	J. Schmitt
Une année en se baladant avec le ROC	C. Sanchez
Des légendes, j'veux des légendes !	W. Garidel
Les cuisses de la serveuse	JP. Urvoy
Séjour à Majorque	J et JP. Monavon
Audebrand ou la genèse du ROC	JP. Urvoy
Splendeur et décadence	J. Schmitt
Souvenirs, souvenirs	J. Schmitt
A....Marcel	B. Garidel
Retour vers le futur	B. Garidel
Articles de presse	
Vestiges des semaines fédérales	J. Schmitt
Une année de l'école cyclo en images	J. Lyvynec
Chanson des jeunes de l'école cyclo	D. Flurian
Meilleure photo ROC	
Du respect	J. Schmitt
Récompenses	
Concours photo 2018	
Le ROC en quelques chiffres 2018	
Adhérents au 30/08/2017	
Nos partenaires	
Membres du bureau 2017	
Membres du CA 2017	
Remerciements	
Bureau ROC 2018	
Liste des membres du CA 2018	
Liste des adhérents 2018	

*Nota : les articles surlignés en jaune sont
issus de revues précédentes et reflètent
partiellement la vie du ROC durant ces 40
dernières années*

RAPPORT MORAL

2018 aura été pour le ROC une année fertile en évènements, notamment avec la célébration des 40 ans de notre club au mas de la Galère qui connut un véritable succès dans une ambiance conviviale et festive. Je remercie une nouvelle fois tous ceux qui m'ont aidé pour que cet évènement soit une réussite. Celui-ci aura été d'autant plus remarqué qu'étaient réunis lors de cette fête, ceux qui étaient là à l'origine du club mais aussi beaucoup de ceux qui durant ces 40 ans ont laissé une belle empreinte de leur passage. Et il y avait également présente, la génération actuelle, et peu de sport peuvent s'enorgueillir de pouvoir réunir une telle amplitude d'âge dans leurs rangs, puisque le plus jeune de nous avait à peine huit ans alors que le plus ancien de nos pratiquants a largement dépassé les 80 ans et est toujours présent dans nos sorties route avec quelques autres compagnons proches de cet âge. Je pense que le ROC a maintenu au fil des années, l'état d'esprit qui le caractérise. Je parle bien sûr de cet esprit de solidarité, d'entraide, de respect, de découverte. Le cyclotourisme, par définition, n'organise pas de compétitions avec des classements au temps. Les valeurs que nous véhiculons sont tout autre et la meilleure manière de les faire perdurer, c'est de les transmettre à nos jeunes de l'Ecole Cyclo. Ce sera notre fierté à nous encadrants et responsables.

Cette année n'aura pas été que cela, même si la préparation de ces 40 ans aura demandé pas mal d'énergie à beaucoup d'entre vous. Bernard pour les adultes et Joe pour l'Ecole Cyclo vous détailleront les autres activités du ROC durant cette année 2018 et vous verrez qu'elle a encore été riche.

Je voudrais néanmoins revenir sur quelques points :

Premier point : l'information au ROC.

Vous pouvez suivre en temps réel par les images et les commentaires qui y sont associés, nos différentes activités sur nos deux pages Facebook. N'hésitez pas à publier des photos ou des comptes-rendus succincts de vos sorties. Toutes les activités du ROC, vélo de route, VTT et bien sûr Ecole Cyclo, y trouvent largement leur place. Alors profitez-en pour les commenter, les partager mais aussi publiez-en vous aussi. La publication est ouverte à tous et le risque, c'est la lassitude de voir toujours les mêmes publier, même s'ils le font très bien.

Vous avez pu vous apercevoir que plusieurs fois en cours d'année, le ROC a fait l'objet d'excellents articles parus dans « La Provence » grâce à Gérard MARIN qui nous gratifie régulièrement de très belles publications. J'en profite pour le remercier chaleureusement au nom du ROC.

Quant à notre site, je pense qu'il a besoin de retrouver un nouveau souffle pour bien venir en complément de nos pages Facebook. Le prochain CA aura à réfléchir sur le sujet. Une bonne information est primordiale pour la vie de notre club, tant vis-à-vis des adhérents mais également pour tous ceux qui suivent la vie du ROC.

Autre point : le ROC se situe actuellement à un tournant de son histoire, vous avez pu vous rendre compte lors de la célébration des 40 ans que les premières décades de la vie du club étaient surtout rythmées par les activités route. Petit à petit, le VTT s'est développé,

suivi ensuite par l'Ecole Cyclo qui prend une importance considérable dans la vie du club. Ce n'est pas en 2018 que ce changement s'est produit mais depuis déjà quelques années, le virage a été amorcé et la tendance ne fera que s'accroître. Du coup le ROC se trouve dans une situation on ne peut plus favorable, alliant jeunesse et cyclos d'expérience. Un souffle nouveau va peut-être nous rajeunir car quelques jeunes semblent attirés par la route.

Nous approchons actuellement la centaine d'adhérents, ce qui pour une ville comme St-Martin est tout à fait raisonnable. En plus le turnover y est très important puisque cette année, nous aurons vu rentrer dix-sept nouveaux à l'Ecole Cyclo alors que quinze nous aurons quittés. Il est à noter que la plupart avait abandonné en cours d'année et on voit dès le début de la saison, ceux qui ne resteront pas par leur manque de motivation. Il en est ainsi tous les ans. Heureusement on constate que le nombre de jeunes qui reste, est de plus en plus important chaque année. Le nombre d'inscrits en cours d'année est en général faible. Nous restons vigilants sur le nombre de jeunes que nous devons accueillir à l'Ecole Cyclo, à cause de nos difficultés liées au transport, même si cette année nous n'avons, une nouvelle fois, refusé personne, ceci grâce aux nouveaux adultes qui nous ont rejoints et à l'implication de ceux qui sont là depuis déjà des années.

Pour ce qui est des adultes, nous avons enregistré depuis septembre dix nouvelles inscriptions, toutes pour le VTT dont quatre dames, ce qui est un record, tout au moins sur ces quinze dernières années, alors que cinq ou six adultes ne devraient pas renouveler leur licence. Soit une évolution en positif des effectifs de sept à huit personnes.

Pourtant tout ne va pas comme dans un roman pour ce qui est de l'avenir et l'évolution du ROC. Je vous avais annoncé, voici un an, que je ne souhaitais plus renouveler mes fonctions de président. Je savais que le problème allait être difficile, je crois que ceci n'est pas spécifique au ROC et mes collègues présidents des autres clubs ont aussi à affronter régulièrement cette problématique. Je ne voulais pas que l'on arrive à cette assemblée générale sans savoir ce qu'allait être l'avenir du ROC. Une nouvelle fois, je rappelle que tous ici, nous sommes des bénévoles et tous nous travaillons pour que chacun de vous y trouve ce qu'il attend de ce club. A force de voir les mêmes têtes comme dirigeants, vous pourriez croire que c'est pour toujours, comme certains l'ont laissé penser, même si c'était sur le ton de l'humour. Tous, nous aurons envie un jour ou l'autre de passer la main. Et c'est le fonctionnement naturel d'une association. Alors on m'a fait souvent remarquer que j'avais mis la barre trop haute. Je ne sais pas comment il fallait le prendre, si c'était un compliment ou si on me reprochait d'en faire un peu trop, ou peut-être les deux. Chacun me jugera sur ces seize années pendant lesquelles vous m'avez accordé votre confiance. Ce que je peux vous dire, c'est que tout ce que j'ai réalisé, je l'ai fait sans contrainte, avec passion et surtout parce que ce club, que je connais depuis son origine, me tient énormément à cœur comme à beaucoup d'entre vous et que je voulais que vous soyez tous fiers d'en porter bien haut les couleurs. C'est sûr que cela demande beaucoup d'implication et d'engagement de soi.

J'ai beaucoup réfléchi à cette passation de pouvoir et je voulais surtout que cela se fasse de telle manière que le futur président ne craigne pas l'ampleur du travail que la fonction implique. Nous ne sommes plus à cette époque où le club ronronnait avec une cinquantaine d'adhérents et une seule activité : la route. Au cours d'un CA du mois de juin, j'avais promis

de détailler toutes les tâches à réaliser dans une association comme le ROC et surtout par qui elles pouvaient être réalisées. Le président, le trésorier, le secrétaire, le responsable Ecole cyclo, l'animateur sécurité ont tous une part de cette charge de travail qui leur incombe et qui est spécifique à leur responsabilité. Mais tout autre membre du CA peut aussi y prendre sa part, et même sans être élu au CA, comme c'est le cas actuellement pour la revue avec Jean-Pierre Monavon qui y fait un travail remarquable. Je vous rassure aussi, le diaporama qui est présenté pendant le repas de l'AG, n'est qu'une initiative personnelle et n'est en aucun cas dans le carnet de route d'un président. Pendant cet été, je me suis attaché à faire ce travail qui consistait à décortiquer tout ce qu'il y a à faire pour que le club fonctionne.

A la rentrée de septembre, j'ai convoqué un CA pour en discuter entre nous, et là chacun a pu se rendre compte du travail à accomplir pour gérer le ROC et nous avons essayé de mieux répartir les tâches entre les membres du CA, ceci afin de soulager celles du futur président. Il nous aura fallu trois réunions de plus de deux heures chacune pour parvenir à l'organigramme que vous voyez actuellement à l'écran. En jaune restent les tâches et les places à pourvoir. Au moment où je vous parle, même si le travail du président s'est singulièrement amoindri, il n'y a toujours pas de candidat déclaré à la présidence. L'avenir du ROC ne se décidera pas ici, mais lors du CA qui suivra cette AG dans les prochains jours et qui devra définir le nouveau bureau.

Je voudrais que le futur président soit assuré de toute mon aide, de tout mon soutien lors de cette passation de pouvoir et ceci le temps qu'il faudra. J'ai beaucoup donné au ROC, mais le ROC m'a aussi beaucoup apporté, même si parfois il y eut des conflits et des critiques à mon égard, mais n'est-ce pas le risque lorsque l'on occupe ces fonctions ? Mais à ceux-là, je leur dis tout simplement que le poste de président est à prendre !

Je souhaite que chacun d'entre vous soyez bien conscients que sans président l'association ne peut poursuivre ses activités, nos statuts actuels ne prévoient rien à ce propos. J'ose espérer que nous n'en arriverons pas là et qu'une solution sera trouvée rapidement. Pour répartir encore davantage les différentes tâches, lors de ces réunions, nous avons décidé de proposer deux ou trois places supplémentaires au CA.

Avant de terminer mon rapport moral, je voudrais remercier tous ceux qui nous apportent leur soutien, notamment financier, tout au long de l'année : notre maire et toute son équipe qui nous auront doublement aidés cette année puisqu'ils nous ont accordés une subvention spécifique pour nos 40 ans. Merci aussi au conseil départemental pour la subvention qu'il nous accorde tous les ans. Je n'oublierai pas notre comité départemental et le comité régional toujours à notre écoute et très attentif, prêts à nous apporter leur aide, surtout lorsqu'il s'agit de l'Ecole Cyclo.

Je vous souhaite une très belle assemblée générale et de bonnes fêtes de fin d'année.

Joseph LYVINEC
Président du ROC



RAYON D'OR DE LA CRAU (F.F.C.T. 2283)

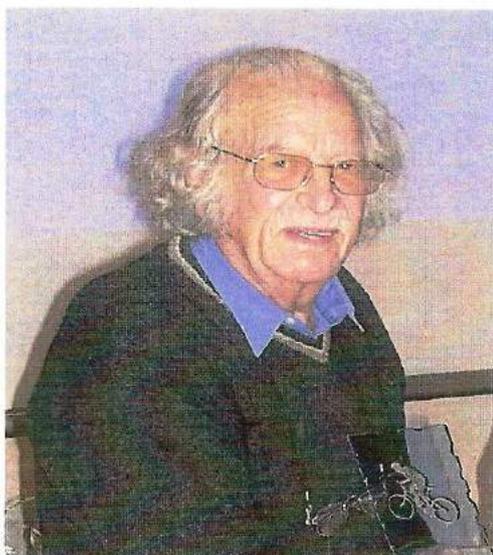
SAISON 2018

RAPPORT D'ACTIVITES

- Nombre d'inscrits FFCT au 30/08/18 : 94 (48 adultes + 46 école cyclo) dont 14 féminines (10 adultes + 4 école cyclo). Ces chiffres ne tiennent pas compte des nouveaux inscrits depuis septembre (27 nouvelles inscriptions dont 17 Ecole cyclo et 10 adultes)
- Fonctionnement de l'Ecole Cyclo VTT 46 jeunes au 30/08/18 dont 4 féminines tous les mercredis après-midi en période scolaire.
- Organisation d'un séjour pour les jeunes de l'Ecole Cyclo à Montclar les 17 et 18 juin, participation de 18 jeunes et 11 encadrants.
- Participation de 7 jeunes et 1 encadrant à la Semaine Nationale et Européenne des Jeunes à Aubusson organisation FFCT.
- Participation à l'AG du Coreg PACA et du CODEP 13
- Participation aux AG de Fos, Miramas, Entressen.
- Organisation d'un brevet de marche de 20 km dans les Alpilles ouvert à tous le 21 janvier (80 participants).
- Participation d'une équipe du ROC à la Trace Vélocio de Pâques en Provence à Barbentane.
- Participation aux différents rallyes VTT de la région : Fos-sur-Mer, Châteauneuf-les-Martigues, Mollégès, Miramas, Martigues etc...
- Organisation d'un séjour de trois jours à l'Ascension à la Motte-d'Aveillans (38), 13 participants.
- 6 cyclos du ROC ont participé à l'Entressennoise
- Organisation d'un séjour de cinq jours dans les Pyrénées centrales. (7 participants)
- Participation de 3 membres du ROC aux activités scolaires VTT des écoles primaires du Lion d'Or et de Pagnol de St-Martin au troisième trimestre et participation d'une douzaine d'adhérents du ROC à la journée du « Petit tour à vélo » le 08 juin (240 élèves)

- Accompagnement de la journée VTT organisée par la mairie aux vacances de février et pâques
- Participation à l'organisation de la fête nationale du vélo le 02 juin à St-Martin-de-Crau avec organisation d'une sortie d'initiation en VTT.
- Participation aux réunions de l'Inter-club à Entressen
- Formations organisées par la FFCT de :
 - 2 animateurs fédéraux pour VTT. (Eric Brizard et Nicolas Varela)
 - 1 initiateur VTT (Dominique Chabert)
 - 1 moniteur VTT (Rémi Galliard)
 - Thibault Flurian a eu sa formation d'initiateur validée pour ses 18 ans.
- Sorties club :
 - tous les dimanches VTT
 - les mardis après-midi (route)
 - les jeudis (VTT) hors période scolaire
 - les samedis de janvier à fin mars : préparation Trace Vélocio
 - les samedis d'avril à juillet : sorties de printemps (Cévennes, Baronnies, Haut - Languedoc...)

Gaston THERRAS n'est plus



C'était le président d'honneur du ROC de Saint Martin de Crau.

Certes, il ne pratiquait pas le cyclotourisme. Mais en tant que Président d'Honneur du club depuis la création de celui-ci, il assistait à toutes les assemblées générales et participait à beaucoup de manifestations pour tout public.

Le ROC était surtout constitué de gens venant d'autres horizons que de la Provence. Il représentait avec son style unique souligné par sa longue chevelure grise et sa barbe poivre et sel, et aussi par sa grande culture, le Provençal type, un personnage à la Alphonse Daudet.

Même s'il nous a quitté à 88 ans, nous gardons le souvenir d'un Président d'Honneur attentif à l'évolution du club.

Alors, encore merci et adieu à notre ami Gaston Therras.

Rayon d'Or de la CRAU

Article paru dans la revue N° 27 de novembre 2000

Rapport d'activité 2018 de l'Ecole Cyclo VTT

Cette année, les rassemblements ont été encore nombreux, avec l'investissement de beaucoup de jeunes dans de nombreuses activités et manifestations.

Rallyes-raid

Nous avons participé aux rallyes-raid de **Châteauneuf-les-Martigues** avec 11 jeunes. Nous avons eu de la 1^{ère} à 6^{ème} place (avec des exæquo) sur 27 jeunes.

Participation au rallye **Raid de Velaux** avec 11 jeunes.

Classement sur 50 participants : 8^{ème} exæquo, Batiste et Marius, 11^{ème} Thibaut et Gaël, 17^{ème} Ewen et Anaïs, 20^{ème} Samuel, 21^{ème} Nathan, 24^{ème} Alexis, 28^{ème} Solenn, 32^{ème} Vincent



Rallye-raid du ROC

C'est notre second rallye-raid. 31 jeunes étaient présents dont 20 du ROC, une belle participation. Cette année, nous n'avons pas eu de pluie, les écoles de Velaux ainsi que celle de Châteauneuf se sont déplacées. C'est donc sous le soleil, mais une température un peu fraîche que s'est déroulé ce rallye. Ils ont tous réalisé le circuit et le parcours de maniabilité et répondu aux différentes questions se trouvant sur le parcours. Nous avons donc eu un beau rallye, grâce aux nombreux bénévoles du club. Félicitations à tous.



Autres

Participation des jeunes aux différents rallyes de la région, à la fête du vélo, la Fiest'assos, à la balade de « Autour de l'eau », en tant qu'ouvriers pendant le brevet pédestre de 20 kms et présence de nombreux jeunes à la galette des rois.

Critérium de Grans

11 jeunes ont participé au critérium de Grans avec comme résultats :

Pour les 13-14 ans : Alexis 4^{ème}, Vincent 5^{ème}, Ewen 6^{ème}, Romain 7^{ème}, Marius 8^{ème}, Nathan 9^{ème} sur 24 participants

Chez les 15-16 ans : Anaïs 3^{ème} et Baptiste 4^{ème} sur 5 participants

SNEJ

Il y avait 7 jeunes, Anaïs, Baptiste, Marius, Romain, Nathan, Loucka et Alexis.

Toujours pas de sélectionné pour le critérium national. Cette année ils étaient accompagnés par Bernard Garidel.



Week-end à Montclar

En juin, nous avons organisé pour la quatrième fois un week-end jeunes à la montagne et pour la seconde fois nous avons mis le cap sur Montclar (04) pour 18 de nos jeunes et 11 encadrants. Nous avons parcouru les pistes de l'année dernière mais comme il y avait beaucoup de nouveaux jeunes, ce fut une première découverte pour la plupart d'entre eux. Pour deux circuits du samedi après-midi, nous sommes partis du haut du télésiège pour ne profiter que des descentes, avec un pique-nique tiré du sac à midi sous les arbres et le soleil, près d'une source d'eau « fraîche ». Pour la deuxième rando, nous sommes allés sur Saint-Vincent-des-Forts. Le dimanche matin, les plus aguerris partent pour faire de la DH (vélo de descente) avec Dominique et pour un plus petit groupe en

mode initiation. Pour les autres jeunes, une nouvelle randonnée vers Saint-Vincent-des-Forts avec la visite du village. Il y eut quelques chutes, dont celle d'Hugo qui fut obligé d'aller se faire soigner et nettoyer la plaie à l'hôpital, mais nous avons encore eu cette année un très beau week-end pour tous ces jeunes et pour les encadrants.



Journée à la montagne de Lure

Pour les plus grands, nous avons organisé en juillet une journée à la montagne de Lure en mode enduro VTT avec près de 3000 m de dénivelé négatif pour 36kms. Il y avait 6 jeunes et 4 adultes dont notre chauffeur Virginie. Grâce à elle, nous avons eu la possibilité de faire les remontées en navette. Beaucoup sont rentrés très fatigués et égratignés de cette très belle journée.

ROC D'AZUR

Cette année encore Thibault, Baptiste et Anais ont participé à une rando déguisée au ROC d'Azur

ENDURO DES MINOTS

Course Enduro VTT où Anais termine 3^{ème} en catégorie cadette. Bravo aussi aux autres participants Baptiste, Marius, Vincent, Pablo, Samuel, Nathan et Hugo pour leurs engagements, car il en faut pour participer à ce type de course.

Le groupe en septembre 2018 pour la saison 2019

Après deux mois de vacances, nous nous retrouvons à 47 jeunes avec qui nous partons pour cette nouvelle saison.

*Moniteur et responsable Ecole VTT
Joe Cippicani*





RAYON D'OR DE LA CRAU (F.F.C.T. 2283)

SAISON 2019

Programme d'activités

- Tous les mercredis en période scolaire : sortie VTT de l'Ecole Cyclo
- Organisation d'un rallye raid pour Ecoles cyclos de la région le 10/02/2019 départ de Maussane
- Participation de l'Ecole cyclo aux Rallyes raid de la région, Châteauneuf, Velaux (organisation FFCT)
- Participation à la semaine nationale et européenne des jeunes SNEJ (FFCT) en juillet à la FLECHE Sarthe (à confirmer)
- Participation du ROC aux activités VTT des écoles primaires de St-Martin
- Juin : organisation d'un weekend pour les jeunes de l'Ecole Cyclo en Montagne (lieu à définir)
- 20/01/2019 : Organisation d'un Brevet marche de 20 km dans les Alpilles ouvert à tous, au départ du parking du cimetière à Aureille.
- 20 et 21 avril : Pâques en Provence à UPAIX (05) près de Laragne, organisation d'une ou plusieurs Traces Vélocio avec notamment quelques jeunes
- Du 30 mai au 1^{er} juin : organisation d'un séjour (lieu à confirmer)
- En juin, organisation avec la municipalité de la fête du vélo
- En juin, organisation d'un séjour de cinq jours à définir.
- Participation à la semaine fédérale de cyclotourisme du 04 au 11 août à Cognac (16) ou à la semaine européenne de cyclotourisme à Belmonte au Portugal du 29 juin au 06 juillet
- Septembre, participation à la fête des associations de St-Martin-de-Crau.
- Participation aux différents rallyes VTT de la région (Châteauneuf, Martigues, Fos, Miramas, Martigues, Mollégès...)
- Sorties club :
 - Les dimanches matins VTT
 - Les mardis après-midi (route)
 - Les jeudis (VTT) hors période scolaire
 - Les samedis de fin janvier à pâques, préparation trace Vélocio suivant programme spécifique
 - A partir de pâques, sorties de printemps tous les samedis dans les Cévennes, les Baronnie, l'Ardèche etc...

EDITORIAL

40 ans du ROC

Bonjour à tous et merci à vous d'être présents si nombreux ce soir à cette fête que nous organisons pour les 40 ans du Rayon d'Or de la Crau. Merci à vous Mr le Maire pour votre présence qui nous honore, présence si importante d'autant plus que nous avons fait nos armes en même temps au début des années 2000, vous en tant qu'adjoint au maire en charge des associations et moi en tant que président du ROC. Merci à tous les représentants de notre fédération, Mario Bellini président du comité régional PACA, Alain Poussel président du comité départemental 13, merci à vous anciens adhérents du ROC et à vous Mesdames qui représentez nos compagnons de route trop vite disparus, merci à tous nos clubs amis qui sont là présents : Miramas, Fos, Martigues, Istres, Entressen mais aussi notre club confrère et ami de St-Martin, le Craven et merci surtout à vous les adhérents actuels qu'ils soient route ou VTT et surtout un grand merci à tous nos jeunes de l'Ecole Cyclo qui sont là ce soir et qui nous donnent cette énergie nécessaire pour leur transmettre notre passion tous les mercredis après-midi.

Automne 1977 : deux personnages venus de la sidérurgie, ces métiers d'hommes et de femmes difficiles, exigeants, comme le fut la mine à cette époque où la robustesse n'est pas un vain mot, où les installations doivent résister à tout : la chaleur, les chocs,



les contraintes diverses. Au fil du temps les hommes de ces métiers se forgent à cette image. Parmi ces personnages, il y en avait deux, au caractère bien trempé, avides de voyage et de grandes aventures. Après avoir fait leurs armes dans le club de la SOLMER et s'être implantés dans ce paisible village de Provence en plein milieu de la Crau qui leur avait ouvert les bras, ils décidèrent de créer un club de cyclotourisme rassemblant les amoureux de la petite reine à St-Martin-de-Crau.

Il y avait le philosophe, l'historien, l'intello des pelotons parfois un peu râleur, celui que la mécanique rebutait avant tout, Jean-Philippe Urvoy, accompagné de l'aventurier, du randonneur au long cours, celui qu'aucun défi n'arrêtait, Gérard Audebrand. A tous les deux, ils assureront la présidence du ROC durant ses premières années d'existence.



Les pionniers

Rapidement d'autres compagnons de la première heure se joignirent à eux : le farfelu, le bout en train Jean Schmitt et sa tendre Juliette qui ne le laissait jamais seul connaissant les faiblesses de son mari pour l'orientation et la facilité qu'il avait à se tromper de chemin entre Mouriès et St-Martin. Rapidement, notre Jeannot, jamais à cours d'inspiration, proposa à l'équipe dirigeante le nom du club : le Rayon d'Or de la Crau le ROC, ne dit-on pas solide comme un ROC. A cette équipe des premiers instants un

noyau dur les rejoint dès les premiers jours. Je ne citerai que les plus connus : Jean-Paul Mathieu qui en devint le secrétaire, Joseph Ricci et Gérard Pasturel deux machines à pédaler, tous deux malheureusement disparus accidentellement beaucoup trop jeunes, Michel Brulin avec ses 50 ans à l'époque en était le doyen. Benoit de Bettignies adhéra au ROC dès cette première année. J'eus la chance et l'honneur de faire partie de cette première équipe où rapidement j'eus en charge la création des circuits. A faire encore du vélo aujourd'hui, le groupe se réduit à une peau de chagrin. C'est vrai que 40 années au ROC plus la trentaine voire plus, que nous avons à l'époque, mis bout à bout, cela fait ... je vous laisse le soin d'en faire le calcul.

Par respect pour Juliette qui est toujours parmi nous et dont il serait inélégant d'en dévoiler l'âge, je ne vous donnerai pas le résultat. Quand aux hommes, les cheveux blancs ou la calvitie ont remplacé les tignasses abondantes de cette époque. 1968 n'était que quelques années derrière nous.



Rapidement se joignirent au ROC, des cyclos plus provençaux que les précédents car non issus de la sidérurgie, des adhérents qui marquèrent la vie de notre club notamment Claude Sanchez l'avionneur, Alain Glorieux, qui tous les deux assureront la présidence du ROC pendant plusieurs années, mais aussi de nouveaux expatriés comme Jean-Pierre Monavon qui plus tard accèdera aux plus hautes fonctions de notre club, Jean-François Stumpp qui tiendra longtemps les cordons de la bourse, suivi quelques années plus tard par Rémi Jacquot et Jean-Pierre Collignon avant de transmettre les comptes à notre picsou actuel Roland Schneider, sans oublier les secrétaires qui ont toujours eu une part active dans la vie du club, je ne citerai que les plus connus : Jean-Paul Mathieu, Roger Michelin, Jean-Pierre Monavon, il y a même eu Nicole Lyvynec durant quelques années et à qui succéda Bernard Garidel, notre précieux secrétaire de ce jour.

Il est clair que les activités du ROC ont évolué au fil des ans. Notre relative jeunesse aidant, durant les premières années son programme était orienté vers les grandes randonnées, influencés que nous étions par notre maître à pédaler Gérard Audebrand. Il a su nous motiver, nous conditionner et en même temps nous rassurer avant de nous entraîner vers ces grands brevets où certainement les plus belles pages aventurières du ROC ont été écrites.

Les Flèches Vélocio étaient notre motivation principale dès le début janvier. On ne se lançait pas pour une randonnée de près de 400 km en 24 heures sans un entraînement spécifique. Cette saga durera jusqu'en 2010, où atteint par la limite d'âge et le physique qui va avec, l'épopée des fléchards a pris fin, faute de combattants. Depuis cette date,



nous nous sommes orientés vers les traces Vélocio, épreuve toujours physique puisqu'il s'agit de couvrir plus de 200 km en 24 h mais où la nuit est occultée et que nous maintenons toujours au programme pascal et il n'est pas impossible que quelques jeunes se joignent à nous l'an prochain.

Pour en revenir aux Flèches Vélocio, une cinquantaine ont été mises au programme pendant ces trente glorieuses. C'est une épreuve qui vous forge une grande résistance physique, une gestion sans faille de l'effort sur 24 heures, un mental à toute épreuve mais surtout et cela tous ceux qui y ont participé vous le diront, une cohésion, un esprit d'équipe, une solidarité, que l'on ne retrouve dans aucune autre randonnée. Nous partons à trois quatre ou cinq cyclos, 24 heures plus tard, nous arrivons le même nombre. Pas question de laisser un compagnon de route derrière nous. Nous avons tous, sans exception, connu des moments difficiles quand dans la nuit noire avec la fatigue grandissante, le froid parfois glacial, la pluie persistante, le mistral très souvent présent, le manque de sommeil, il fallait continuer pour que la réussite soit celle de l'équipe, et c'est là que le soutien des autres membres prenait toute son importance.

Avec mon ami et fidèle compagnon de Flèche Vélocio Claude Sanchez, nous détenons un record, qui j'en suis persuadé ne sera jamais battu au ROC car les inspirations des cyclos ont beaucoup évolué ces dernières années. En effet nous avons chacun 22 Flèches Vélocio à notre actif, ce qui représente plus de 15000 km parcourus à nous deux durant le weekend de Pâques, Roland Schneider nous talonnant de près dans cette épreuve.



Durant cette période faste des grandes randonnées, il n'y avait pas que les Flèches Vélocio au programme. Le ROC était aussi très impliqué dans les grands brevets qu'ils soient randonneurs ou Audax des 100, 200, 400 et même 600 km. Tous ces brevets s'ils ont existé au ROC, c'était surtout sous l'impulsion de Gérard Audebrand car pour lui ce n'était que des passages obligés et qualificatifs pour tenter des épreuves encore plus mythiques comme les Paris-Brest-Paris, les diagonales de France comme par exemple Brest-Menton ou alors le graal du cyclotouriste qu'est le Tour de France de l'US Métro, plus de 5000 km en

un mois, ce que Gérard réalisa pour ses cinquante ans et à l'issue duquel il reçut la médaille de la ville de St-Martin-de-Crau. Il restera pour le ROC un cyclotouriste d'exception, ce n'était pas physiquement quelqu'un au dessus des autres, mais il avait un mental, une volonté et une endurance à toute épreuve.

C'est aussi lui qui créa les brevets de marche Audax de 25 km mais aussi de 50 et même de 75km. Depuis, cette tradition perdue au ROC tous les ans en janvier, et même si elle a été réduite à 20 km elle connaît toujours un certain succès. C'est aussi une vitrine pour nous par rapport à ceux qui ne font pas de vélo.

Mais le ROC ce n'était pas que les grandes randonnées, vers la fin des années 80 et sous l'impulsion de son président de l'époque Claude Sanchez, troisième de la lignée, aidé en cela par le premier moniteur fédéral Jean-Paul Mathieu, fut créé l'Ecole Cyclo route. Cela amena un souffle nouveau au



ROC avec la formation des premiers éducateurs, les élèves devenant au fil des ans eux-mêmes éducateurs comme Wilfrid Richard. Il prit même la responsabilité de l'Ecole Cyclo pendant plusieurs années, jusqu'à sa fermeture en 2005, faute de moniteur pour la prendre en charge après son départ. Mais aussi il faut bien l'avouer, l'activité route n'attirait plus trop les jeunes et c'était une très lourde responsabilité que d'emmener ces jeunes sur les routes où la circulation se densifiait au fil des ans.



Après la période des grandes aventures, le ROC n'est pas resté inactif lorsque vint la présidence de Jean-Pierre Monavon pendant les années 90. Par petites touches, le ROC s'adaptera aux nouveaux souhaits du monde du cyclotourisme. On a vu apparaître les sorties de printemps, ces randonnées que nous organisons de Pâques à fin juin tous les samedis et qui nous permettent de

sillonner les Cévennes, les Baronnies, le Haut Var, l'Ardèche, etc... et qui connaissent toujours un réel succès.

En 1994, le ROC organisait son premier séjour à l'Ascension sur trois jours, c'était à Grasse. Cette année, nous en sommes à notre 25^{ème}. Ces séjours nous auront fait découvrir un grand quart sud-est de la France, des Pyrénées aux Alpes, du Beaujolais à la Provence en passant par le Haut-Languedoc, le Bugey, le Vercors etc.

Dès le début des années 2000 des séjours longs d'une semaine furent inscrits au programme avec une première visite pour la Corse où nous y retournerons encore à deux reprises et puis il y eut l'Italie avec notre guide et interprète de luxe Marcel Cippiciani où nous nous rendrons quatre fois, notamment en Ombrie, pays d'origine de Marcel, mais aussi dans les Dolomites, en Lombardie dans la région des lacs puis en Toscane. En France ce sera l'Alsace, le Périgord, l'Auvergne, le Pays Basque, les Grands Causses l'an dernier et les Pyrénées cette année que nous visiterons, sans oublier la Catalogne espagnole.



Ces séjours ont été entrecoupés certaines années par des Mer-Montagne. Qui dit Mer-Montagne dit départ du bord de mer (Port-St-Louis, Fos, Stes-Marie) et une arrivée en montagne, en général un col comme au col de Jau dans les Pyrénées, au Cormet-de-Roselend dans les Alpes, au Pas de Peyrol dans le massif Central entre autre. Et puis il y eut aussi ce merveilleux voyage entre les villes jumelles de St-Martin et Manerbio en 2016 avec une sympathique et conviviale cérémonie organisée par la municipalité au départ de St-Martin et notre arrivée à Manerbio, ponctuée par une réception à la mairie. Souvenir inoubliable car symbole fort de communion entre nos deux pays.



En 2000 Alain Glorieux succéda à Jean-Pierre Monavon à la présidence du ROC, il poursuivra dans la même logique en y ajoutant d'une façon plus régulière les BCMF, brevets cyclos montagnards français pour les amateurs de grands cols. Il nous fit connaître le club des Cyclos du bout du Lac près d'Annecy avec qui nous garderons des relations les années suivantes.

Après la période d'Alain Glorieux, le ROC vivra deux semaines de vacillement faute de président déclaré. J'ai accepté de prendre en charge la destinée du club fin 2002, voilà maintenant 16 ans, c'est très prenant, passionnant et enrichissant à la fois, mais comme l'a dit un de mes prédécesseurs, le club n'appartient pas à une personne et il avait

mille fois raison. Il est bon régulièrement de renouveler les responsables. L'heure est arrivée pour moi de passer le flambeau, de nouveaux dirigeants apporteront forcément des idées nouvelles, d'autres méthodes pour diriger le club, mais ce n'est le sujet de ce soir.

Dans tous les clubs, les présidents font la même constatation : difficile de renouveler les adhérents dans l'activité route, la moyenne d'âge s'incrémente d'une année tous les ans, La fédération faisant pratiquement le même constat. Les grandes randonnées cyclos ne s'adressent plus qu'à un noyau limité d'inconditionnel des grandes aventures. Il faut donc que notre fédération s'adapte à toutes



les activités du vélo et notamment le VTT, les jeunes, la famille, voire d'autres encore. Le ROC peut remercier notre regretté Marcel d'avoir été précurseur en la matière car dès la fin des années 80 il sillonnait les chemins de Alpilles et d'ailleurs en VTT, entraînant avec lui un certain nombre d'entre nous. Force est de constater qu'il avait raison. Il n'y a qu'à voir les succès que connaissent actuellement les Rallyes VTT. Ce sont plusieurs centaines de participants à chacun d'entre eux. Et le ROC n'est pas en reste dans cette activité puisque nous venons de remporter deux années d'affilées la Coupe de Provence VTT. Malheureusement on peut déplorer que dans ces manifestations ouvertes à tous, très peu soient licenciés à la fédération, mais ne font que profiter du système et du travail des bénévoles indispensables pour les organiser.

Pour ce qui est des jeunes on ne remerciera jamais assez Joe Cippicani d'avoir eu l'idée et surtout la volonté de créer l'Ecole Cyclo VTT en 2011. Sans le VTT et l'Ecole Cyclo, le ROC se réduirait aujourd'hui à peu d'adhérents. Il faut savoir que 50 % de notre effectif ce sont les jeunes, plus de 50 inscrits à l'Ecole Cyclo cet automne. Malheureusement notre position géographique ne nous favorise pas pour la pratique de cette discipline et nous contraint à mettre en place une organisation lourde et coûteuse pour transporter tous ces jeunes et leurs encadrants vers les Alpilles chaque mercredi, nous obligeant hélas à limiter le nombre de jeunes à une cinquantaine. J'en profite pour témoigner toute la reconnaissance du ROC à tous ceux qui s'investissent auprès des jeunes et n'hésitent pas à passer des weekends en formation pour obtenir leur diplômes d'éducateurs que ce soit animateur, initiateur ou moniteur mais aussi à celles et ceux qui sont là simplement pour apporter leur contribution à la vie de l'Ecole Cyclo et notamment tous les parents qui nous rejoignent et nous accompagnent le mercredi après-midi, merci à eux. Je souhaite et j'espère que dans 40 ans parmi ces jeunes, certains soient encore là pour porter vers les sommets les couleurs du ROC et pourquoi pas pour l'animer. 40 ans c'était hier pour nous et pourtant nous sommes encore un certain nombre à être là aujourd'hui, alors pourquoi pas vous ?

J'ai essayé de poursuivre ce que mes prédécesseurs avaient mis en place notamment au niveau organisation route et VTT mais aussi en sortant un peu du cadre du club. Nous avons rejoint en 2003 l'interclub regroupant actuellement six clubs de l'ouest de l'Etang de Berre. Même si son activité s'est un peu réduite, il est toujours très enrichissant d'être en relation avec d'autres clubs, d'échanger ensemble sur différents sujets et je leur en suis très reconnaissant d'être présents ce soir parmi nous.

Et puis nos actions au sein de St-Martin se sont élargies au fil du temps avec notre implication dans les activités vélos dans les écoles primaires avec comme point d'orgue les deux journées dédiées au petit tour en vélo en juin et qui regroupe tous les ans plus de 500 enfants sous la conduite d'Henri Niederoest, adjoint au Maire en



charge des écoles, qui en est l'organisateur et le fédérateur mais également membre du ROC. Nous sommes aussi très présents à la Fiest'assos, c'est surtout là que nous faisons connaître auprès des jeunes. Pour nous la Fiest'assos, c'est notre vivier. Le ROC



apporte régulièrement sa contribution à la fête nationale du vélo, aux virades de l'espoir, lors des journées sport organisées par la municipalité pendant les vacances scolaires. C'est notre façon à nous de rendre la monnaie de la pièce à la municipalité, qui par ailleurs nous apporte son aide matérielle tout au long de l'année.

On ne peut pas célébrer les 40 ans du ROC sans avoir une pensée profonde pour tous ceux qui nous ont quittés durant cette période. Je ne citerai que ceux qui sont disparus durant ma présidence :

Il y eut d'abord Jean-François Brunchwig, fidèle dans les grandes randonnées du



ROC. Son épouse Blandine nous rappelle souvent que Jean-François avait trouvé au ROC cette amitié, cette solidarité, cet état d'esprit auxquels il était très attaché. Il faisait partie de l'équipe qui a rejoint St-Jacques-de-Compostelle avec Jean-Pierre Collignon, Jean-Philippe Urvoy, Jean et Juliette Schmitt.

Louis Néry, que nous n'avons connu que peu de temps, lui aussi vite disparu à 72 ans.



En 2011, c'est une grande figure du ROC, Jean-Pierre Collignon qui nous quittera. Jean-Pierre, ce n'était pas seulement notre trésorier, c'était en plus un sacré organisateur et nul doute que s'il avait été encore parmi nous aujourd'hui, il serait à la barre pour la célébration de ces 40 ans. Mais c'était surtout un homme au grand cœur, engagé dans plusieurs associations venant en aide au plus démunis.

Michel Brulin, personnage emblématique des premières heures du ROC, nous a quittés fin 2013.



Fin 2015, Arlette et Gérard Audebrand disparurent à quelques semaines d'intervalles l'un de l'autre. Nous avons beaucoup parlé de Gérard et de l'empreinte qu'il aura laissée au ROC notamment auprès des plus anciens d'entre nous, avant de rejoindre la Bretagne en 1997.



Au printemps 2017, c'est Marcel Cippiciani qui tirera sa révérence alors que deux mois auparavant, il était toujours très actif dans la vie du club notamment pour le VTT et auprès des jeunes. Il laissera un très grand vide auprès de certains d'entre nous.



Nous n'oublierons pas bien sûr Olga Sanchez, même si elle n'était pas adhérente au ROC, elle était tellement présente dans nos activités, que ce soit lors des séjours ou pour donner un coup de main lors de nos différentes manifestations.

Ils doivent nous observer aujourd'hui de là haut et je suis sûr qu'ils sont tous fiers et heureux de voir le ROC poursuivre sa marche en avant.

J'ai cité beaucoup de nom dans mon discours, cette liste n'est pas exhaustive mais il était important de rendre hommage à tous ceux qui durant ces quarante années ont contribué par leur implication, leur dévouement à la vie du ROC.



Je tiens à remercier ici tous ceux qui ont fait et qui font toujours briller très fort la flamme du ROC et porter bien haut les couleurs de notre club et donc la réputation de notre ville en France et même au delà.



Mais je voudrais également remercier toutes les institutions



qui nous aident matériellement dans notre fonctionnement et notamment nos maires successifs même si nous n'en avons connu que deux durant ces quarante années, preuve s'il y en avait besoin, que l'on se sent bien dans cette ville. Il y eut Mr Vulpian toujours très attentif à nos demandes et maintenant Mr Texier qui fut présent dès ma première année de présidence et qui depuis nous est resté très fidèle et a toujours honoré de sa présence nos AG avant qu'il ne soit appelé aux commandes de la plus haute fonction de notre ville, mais aussi tous leurs adjoints toujours très proches de nous et avec qui nous entretenons des relations privilégiés, comme actuellement avec Christian Berton très malheureux de ne pouvoir être des nôtres ce soir. Nous leur apportons à notre tour lorsque nous le pouvons notre contribution à la vie de la société. Je remercie toutes les institutions de la fédération,



notamment son président du comité départemental Alain Poussel, très proche des clubs et notamment du ROC mais aussi notre président de la région PACA Mario Bellini avec qui nous avons d'excellentes relations depuis que j'en assure la présidence Ils sont toujours à notre écoute notamment lorsqu'il s'agit des jeunes de l'Ecole Cyclo.

Merci à vous tous car sans votre aide, nous n'en serions pas là aujourd'hui. Et je sais que les temps sont durs pour tout le monde, mais soyez assurés que ces aides que vous nous octroyez sont utilisées à bon escient surtout auprès des jeunes et le retour sur investissement, vous pouvez le constater par la satisfaction et le plaisir qu'ont tous ces jeunes à s'épanouir en pratiquant notre discipline et dont un certain nombre d'entre eux nous font l'honneur d'être ce soir parmi nous.

Cette fête aujourd'hui, si elle a pu être organisée, c'est grâce à un travail de toute une équipe que je voudrais citer : Roland Schneider comme d'habitude eut en charge toute l'intendance avec la rigueur qu'on lui connaît, Bernard Garidel s'est occupé du choix du lieu et de toute l'organisation du repas, Joe Cippicani, qui nous a fourni les différentes photos que vous verrez à l'intérieur ainsi que les trophées souvenirs, Claude Sanchez qui a la paternité du jeu qui se déroulera pendant le repas et du choix de toutes les photos exposées à l'intérieur avec l'aide précieuse de Jean-Pierre Monavon

qui lui, nous prépare une revue exceptionnelle pour ces 40 ans. Doriane Flurian a eu la lourde charge de choisir le cadeau souvenir de ces 40 ans et a composé une chanson qu'elle a tenue secrète jusqu'au bout et que l'on découvrira tout à l'heure pendant le repas, chantée par tous les jeunes. Ont aussi apporté leur contribution à cette fête :



Thérèse de Bettignies, Dominique Chabert, Rémi Galliard, Georges Riols et Michel Séguy. Sans oublier Henri Niederoest, qui nous a fourni la sonorisation. J'y ajouterai Gérard Marin, que j'ai chargé de mémoriser cette fête et j'en profite pour le remercier pour mettre régulièrement en avant le ROC dans le quotidien « la Provence ».

Réaliser comme je viens de le faire un résumé rapide de ce que furent ces 40 ans du ROC, c'est relativement facile grâce à la géniale idée qu'ont eu nos premiers dirigeants, dont Jean-Philippe Urvoy présent ce soir parmi nous, de créer dès la première année notre revue « Au pignon libre ». Pas une seule année elle n'a fait défaut. Vous pourrez voir tous les exemplaires à l'intérieur de la salle. Toute l'histoire du ROC est écrite dans ces revues avec les récits des grandes aventures, les états d'âme des uns et des autres, les coups de gueules parfois, mais toujours avec beaucoup d'humour. Personnellement je tiens beaucoup à ce que cette revue perdure et dont un exemplaire est déposée tous les ans à la bibliothèque nationale de France.

Je terminerai par une note un peu plus personnelle. Pour moi, issu de ce village gaulois situé dans le lieu le plus éloigné que vous puissiez trouver en France métropolitaine de St-Martin-de-Crau, j'avoue que malgré la splendeur et la beauté de la Bretagne, j'ai trouvé en Provence d'abord ce village si accueillant, si chaleureux, si dynamique de St-Martin-de-Crau où il fait bon vivre mais j'ai aussi découvert les merveilles de la Provence profonde et de ses villages pittoresques que la pratique du vélo m'a fait connaître dans les moindres recoins. Il y a sans doute quelque chose de plus ici en Provence, par rapport à la Bretagne, j'en vois déjà qui ricanent et sont prêts à me chambrer, mais non je ne vous en donnerai pas l'occasion, je ne dirai pas ce dont il s'agit, je le garderai pour moi. Ne comptez pas sur moi pour renier ma Bretagne, ni la dénigrer mais croyez-moi chers amis, on est très bien à St-Martin-de-Crau, cette ville qui a su si bien accueillir tous ces travailleurs venus d'ailleurs qui ont fait la grandeur industrielle de Fos et de ses environs. Mais laissez-moi effectuer quelques escapades par an vers mes origines pour me ressourcer et retrouver l'odeur de ce crachin iodé si revigorant.

Vive le Rayon d'Or de la Crau, vive St-Martin-de-Crau et vive les 40 ans du ROC et longue vie à notre club qui nous est si cher.

Je vous remercie de votre attention.

Joseph Lyvinec

Pèlerinage chez Vélocio

Parler de la flèche Vélocio avec 6 mois de recul me paraissait à prime abord rébarbatif, mais il est des souvenirs bons ou mauvais qui restent gravés dans la mémoire d'un cyclo. Aussi, vais-je tenter de vous faire partager ces souvenirs en quelques lignes.

Nous étions cinq prévus, quatre au départ nous nous retrouvâmes. Nous avons, dans la bataille précédant la flèche, perdu le tandem !... Je peux scinder cette odyssee

Première journée : sans problèmes majeurs, bonne allure, vent favorable, paysage magnifique du côté de Gréoux-les-Bains .../...

La longue nuit : ô repas bienfaiteur, moral et forces tu nous as redonnés. Ainsi parla ou pensa chacun de nous, retrouvé et en pleine possession de ses moyens.



Notre végétarien en « herbe » prit alors la direction des opérations et nous nous égrenons dans la nuit noire.../...

« L'homme au gâteau de riz » avait récupéré et suivait sans mot dire. Ce fut la nuit du « barbu ». Barbe au vent, silencieux dans l'effort des relais de 25 à 30 kilomètres, il pédalait toujours.../...

L'aube et l'arrivée : à Valence, la flèche était loin d'être « gagnée ». Nous allions produire notre dernier effort et à Aubignan, ô surprise, il nous restait 1 heure 30 pour faire 20 kilomètres. Dès lors, nous savions que, sauf accident, nous allions réussir ce qui devait être pour nous un petit exploit sportif.../...

A l'arrivée, malgré la réussite totale de l'expédition, je jurai que l'on ne m'y reprendrait plus, la nuit étant à mon sens faite pour dormir.

Mais à l'heure où j'écris, je me sens déjà embarqué dans une nouvelle aventure.

Ô vélo quand tu nous tiens !...

Joseph Ricci

Article paru dans la revue N°5 de décembre 1981

Le ROC a 40 ans !

En 1976, inspiré par un de mes beaux-frères, je me suis acheté un vélo pour faire du « cyclotourisme ». Pour m'entraîner, je me joignais aux sorties organisées par l'association sportive de la sidérurgie fosséenne.

Mon voisin de cette époque, Jean-Philippe Urvoy, avait alors repéré mon maillot orange, il avait le même, et nous roulions ensemble quelquefois.



L'année suivante, il m'avait parlé d'un nouveau club cyclo en gestation à Saint-Martin. Dès la création du Rayon d'Or de la Crau, il en devint le premier président et moi un des adhérents.

Mes horaires de travail, en poste, ne facilitaient pas les participations aux sorties dominicales mais me permettaient de rouler en semaine.

En août 1976, mon beau frère, fervent cyclo, participait à la Semaine Fédérale de cyclotourisme de Valence. Avec mon épouse, nous l'y avons rejoint pour découvrir ce qu'était ce grand rassemblement de cyclotouristes. Il se déroulait chaque année dans une région différente. C'est événement à la fois sportif et touristique incitait à découvrir la France.

Le constat fut concluant et, une fois inscrits au ROC, nous nous sommes lancés dans l'aventure des « SF ».



A Montauban en 1978, nous avons étrenné le nouveau maillot du ROC. Puis ce fut Narbonne en 1979, Pamiers en Ariège en 1980, Libourne en Aquitaine en 1981, Haguenau en Alsace en 1982, Nogaro dans le Gers en 1984, Guingamp en Bretagne en 1986 et Roubaix dans le Nord en 1988.



A chaque fois, nous y allions en famille. Nos enfants au début restaient en garderie, puis dès qu'ils en eurent la possibilité, ils roulaient avec nous. Ces semaines étaient aussi l'occasion de retrouver mes eux sœurs, leur mari et leurs enfants, tous imprégnés de cet esprit cyclo.

Le virus étant bien implanté dans la famille, la contagion vers le ROC n'a pas traîné. Notre président, Jean-Philippe, suivi de Jean et Juliette Schmitt, Claude et Suzanne Revire, Claude Sanchez et d'autres ont aussi été conquis.



Au fil du temps, nos enfants ont eu d'autres activités sportives et associatives. Puis les contraintes familiales et professionnelles nous ont amenés à réduire la pratique cycliste. Aussi, après la SF de Roubaix nous nous sommes éloignés du ROC mais ce club restait dans notre esprit.

Quand vint la fin de nos vies professionnelles, la randonnée pédestre nous a procuré bien du plaisir. Mais des soucis de santé nous ont obligés à revoir nos activités et c'est naturellement que nous sommes revenus au vélo et au ROC en 2008.

Après un peu d'entraînement, nous sommes repartis en semaine fédérale, là où nous avons arrêté. Nous avons rejoint Saint-Omer, dans la région nord en 2009. L'été 2010 nous étions à Verdun puis à Flers dans l'Orne en 2011 et à Nantes en 2013.



Enfin en 2015 ce fut à Albi notre dernière SF. Nous n'y étions pas à l'aise, beaucoup trop de cyclos sur les circuits (près de 15000) rendaient la circulation quelquefois dangereuse. L'ambiance avait aussi beaucoup changé depuis nos débuts où nous n'étions « que 4000 ».

Lors de la SF de Verdun, nous avons appris l'existence d'une petite sœur aux Semaines Fédérales de la fédération, les semaines européennes de cyclotourisme. Elles se déroulaient sur le même principe mais dans des pays différents avec un nombre de cyclistes limité à environ 1500 et une organisation plus légère.



Pour nous ce fut d'abord Gijon au nord de l'Espagne en 2012, Yverdon-les-Bains en Suisse en 2013, Auch dans le Gers en 2016 et Diekirch au Luxembourg en 2017.

Les français y étaient largement majoritaires mais nous y retrouvions des polonais, des ukrainiens, des suisses.

Nous ne rattraperons pas le record de Jean-Philippe et Christiane Urvoy, mais toutes nos participations nous ont permis de découvrir d'autres régions, de nouer de bonnes relations avec d'autres cyclos et de porter loin les maillots du ROC.

Le ROC a été aussi pour nous, des sorties en club, des brevets Audax cyclistes et pédestres et des séjours « découverte ».

Notre avenir au ROC n'est certainement pas terminé, mais plutôt réduit avec une évolution probable de nos petites reines.

Pour terminer ces quarante années de souvenirs, je voudrais souligner le remarquable travail des présidents et de leurs équipes pour développer, maintenir et animer le ROC aussi efficacement.

Nous les en remercions sincèrement.

Thérèse et Benoît de Bettignies

Etonnement

Etonnée par la distinction qui m'a été faite lors du 40^{ème} anniversaire du ROC, ainsi qu'à Jeannot, je tiens à vous remercier tous.

Etant, voici 4 décennies, la première féminine du club, je voudrai rappeler le bon accueil des autres membres du ROC, lesquels ont toujours été très respectueux et amicalement compréhensifs.

Parmi ces cyclos, j'aimerais citer Joseph, lequel se laissait distancer jusqu'à mon niveau pour venir m'encourager. Ainsi motivée, j'ai passé entre autres épreuves, quelques nuits sur mon vélo.

Ma vie de cyclotourisme m'a fait vivre de bonnes années dans de beaux paysages, agrémentés de nombreux contacts enrichissants et tout cela grâce au club.

Encore merci à tous.

Juliette Schmitt



De Saint-Martin-de-Crau à Saint-Jacques-de-Compostelle

Ils ont 316 ans à eux cinq et pourtant le 27 août 2000, ils ont pris la route pour se rendre à Santiago-de-Compostella.

Regardez la carte de l'Europe, dans le nord-est de l'Espagne, près du cap Finistère et de l'océan atlantique, au dessus du Portugal, vous trouverez Santiago.

Juliette et Jean Schmitt, Jean-Pierre Collignon, Jean-Philippe Urvoy et Jean-François Brunschwig ont ainsi parcouru en 15 jours 1515 kilomètres, comportant 18000 mètres de dénivelé (soit 2 fois l'Himalaya), sur les routes et chemins fréquentés depuis près de 10 siècles par les pèlerins qui marchaient et maintenant marchent ou pédalent vers Santiago.

Une dizaine de cols a été franchie entre 1000 et 1500 mètres avec une température allant de 4 à 37°, mais sans une goutte de pluie et avec un vent plutôt favorable.

Que de volonté et d'efforts sur ce parcours où l'on côtoie sans cesse l'Histoire.



Les 5 cyclistes du R.O.C devant l'église St Trophime d'ARLES

Classé par l'Unesco « Premier Itinéraire Culturel Européen », c'est cet axe qui fut à l'origine des échanges internationaux à travers l'Europe. Aujourd'hui encore et plus que jamais après Charlemagne et Roland à Roncevaux, tous les jours des pèlerins de toutes les nationalités y passent à pied ou à vélo et sympathisent entre eux, animés par la même idée, le même esprit.

Les marcheurs mettent environ 60 jours et les cyclistes (avec leurs sacoches) au minimum 15 jours. C'est le temps qu'ont mis nos 5 amis pour traverser la France et l'Espagne pour sentir enfin le souffle de l'Atlantique à quelques dizaines de kilomètres du cap Finistère.

Mais pourquoi tous ces efforts dans des conditions d'hébergement parfois difficiles ?

Pour la même raison qui pousse les grimpeurs à escalader une montagne ou d'autres à traverser un désert ou un océan (toute proportion gardée), avec en plus la chance d'effectuer un pèlerinage vers un lieu de légende où depuis tant de siècles souffle l'Espérance de tous les pèlerins qui les ont précédés.

Article paru dans la revue municipale « infos Saint-Martin » d'octobre 2000 et la revue N°22

L'engagement des cyclos du ROC dans les écoles de St-Martin-de-Crau et le petit tour à vélo !!!

A la rentrée scolaire 2014-2015, certains enseignants des écoles de St-Martin-de-Crau, dans le cadre de l'éducation physique et sportive en concertation avec Mme l'inspectrice de l'éducation Nationale, ont choisi une APPN (activité Physique de Pleine Nature) centrée sur l'apprentissage du « savoir rouler à vélo ».

Un peu plus de 400 enfants de la grande section maternelle au CM2 ont donc appris, sur une période de 15 séances environ, à manier le vélo, à apprendre l'équilibre sur le vélo, à rouler en groupe, à faire des exercices de freinage brusque, à savoir tenir la droite etc... sous l'autorité des maîtres et maîtresses et des éducateurs sportifs de la mairie.



Pour réussir cette opération dans les meilleures conditions, il était indispensable que les enfants aient des vélos opérationnels et en bon état de marche. Il ne fallait pas que le maître ait à passer son temps à revisser les boulons des roues, gonfler les pneus, monter ou descendre la selle, réparer les crevaisons, etc..., mais qu'ils se consacrent le maximum du temps à l'apprentissage.

Aussi, nous avons décidé de faire appel au bénévolat associatif et en l'occurrence, aux 2 clubs de cyclotourisme de St-Martin-de-Crau, le ROC (Rayon d'or de la Crau) centré sur le cyclotourisme et le Cyclo Sport CRAVEN plus centré sur la compétition. Nous souhaitons dans cette démarche, demander à ces pratiquants de longue date et très avertis, d'assurer au cours des séances de pratique, le bon fonctionnement des vélos et d'être à la disposition des maîtres dans la mise en œuvre des séances.

A la suite d'une réunion en début d'année scolaire avec les responsables et les adhérents de ces deux clubs au cours de laquelle nous avons expliqué notre démarche, une dizaine de personnes se sont mobilisées pour aller dans les écoles. Chaque semaine ces messieurs ont participé avec assiduité aux séances d'apprentissage et prodigué leurs conseils avisés aux enfants et aux enseignants en jouant également sur leur rôle de « Papy » auprès des enfants.

Force est de constater qu'en fin de cycle d'apprentissage, les enfants avaient fait beaucoup de progrès et étaient prêts à affronter la circulation routière, bien encadrés cependant.

Le jeudi 4 juin 2015, une opération « petit tour à vélo dans la ville » est organisée pour clôturer une année d'apprentissage ; 240 enfants rouleront dans la ville, encadrés par les maîtres, les éducateurs sportifs de la ville de St-Martin-de-Crau, des parents, et les « papys » cyclotouristes. Ils sont rassemblés sur la place devant la maison des associations après la descente de la rue de la République, et là un moment festif est organisé avant de repartir pour la Baisse de Raillon où un pique-nique est organisé ainsi que des activités diverses sur le centre aéré de la ville.



Cette journée de vélo et de fête en fait a laissé un immense souvenir, et la volonté pour chacune et chacun de remettre cette opération en route les années suivantes. Depuis trois ans (sauf 2016 où le petit tour vélo n'a pas eu lieu, suite à des défections de dernière minute), l'organisation de cette journée festive a été reconduite avec deux journées organisées à cause du nombre trop important d'enfants. L'année scolaire 2018-2019 démarre et dans l'organisation des rencontres scolaires et des événements liés aux scolaires, le petit tour à vélo est déjà programmé. C'est en janvier que la première réunion aura lieu et bien évidemment le ROC est en pointe sur l'organisation et sur la préparation des élèves dans les écoles...



Un bel exemple de partenariat associatif bénévole sur la commune et un grand chapeau à tous les membres du ROC qui s'engagent chaque année dans cette opération qui est contraignante mais qui apporte énormément aux jeunes élèves et qui est pleinement gratifiante pour nous adultes qui voyons ces jeunes

progresser à grands pas.



Parallèlement à cette journée du « petit tour vélo » de fin d'année, nous avons créé un challenge interclasses en l'honneur et à la mémoire de Marcel CIPPICIANI qui est remis ce jour là à la classe ayant remporté le trophée. Une façon de continuer à faire vivre le souvenir de celui qui a contribué, par sa passion du vélo, des enfants, et du ROC, à la réussite de ce projet.



Henri Niederoest
Adjoint au Maire de St-Martin-de-Crau
En charge des écoles primaires

Bon sang ! 40 ans !

C'est ce que je me suis dit pendant l'émouvante cérémonie d'anniversaire du ROC. Emotion due au souvenir des années envolées sans doute mais je ne veux pas faire comme les pépés qui ressassent leurs souvenirs de Verdun ou du Chemin des Dames et qui barbent tout le monde avec leurs radotages.

Non ce qui m'émouvait surtout c'était la nombreuse assistance des membres du ROC et tous ces jeunes, image d'un club toujours vivant ... et oh combien !

Et en rentrant chez moi, serrant sur mon cœur mon beau trophée, je me disais que je n'avais pas perdu mon temps il y a quarante ans ainsi que tous les présidents qui se sont succédés depuis y compris celui « à vie ».

Jean-Philippe Urvoy

PERIGORD

Mme La Baronne est servie

A la base, « notre métier » c'est de pédaler ...
lâchait avec humour - à qui voulait l'entendre - un ancien et imminent
Président du ROC.

Depuis quelques années « la profession », pour rester dans la métaphore, lutte avec un certain succès pour rester elle-même et bien se garder de sombrer dans la fade standardisation de notre société.

C'est pour cela que nous pédalons toujours avec nos deux jambes, et j'oserais dire avec les deux lobes de notre cerveau pour rester en équilibre.

Il est donc naturel que la diversité apparaisse dans notre peloton, en témoigne :

- Le goût immodéré de certains pour les côtes, les bosses et les dos-d'âne ...
- Le goût viscéral d'autres pour les descentes ...
- Le plaisir - très diversement réparti dans le groupe - d'ouvrir des cartes routières ...

Mais aussi l'usage de codes spécieux pour initiés seulement couvrant notamment :

- L'arrêt immédiat pour besoins impérieux
- L'arrêt immédiat pour anomalies mécaniques
- L'arrêt immédiat pour photos, chien menaçant, canard boiteux ...et j'en passe....

Enfin, l'unanimité acquise haut la main, sans état d'âme, quand il s'agit de s'arrêter, entre 12H et 13H pour boire un coup et avaler son sandwich ...

Notre chère liberté, c'est encore, quand les corps se reposent et que certaines têtes travaillent, ... pouvoir aborder, disséquer et réfléchir sans tabou et dans la plus totale pluralité d'opinion tous les sujets qui nous tiennent à cœur.

Voilà succinctement résumé, à mon sens, l'état du club avant notre séjour en Périgord.

Question :

Y a-t-il un AVANT et un APRES Périgord !...

Pourquoi cette question saugrenue ?...

Je m'explique :

En effet, c'est bien depuis ce dernier séjour dans le Périgord, qu'un mot nouveau, savoureux, plein de poésie, de tendresse, de subtilité, de classe dirais-je, circule dans le peloton. Ce mot qui se drape d'un voile de mystère pourrait bien apparaître dans le vocabulaire courant du XXIème siècle au sein du ROC. Je ne vous fais plus attendre :

Ce mot est « s'enticher » pour tout dire et mieux comprendre, (entechier en ancien français)

J'entends bien, ça et là, vociférer quelques sympathiques grognards :

S'enticher ! s'enticher ! fichtre... oui mais qui ?...de quoi ?... pour quoi ?... etc. ...

N'ébruitez pas trop cette info de première main, c'est une réorientation, une reprise en main subtile mais sournoise du club qui s'opère ...c'est l'axe du mal qui s'infiltré ...et savoir que cette grâce maléfique soit portée par notre **Président à vie**, lui-même, me laisse encore tout pantois.

Voulez-vous en savoir plus ?

... des chœurs bombardent mes oreilles... oui, oui, bien sûr ...

Je cède donc de force aux vœux unanimes du groupe.

Imaginez, dans cette magnifique région, berceau de nos racines profondes, où le passé ressurgi sous chaque caillou, notre illustissime **Président à vie**, ramer à contre courant et essayer de toutes ses forces de nous inculquer les bonnes manières....Alors que nous étions là pour sonder l'habitat troglodyte et les mœurs les plus primaires de nos lointains ancêtres et à l'occasion, par mimétisme et délectation se fondre dans ce moule de sans culotte pour les damoiseaux et de sans jarretelle pour les damoiselles ...

Quelle surprise !!!

C'est de cette entreprise, et de cette dénaturation démoniaque, baptisée secrètement **O.P** « **Opération Périgord** » que je vais vous entretenir.

Tout avait commencé dès le premier repas du premier jour en comité restreint ; nous étions tranquillement installés à la terrasse d'un petit restaurant ... le patron assurait un service bon enfant ... sans chichi, dirons nous, et tout aussi naturellement voici que notre **Joseph**, très à propos, nous fait remarquer par petites touches, avec adresse et pertinence ... les mini ... les micro ... que dis-je, les nano fautes de goût dans le service du bon patron.

Nous, c'est-à-dire : **Marguerite / Marcel - Olga / moi** et **Nicole** notre première dame à vie du club, épouse de qui vous savez, comme une seule tête levons nos mentons au dessus de nos assiettes, fixons ébahis le point d'où venait ce murmure et dans la plus parfaite synchronisation, voici illico, que cinq paires d'oreilles droites

et affûtées, orientent leurs pavillons pour capter au mieux, en stéréo, la musique de notre cher Président.

Il en connaissait un rayon sur le sujet et n'était pas avare de précision ; nous étions tous subjugués et ne manquions pas de nous enquérir sur ses sources ; elles étaient irréfutables et venaient de la « haute »...

Dès le premier repas du soir, notre « entiché » s'enticha de nous enticher, et petit à petit nous nous entichions en cœur des bonnes manières, des grâces de salon, tout étant prétexte à correction, à retouches, au mieux disant, au mieux pensant ; nous eûmes ainsi droit aux rectifications du dressage de la table, au relevé de l'anticonformisme de la serveuse, aux incohérences du menu, ...

Le lendemain sur le vélo, nous étions coincés, empruntés, la peur nous tenaillait de faire la gaffe du jour ... plus question de monter en danseuse, plus question de code spécieux, plus question de gros mots, de mots gras, de mots salés ; à notre menu... que du light, extra light et ultra light, nous étions devenu des zombies.

Bref ! au terme du séjour en Périgord, à force de s'entechier de ceci, s'entechier de cela, le ROC devint assurément le club le plus distingué de la FFCT ... cqfd...

Epilogue :

Nous étions devenu, disais-je des zombies, lisses comme la peau de la Baronne ... Ah oui, ... encore faut-il que je vous dise que le mentor de notre Président était en effet, Madame la Baronne Nadine de Rothschild en personne ; c'est elle qui a reformaté notre président, l'a retourné comme une crêpe ... quand ? où ? je passerais sur les circonstances sans intérêt qu'il a osé nous dévoiler !

Quel avenir pour le ROC après ces péripéties ?

D'abord une bonne digestion de cette lecture, et probablement, un autre voyage l'an prochain, avec à la clé je l'espère pour tous, d'autres histoires farfelues à vous raconter

Mon cher Joseph, ne prends pas ombrage, j'ai un peu exagéré et je m'en repends déjà...

Mais au-delà de tout cela, quel plaisir : n'es-tu pas le premier **Président-Prédicateur à vie** du ROC à avoir su inviter à notre table, notre chère, sympathique et bien aimée Baronne Nadine de Rothschild.

Claude Sanchez

Article paru dans la revue N°29 de décembre 2007

Les olympiades de Joseph

Samedi 17 Février ... Depuis une semaine les yeux du monde entier sont tournés vers Pyeongchang et suivent les exploits des champions qui se battent, dans un décor immaculé, pour obtenir la récompense suprême, le "graal" ..., une médaille. Que d'efforts, de sacrifices, d'abnégation et bien d'autres choses encore pour y parvenir Qu'importe, qu'elle soit en or, en argent ou en bronze, c'est le rêve de ces superchampions et une immense fierté de pouvoir en gagner une. Sur les marches du podium, lors de la remise des récompenses, ils arborent de larges sourires, voire des larmes..... Cette joie communicative est partagée par tous et "cocorico" si un compatriote occupe la plus haute place.

A des milliers de kilomètres de la Corée du Sud, loin du grand battage médiatique, s'est déroulée une cérémonie semblable. C'est à Gardanne, l'ex-ville minière provençale et plus précisément à la "Maison du Peuple" que la FFMJSEA (Fédération Française des Médaillés de la Jeunesse des Sports et de l'Engagement Associatif) a convié Joseph LYVINEC. Pourquoi me direz-vous? Vous l'avez tous compris, c'est une médaille que notre cher Président va se voir remettre. Encore une Il y a quelques années, elle était en "BRONZE", cette fois c'est du sérieux elle est en "ARGENT".

Fidèles et solidaires, Roland et moi ne pouvons laisser notre champion aller "seul" chercher sa récompense. Il fait gris, il bruine, bref un vrai temps d'hiver en Bretagne ...

L'Assemblée Générale terminée, le Président du Comité Départemental nous invite à procéder à la cérémonie de remise des médailles. Contrairement au protocole des JO, c'est par la plus haute distinction qu'elle débute, l'or. Voici maintenant celle qui nous intéresse au plus haut rang. Les nominés sont plus nombreux Nous sommes fébriles, les appareils photos (pour ne pas dire les mobiles) dans nos mains prêts à dégainer. Le Président, un après l'autre, appelle les candidats Le temps passe et la tension devient palpable. L'attente est longue... de plus en plus longue. A quand le tour de Joseph....? Assis à ma gauche, il est silencieux, serein. A ma droite Roland, nos regards se croisent pleins d'interrogations. Ça en est trop, pour nous l'atmosphère devient pesante..., cette ambiance c'est le Maître de cérémonie qui y mettra un terme. Il se tourne vers l'assemblée, lève les yeux pour inviter les médaillés de bronze à le rejoindre. Stupéfaction dans notre clan, nous sommes consternés... **Joseph oublié**, que se passe-t-il...? On ne comprend pas On se concerte, pris de doute, Joseph a du mal à extraire de la poche de son veston le document reçu il ya plus d'un mois : la convocation. Ensemble nous le parcourons. L'absence du coupon réponse atteste qu'il avait répondu de façon positive à sa présence. On ne peut admettre cette situation, il faut passer à l'action Ce que notre Président sait faire, et bien faire, dans pareil cas. Il se lève et se dirige vers René Morel, un ami de longue date, pour lui faire part de sa déconvenue.

Une certaine agitation est alors perceptible parmi les organisateurs, passage en revue de la liste et toujours pas de Joseph LYVINEC.... Par contre la médaille attribuée à Joseph, celle en Argent, elle est bien présente. Nous saurons ensuite qu'un disfonctionnement interne (transmission de courrier) est la cause de cette déconvenue. Interruption pour les "bronze", le Président confus s'adresse à l'assemblée pour l'informer de ce manquement, il se tourne vers notre Président et lui présente ses excuses que Joseph accepte par un large sourire. « Joseph LYVINEC, parmi les pouvoirs qui me sont conférés et au nom de Madame la Ministre de la Jeunesse et des Sports, je vous remets cette médaille d'ARGENT, récompense de votre engagement depuis de nombreuses années dans le milieu associatif..... » C'est René MOREL qui prononce ces mots, qui épingle la médaille sur le torse de Joseph, le tout conclu par une franche accolade. Joseph, applaudi, prend le micro : « Merci à vous tous J'ouvre une parenthèse en remerciant tous les bénévoles qui œuvrent avec moi car sans eux rien ne serait possible ... ». Ouf, l'incident est clos et vous connaissez la suite

Voilà Joseph, tu viens d'écrire encore un nouveau chapitre de ta vie. Cette mise à l'honneur, tu ne l'as pas volée tant ton implication pour notre club est importante.



Nous sommes tous conscients du travail, des efforts consentis pour mener au plus haut le ROC cher à ton cœur. Je sais également que ce n'est pas toujours facile pour toi et que des moments de doute t'habitent parfois. Permetts-moi d'avoir une pensée pour Nicole à qui tu peux donner un bout de ta médaille (je te laisse le choix des proportions ...). Pour tout ce que tu fais Joseph, au nom des adhérents, on t'adresse nos félicitations les plus sincères et on te dit un grand MERCI.

Dans quatre ans c'est à Pékin qu'auront lieu les JO d'hiver.... Nous te donnons rendez-vous..., pour la récompense suprême.

Bravo Président

Bernard Garidel

SEJOUR A LA MOTTE-D'AVEILLANS

DU JEUDI 10 AU SAMEDI 12 MAI 2018

Organisation du RAYON D'OR DE LA CRAU.

Hébergement à l'Hôtel les Avelles, situé au pied de l'une des 7 merveilles du Dauphiné :
« La Pierre Percée ».

LA MOTTE-D'AVEILLANS, ville du département de l'Isère (38), de la région Auvergne-Rhône-Alpes et de la communauté de communes de la Matheysine.

Les habitants sont les mottois et les mottoises.

La Matheysine est historiquement marquée par l'exploitation minière intense et diversifiée, notamment des gisements d'antracite, début en 1640, ordonné par le duc de Lesdiguières. Mais la fermeture définitive intervient en mars 1997. (Les Houillères du Bassin du Dauphiné).

Pour témoigner de ce passé, création du Musée de la Mine Image situé à la MOTTE-D'AVEILLANS.

Premier jour : jeudi 10 mai.

Rendez-vous donné vers 10heures30 pour un départ en vélo à 11 heures pour la première étape de ce « périple ».

Après l'installation dans nos chambres respectives, la « petite troupe » se retrouve en « tenue de combat », prête à affronter ce premier parcours de 72 kilomètres en ce jour de l'ASCENSION.



Le ciel est couvert mais à 11 heures 10, le Directeur de course abaisse son drapeau pour le départ officiel.

Direction LA MURE, altitude 890 mètres, d'où partent un grand nombre de vallées comme les rayons d'une étoile...

Un voyage dans le temps grâce au Petit Train de la Mure. Etablie à flanc de montagne, la voie est un véritable balcon. Sa construction représenta une performance à l'époque.

Inauguration en 1888 et pendant 100 ans, il assura le transport du charbon d'antracite.

Maintenant train touristique, le voyage s'effectue à bord de wagons des années 1930 au rythme du premier train électrifié de France (1903).

Malheureusement celui-ci est à l'arrêt suite à un éboulement qui s'est produit en 2010.

Cependant une bonne nouvelle, le Petit Train reprendra du service en 2020 après de gros travaux.



Reprenons la route en direction de PONSONNAS puis COGNET, descente « rude » pour arriver à la centrale hydraulique située sur le Drac. Passage sur le pont fait en 1605 par deux mourois Albert et Salomon qui firent ensuite le pont de PONT-DE-CLAIX.

Puis c'est la montée vers SAINT-JEAN-D'HERANS en passant par le hameau des RIVES où j'ai terminé ma scolarité primaire avant de rejoindre le lycée de LA MURE en classe de sixième.

Après quelques coups de pédales et le franchissement du Col des Accarias, altitude 892 m, nous atteignons MENS, capitale historique du Trièze.

Dans la descente Bertrand entend un léger sifflement, c'est tout simplement mon coupe-vent qui « frétille » pense t'il ? Mais lorsqu'il met pied à terre, il s'aperçoit que c'est une crevaillon lente.....

Pose déjeuner, repas tiré du sac, « en compagnie d'une mousse » réparatrice et d'un café.

Puis c'est le départ.

A quelques enjambées, une vitrine alléchante expose la spécialité (pour les gourmands) du lieu : les Bouffettes.

C'est quoi exactement ?

Un biscuit de forme ovale fourré d'une crème à base de sucre dont la recette est tenue secrète , marque déposée en 1926.



Pas de dégustation possible, fermeture pour cause de pause-déjeuner alors là, je vous passe les commentaires dont j'ai été la cible, moi le régional de l'étape. En bon citoyen, voici tout de même les coordonnées :

BERNARD PERRIER ne fait pas de bulles mais bien la Bouffette de MENS

Place de la Mairie

38710 MENS

Tel : 04.76.34.63.24

<http://www.la-bouffette.com> afin de passer éventuellement une commande.

Il est temps de reprendre la route, nous sommes tout de même ici pour pédaler. Passage du col Saint-Sébastien, altitude 983 m, puis une descente aux nombreux virages où la

prudence s'impose et arrivée au pont de PONSONNAS où il est possible de faire du saut à l'élastique, non actif ce jour là.

Remontée vers LA MURE où les participants se séparent en deux groupes.

Direction la corniche du Drac, en passant par PRUNIERES, MEYRES-SAVEL, CHATEAUBOIS et son point de vue, MARCIEU puis la montée vers LA MOTTE-SAINT-MARTIN avant l'arrivée aux Avelles.

Bravo à ces courageux.

A voir le château de LA MOTTE-LES-BAINS, établissement thermal.....

Les eaux de LA MOTTE sont transparentes, inodores d'un goût légèrement salé. Leur composition est presque la même que l'eau de mer. Elles sont employées pour la guérison des rhumatismes, des luxations, des fractures, des caries, le mal de Pott : tuberculose des vertèbres, des inflammations chroniques du foie et de l'estomac, etc....

Quatre rentrent directement vers LA MOTTE-D'AVEILLANS par SUSVILLE et le VILLARET.

A noter ma chute au passage de la voie ferrée du petit train, coude gauche « endommagé » ainsi que la main droite.....

J'en profite pour remercier Josette et le directeur de l'hôtel qui m'ont apporté les soins.

Après une bonne douche, une mi-temps en salle de récupération ou à la piscine, la deuxième au restaurant, tout ce petit monde se dirige vers un lieu où les yeux se ferment, les poumons s'expriment pour ne penser qu'aux étoiles..... filantes ou pas.

Deuxième jour : vendredi 11 mai.

Deux parcours possibles : 97 ou 70 km.

La séparation est prévue à SAINT-BARTHELEMY-DE-SECHILLENNE.

Pour moi c'est parcours en voiture accompagnatrice avec Georges jusqu'à SECHILLENNE et ensuite avec Michèle son épouse.

En effet, suite à ma chute, les doigts de la main droite sont enflés et j'ai du mal à les plier.

No comment....

Tous les autres participants, eux, sont en forme et enfourchent leur monture sans problème.

Passage par NOTRE-DAME-DE-COMMIERS et son barrage en terre sur le Drac, SAINT-GEORGES-DE-COMMIERS et la gare d'arrivée et de départ du Petit Train de LA MURE, CHAMP-SUR-DRAC, BRIE et ANGONNES pour atteindre URIAGE-LES-BAINS, station thermale à 414 m d'altitude, située au pied de la station de

CHAMROUSSE (petit souvenir des JO de GRENOBLE en 1968) et de Jean-Claude (pas moi) KILLY, triple médaillé d'or...

L'eau d'URIAGE est une eau sulfurée, chlorurée sodique, utilisée en rhumatologie, dermatologie et ORL.

C'est le moment où les choses sérieuses commencent après un arrêt ravitaillement, il est temps d'attaquer la montée vers le col de Luitel, altitude 1262 m et son lac. Belle montée dans la forêt. Celle-ci se passe bien pour tous, malgré la fraîcheur du sommet.

Une descente plutôt raide où la chaussée est dans un état parfois limite avec en plus des sections en travaux où le revêtement plus terreux que goudronné, nécessite de la part des cyclos une grande maîtrise et prudence.

L'arrivée à SECHILLENNE s'effectue sans problème, lieu du pique-nique préparé par le restaurant de notre hébergement.



Malheureusement cette bourgade n'a plus de bistrot où nous pourrions déguster, surtout les pédaleurs, une bonne « mousse » suivi d'un expresso. Nous nous contentons donc de l'eau de la belle fontaine.

Mais la route est encore longue, quelques nuages apparaissent dans le ciel... aussi il est temps de réenfourcher le véhicule à deux roues pour se diriger vers SAINT-BARTHELEMY-DE-SECHILLENNE, lieu de séparation des circuits.

Josette et Jean-Pierre se dirigent vers LAFFREY, village célèbre par la rencontre de Napoléon le 7 mars 1815 au retour de l'Ile d'ELBE avec les troupes royales chargées de l'arrêter.... Ce lieu est désormais nommé « prairie de la rencontre » où se situe la statue équestre de Napoléon.

Après le passage par SAINT-JEAN et NOTRE-DAME-DE-VAULX par une route agréable au milieu des champs et bois, l'arrivée aux Avelles avant la pluie pour eux.



Pour les costauds, direction col de la Morte, altitude 1370 m, belle grimpe dans un décor verdoyant.

LA MORTE, station de pleine nature entre Taillefer et Grand Serre aux portes de l'Oisans. Malgré son nom LA MORTE est devenue capitale de la joie.

(voir vidéo sur le site : www.mairielamorte.fr), lieu où j'ai effectué quelques descentes à ski (mes débuts) lorsque j'étais au lycée de LA MURE.

Descente sur les villages de LAVALDENS et de LA VALETTE, les premières gouttes de pluie font leur apparition, ascension du col de Malissol, altitude 1153 m, direction NANTES-EN-RATIER, FUGIERES, PIERRE-CHATEL puis LA MOTTE-D'AVEILLANS. Le final se passe sous une pluie assez intense qui ne donne malheureusement pas envie de flâner et de se consacrer au tourisme. Dommage.....

Histoire de GPS qui indique de tourner à droite vers la Pierre Percée. Ce n'est pas la bonne direction, retour sous cette pluie battante. Attention, les GPS sont parfois vicieux.....

Enfin l'arrivée à l'hôtel où tous ces combattants à vélo peuvent prendre une bonne douche avant de se diriger vers la « salle de récupération » toujours la même.....

Quant à Josette et Jean-Pierre, arrivés avant la pluie, ils ont profité pleinement de la piscine.

Le vendredi soir, le restaurant propose une soirée animée avec au menu : moules frites (à volonté), non nous ne sommes pas en Belgique, et au final un dessert. La pluie est oubliée..... Quelques pas de danse pour certaines et certains. Mais « point trop n'en faut »..... Le menu de demain est succulent..... Sur ce, bonne nuit à toutes et tous, la suite à venir après une bonne nuit.....

Troisième jour : samedi 12 mai.

Après chargement des vélos et des bagages, départ de l'hôtel en direction DU-BOURG-D'OISANS.

Programme du jour : « L'ALPE D'HUEZ ».



Les coureurs du Tour de France et les skieurs connaissent bien. Cette station, créée en 1936, est située sur un plateau plein sud à 1860 m d'altitude sur le massif des Grandes Rousses, tant pis pour les blondes et les brunes..... Elle est surnommée « l'Ile au Soleil » en raison du fort ensoleillement qui y règne.....

Si nous parlions de cette ascension mythique vers ce lieu mondialement connu !

Alors cette route d'accès au sommet de l'ALPE-D'HUEZ : DU-BOURG-D'OISANS, 13,8 kilomètres à 8,1% (moyenne), dénivelée 1125 m, 21 virages numérotés de 21 à 1.

Du virage 21, dénivelé de 1054 m sur 13 kilomètres, d'abord 2 kilomètres à plus de 10% puis de 8 à 10% jusqu'au village d'HUEZ, 7% ensuite, des passages à 13% du 11ème au 12ème km puis 5% dans le dernier km (source internet). A noter que c'est la plus

ancienne arrivée en altitude du Tour (1952). Ceci dit tout le monde, à son rythme, atteint le sommet avec la satisfaction du devoir accompli.

Quelques kilomètres avant l'arrivée, le traditionnel photographe, au bord de la chaussée, immortalise ce qui restera un excellent souvenir.....

Et maintenant il faut penser à la descente, qui à l'origine, devait s'effectuer par le col de Sarenne (altitude 1999 m) mais celui-ci est encore fermé pour cause d'enneigement.

Donc retour à la case départ par le même trajet beaucoup plus rapide..... A noter la crevaison de Véronique sans gravité heureusement.

Après la remise en « cage » de nos instruments de torture à deux roues, direction le restaurant La Muzelle au BOURG-D'OISANS pour un déjeuner bien mérité après tous ces efforts. C'est malheureusement l'heure de reprendre la direction du sud, après les traditionnels et sympathiques au-revoir.

Un grand merci au ROC pour son accueil chaleureux au sein de leur groupe, nous les extérieurs : Véronique et Joël DAUTUN, Bertrand GIPALOUX et Jean-Claude VOSSENAT, le narrateur de cet article.

Les participants du ROC : Josette et Jean-Pierre MONAVON, Michèle et Georges RIOLS, Joseph LYVINEC, Bernard GARIDEL, Michel GUIRAUDOU, Roland SCHNEIDER et Michel SEGUY.

C'est toujours avec une grande joie que nous participons aux séjours du ROC où amitié et convivialité sont les règles majeures.

A bientôt pour d'autres escapades.

Pour conclure une devinette :

Savez-vous que le Dauphiné compte 7 merveilles, une est citée dans cet article, La Pierre Percée ainsi qu'une seconde nommée dans ce texte.... j'attends votre réponse pour les 5 autres.

En récompense..... une bouffette.....

Encore un grand merci pour cette belle aventure qui, pour moi, était pleine de souvenirs surtout d'une partie de mon enfance.....

Pour les passionnés (es) d'histoire, vous pourrez découvrir toutes les richesses du Dauphiné sur les différents sites d'internet.



Jean Claude VOSSENAT.

«D'où viennent et où vont ces bateaux ?»

Chaumousey, c'est un village tout en longueur, situé à 10 km au sud d'Epinal, ses habitants les calmosiens.

C'est mon village que longe le canal des Vosges (ex canal de l'Est) construit entre 1875 et 1887, parsemé de nombreuses écluses presque toutes automatisées, il relie la Saône à la Moselle. Un lac artificiel fut créé sur notre commune afin d'alimenter ce canal, c'est le lac de Bouzey, que de souvenirs !

Pendant toute mon enfance, le canal a alimenté mon imagination.

«D'où viennent et où vont ces bateaux ?»

Fort d'une première expérience en 2005, j'avais effectué le trajet St-Martin Chaumousey en 4 jours, avec un vélo de course et en dormant à l'hôtel.

Première expérience de cyclo-camping, je décide de rallier sans itinéraire préétabli St-Martin-de-Crau à Chaumousey, mon village natal, puis Basse-Rentgen, via Nancy et Metz, le village natal de mon épouse, dernière commune avant la frontière Luxembourgeoise. Le Rhône, la Saône, le canal des Vosges puis la Moselle seront mon fil conducteur.



J'opte pour le VTT équipé de pneus route, des sacoches arrière suffiront à loger le matériel, le vélo entièrement chargé accuse un poids respectable de 33 kg.

Départ le 15 juin, à 7h30, sous la pluie je rejoins le Rhône à Tarascon, je longe celui-ci jusqu'à l'Ardoise et je passe ma première nuit à Bagnols-sur-Cèze. La pluie a cessé en fin d'après-midi, j'installe mon campement. Repas du soir en compagnie des gérants du camping, l'orage reprend et c'est sous un véritable déluge que je rejoins ma tente, il pleut toute la nuit, je dors très peu.

Bon début, tout est trempé. Au lever du jour je sors de ma tente et c'est dans les sanitaires que je plie la toile et fait chauffer mon petit déjeuner. Direction Montélimar, c'est dans les environs que j'ai décidé de passer la nuit suivante, j'emprunte de petites routes plates serpentant au milieu des champs de maïs et de tournesol, entre le Rhône sauvage et le Rhône canalisé. A Cruas je passerai ma seconde nuit, il est 15 heures, le soleil est revenu, je peux faire sécher mon matériel, le gérant très serviable me propose une grande tente équipée : j'accepte volontiers. Situé sur la D86 entre une

centrale nucléaire et une grande cimenterie, Cruas village médiéval essaie d'allier patrimoine historique et industrie contemporaine.

Après une nuit réparatrice, à l'heure habituelle, je m'élanche sur la D86, route à grande circulation, le Pouzin, la Voulte, petit tour dans Valence que j'aurais pu éviter, Tournon puis à partir d'Andance une jolie voie cyclable qui m'amènera à St Rambert d'Albion.



L'orage menace, j'ose demander s'il y a possibilité de m'héberger, c'est dans une caravane assez vétuste, à l'image du camping que je passerai la nuit au sec.

Départ sur la même voie cyclable jusqu'à Condrieu, avec un petit vent arrière, le soleil est de la partie, me voici dans la banlieue Lyonnaise pique-nique au bord d'un étang, C'est la traversée de Lyon en suivant les quais du Rhône puis de la Saône, à Collonges au Mont d'Or le magnifique restaurant de Paul BOCUSE me tend les bras, ce sera pour un autre jour, ma tenue vestimentaire n'est pas adéquate. Je continue jusqu'à Anse. Le camping est très bien entretenu, bien qu'impersonnel, rendez-vous des citadins Lyonnais qui viennent passer le week-end. Une petite averse dans la nuit, au lever du jour le ciel est chargé. Je suis la Saône sur sa rive gauche, direction Mâcon, la pluie se charge de m'accompagner, sur une route toute droite parsemée de faux plats avec un vent de face, rien de bien marrant. Vu le temps ma prochaine nuit se passera à l'hôtel, premier essai à Cuisery malheureusement complet, il va falloir rejoindre Tournus, petit détour de 10 km sous une pluie battante. L'hôtel de France m'accueille. Dans la soirée la pluie cesse, ce qui me permet de visiter la ville. Direction Chalon-sur-Saône, sous le soleil, je regagne la D933 abandonnée la veille, le vent de face ne favorise pas la moyenne horaire, pique-nique à Verdun sur le Doubs petite bourgade qui se situe au confluent du Doubs et de la Saône. Nous sommes dimanche, très peu de circulation, sur les routes de Bourgogne. C'est à St-Jean-de-Losnes, port fluvial, que je passerai ma soirée, la fête bat son plein,



un grand rendez-vous de péniches et bateaux de toutes sortes, il y a même un bateau-chapelle, dont les membres d'équipage connaissent St-Martin-de-Crau et la région, ceux-ci ayant travaillé dans la sidérurgie fosséenne. Ce matin, il fait très froid, on ne se croirait pas le 21 juin, j'ajoute une peau supplémentaire, direction Gray via Auxonne et

Pontailleur-sur-Saône. Il est midi quand le jardin public de Gray m'accueille pour le rituel pique-nique. Mon chemin continue sur les bords de Saône, un agréable mais sinueux chemin de halage me mène à Soing, petit village de Côte d'Or avec une aire de camping en bordure de rivière tranquillité assurée. (il paraît que c'est la fête de la musique)

Il me reste environ 140 km pour rejoindre Chaumousey, terme de la première partie, que je décide de scinder en deux petites étapes. Toujours sur un chemin de halage je rejoins Port sur Saône, il est midi je cherche le terrain de camping de Jussey, quand je le découvre, c'est un champ non entretenu, il y a 3 ans qu'il est fermé. Je me rabats sur une pension de famille très accueillante.



A partir de Corre je vais enfin longer le canal des Vosges, je retrouve ces péniches qui m'ont fait rêver, je touche au but, le coup de pédale est léger, c'est sur un beau chemin bordé de frênes centenaires. Première rencontre avec un cyclo de Mirecourt qui m'accompagnera pendant une dizaine de kilomètres.

Je sais d'où viennent les bateaux de mon enfance.

Quatre jours de repos en famille, et une rencontre entre Calmoisiens (les habitants de Chaumousey) est appréciée. Il me faut pourtant continuer mon périple, le long du canal des Vosges, Charmes sera une mini-étape, je passerai deux jours chez un ami d'enfance. Il me reste environ 180 km pour arriver à Basse-Rentgen, berceau de ma belle-famille.

Le temps a changé depuis mon départ de St-Martin, c'est la chaleur qui a fait son apparition, ce n'est pas pour me déplaire. A partir de Nancy je quitte le canal pour rejoindre la Moselle.

Je connais bien ces paysages faits de collines et de forêts. C'est peu avant Metz que j'installerai pour la dernière fois mon campement avant l'ultime étape.

J'ai choisi la rive gauche de la Moselle pour me mener de Metz à Thionville, beaucoup de circulation, ce n'est pas le meilleur plan. Je traverse l'ancien bassin sidérurgique, lieu de mes débuts professionnels. Dernier pique-nique au bord des étangs de Cattenom, puis c'est Basse-Rentgen, je suis arrivé !

J'ai parcouru 1024 km du 15 juin au 2 juillet scindés en étapes d'une longueur allant de 40 à 111 km sans aucun incident mécanique ni problème physique.

Jean-Paul Mathieu

Article paru dans la revue N° 32 de décembre 2010

LES BOUFFETTES A JEAN-CLAUDE

Connaissez-vous les Bouffettes ?

Et bien moi non plus ! Et pourtant !

En ce weekend de l'ascension, le ROC avait installé son camp de base dans le Triève, à la Motte-d'Aveillans. Vous ne connaissez pas non plus ! C'est moins grave car en deux mots l'explication est donnée : au sud de Grenoble près de La Mure.

Fidèle à son habitude d'ouverture, le ROC avait invité quelques amis cyclos : Bertrand l'aigle d'Entressen, et Jean-Claude fidèle au ROC depuis des dizaines d'années lui aussi entressennois. S'étaient joints à eux en tant qu'invité : Véro et son mari Joël tous deux participants régulièrement à nos épopées.



Le temps était bien triste lors de notre première journée. Les mauvaises langues mais vraiment très mauvaises langues, oseront comparer cela à un temps de Bretagne, comparaison très osée !!

Jean-Claude, le régional de l'étape, car ayant fréquenté les bancs des écoles de La Mure, prit la tête du peloton dès le départ. Ayant créé les circuits, je suis quand même vigilant. Mais après quelques kilomètres, mon instinct se mit à douter. Je ne me souvenais pas avoir prévu cette petite route, surtout avec un pourcentage aussi fort heureusement pour nous en descente. Nous sommes en montagne mais quand même ! Un petit arrêt s'impose pour faire le point, étant le dernier de la troupe, évidemment personne ne s'est aperçu de mon arrêt. Tous les accessoires nécessaires pour faire le point sont de sortie : boussole, sextant, GPS, Galiléo, et bien sûr l'indispensable carte Michelin qui une nouvelle fois va me sauver la mise. Au résultat de ces relevés, surtout la carte Michelin, je réussis à me repérer et comprendre que nous ne sommes pas sur la route prévue au programme. Que faire ? Ils sont tous devant et vu la difficulté de la pente, personne ne reviendra à ma rencontre. Pas d'autres solutions que de poursuivre la route pour les rejoindre. Les voici groupés, appareils photo à la main, écoutant les explications de Jean-Claude sur l'histoire de ce barrage électrique situé sur le Drac et où son père avait travaillé. Visiblement il connaissait parfaitement les lieux. Heureusement la sortie sur le versant opposé est moins pentue que la descente. Et c'est là que commence l'histoire des bouffettes.

Nous comprenons rapidement qu'il s'agit d'une pâtisserie, spécialité de la ville de Mens, où nous avons prévu de passer en fin de matinée. Il était impossible pour nous de



passer à Mens sans goûter à ces célèbres bouffettes car nous n'avons que des explications vagues de la part de Jean-Claude.

« Oui c'est un gâteau avec une crème dedans, mais je ne peux pas vous dire le goût que ça a », secret de fabrication sans doute.

Bien sûr nous mandats Jean-Claude pour nous fournir en bouffette. Tranquillement, nous poursuivons notre route jusqu'à Mens où les douze coups de midi ont retenti lorsque nous entrons dans le village. Prémédité ou pas, la boulangerie qui détient le secret de fabrication de ces bouffettes est fermée. Qu'à cela ne tienne, il y en a bien une autre à Mens. Et bien non...

Partie remise, Jean-Claude se propose de venir en prendre le soir après être rentré de notre sortie. Tout au long de l'après-midi nous avons tenté de percer le mystère des bouffettes mais rien n'y fait, même le commissaire Maigret n'aurait pas réussi à faire parler Jean-Claude. Joël proposa même de prendre le Kangoo pour faire le voyage afin de rassasier tout le groupe.

La chance n'est pas avec nous ou plutôt avec Jean-Claude. Arrivé à La Mure, sur le chemin du retour, il décida avec Josette et Jean-Pierre de rentrer directement prétextant une imaginaire fatigue et shunter la boucle nous conduisant vers les gorges du Drac, magnifique en l'occurrence avec le Vercors en arrière plan.

Que voyons-nous lorsque nous arrivons tardivement à l'hôtel : notre Jean-Claude, le bras en écharpe avec un gros pansement au niveau du coude gauche où l'on voyait perler quelques gouttes de sang. Sur le chemin du retour, un rail de chemin de fer s'était mis au travers de sa route ou l'inverse, pas clair l'histoire.



Encore râpé pour les bouffettes !

Le lendemain, Jean-Claude ne se sent pas en mesure de faire le circuit en vélo, ce qui peut se comprendre... quoique...et c'est donc en voiture qu'il nous accompagnera tantôt avec Michèle et tantôt avec Georges. C'est vrai que le menu aujourd'hui est assez

indigeste avec le col du Luitel, le col de la Morte et pour terminer le col de Malissol plus comestible que les deux précédents. Le tout en une centaine de kilomètres et près de 2400 m de dénivelé.

Tout se déroule très bien jusqu'au col de la Morte, bien que depuis quelques temps on voit les nuages s'amonceler sur la montagne et s'agrandissant de plus en plus. Dans la descente du col de La Morte, un premier orage s'abat sur nous. Il y a bien un abri sur notre chemin, mais il faut bien rentrer et il nous reste encore une vingtaine de km à parcourir dont le col de Malissol. Heureusement la pluie s'est arrêtée... momentanément...

Le groupe s'est disloqué après le col de Malissol car l'orage gronde toujours. Ceux que la lecture de carte rebute reste sagement à mes cotés, bien sûr dans le dernier groupe. Nous n'avons pas le temps d'arriver à la Motte-d'Aveillans avant que l'orage ne redouble de violence et là, mes amis c'est un vrai orage de montagne, celui qui vous transperce jusqu'à la peau malgré vos vêtements de pluie. L'orage qui crée des torrents sur la route... Pendant ce temps là Jean-Claude est bien au chaud dans la voiture. On se dit que peut-être il aura fait le détour jusqu'à Mens pour enfin nous ramener ces fameuses bouffettes !

Nous voici arrivé à l'hôtel trempé jusqu'au os. Surprise le premier groupe n'est pas encore arrivé. Nous apprenons à leur arrivée qu'ils se sont trompés de chemin. ...Rien ne sert de courir, il faut partir à point...



Jean-Claude prétextera le mauvais temps pour ne pas faire le détour sur Mens ...

Toujours est-il que le lendemain matin, nous quittons l'hôtel de bonne heure pour rejoindre Bourg-d'Oisans et grimper la mythique montée vers l'Alpe-d'Huez. Que du bonheur car le soleil est de nouveau de retour. Enfin il faut quand même pédaler pour arriver là haut ...

Mais toujours pas le moindre goût des bouffettes de Mens..., cela restera un mystère pour nous tous à moins que...

Peut être à l'AG ... ?

Joseph Lyvinec

Voici les 7 merveilles du Dauphiné :

Le Mont Equille :

Sur la commune de CHICHILIANNE (Isère), est une dent avancée de la falaise orientale du Vercors à la limite du Triève.

Appelé autrefois mont inaccessible, passait pour abriter Vénus et ses Vierges ou être le séjour des anges.

La Fontaine Ardente :

Au lieu-dit « le hameau des Pierres » sur la commune du GUA (Isère), offre en permanence des langues de feu. La flamme est autoentretenu ou peut-être facilement rallumée.

La Tour sans Venin :

Sur la commune de SEYSSINET-PARISSET (Isère) près de GRENOBLE, aurait été un sanctuaire d'Isis où il n'y a ni reptiles ni araignées. Certains même prétendaient que la terre qui l'entoure, aurait été amenée de PARIS par Roland, le neveu de Charlemagne (qui a inventé l'école ... ?).

Les Cuves de SASSENAGE :

La légende de la fée Mélusine est rattachée entre autres à cette formation souterraine. Les informations spéléologiques concernant l'accès aux cuves sont sur le site du comité départemental de spéléologie de l'Isère.

Il existe un fromage, Bleu du Vercors-SASSENAGE.

Les Grottes de la Balme :

Situées sur la commune de LA BALME-LES-GROTTE (Isère) près du Rhône dont Mandrin se serait servi comme repaire. Ces grottes abritent des stalactites et stalagmites particulières.

Louis MANDRIN, né le 11 février 1725 à SAINT-ETIENNE-DE-SAINT-GEOIRS, était un contrebandier.

Il fut roué vif le 26 mai 1755 sur la place des Clercs de VALENCE (Drôme).

Pont Lesdiguières de CLAIX :

Le pont, franchissant le Drac, était situé sur la commune de CLAIX avant la création de la commune de PONT-DE-CLAIX en 1873.

C'est une construction très hardie mise en service en 1611 grâce au Duc de Lesdiguières, composé d'une unique arche de 46 m d'ouverture, à 16 m au dessus du Drac.

Selon la légende, le pont abrite la caverne de Mandrin (encore lui) et celui-ci se serait jeté du haut du pont avec son cheval pour échapper à ses poursuivants.

En 1874 un second pont a été construit à quelques mètres afin de recevoir la circulation plus intense de la fin du XIXème siècle et notamment une ligne de tramway à partir de 1897.

La Pierre Percée :

Sur la commune de PIERRE-CHATEL dont la silhouette, modelée par l'érosion, évoque un énorme monstre accroupi qui a fait naître de nombreuses légendes de dragons.

C'est une arche naturelle ayant la particularité de posséder un trou en arc de cercle de 3 m de hauteur.

Egalement à voir les trois lacs : lac de LAFFREY, lac de PETICHET et lac des cordeliers à PIERRE-CHATEL.

Plus d'informations, consultez le site suivant : [Sept merveilles du Dauphiné-Wikipédia](#).

Informations fournies par JC Vossenat

LE VELO EN 15 QUESTIONS

- 1 Club vélo international ?
- 2 Pour un gibier ?
- 3 Dans usines et tableaux ?
- 4 A ne pas perdre...
- 5 On y dort ?
- 6 Spécialité de Michelin ?
- 7 Toujours en bon état ?
- 8 A faire tourner efficacement ?
- 9 Voir le diamantaire ?
- 10 Outil des paysans ?
- 11 ...sur rue
- 12 Présente des fruits de mers ?
- 13 Sur les armoiries de Saint-Martin ?
- 14 Synonyme du (baudet railleur) ?
- 15 Clapet du cœur ?

LE VELO EN 15 REPONSES

- 1 ROC
- 2 Potence
- 3 Cadre
- 4 Les pédales
- 5 Chambre
- 6 Pneu
- 7 Freins
- 8 Manivelles
- 9 Chaîne (en or, autour du cou)
- 10 Fourche
- 11 Pignon
- 12 Plateau
- 13 Rayon (de soleil)
- 14 Dérailleur
- 15 Valve

Jean Schmitt

Hommage écrit par Jean Schmitt pour son Ami, Jean étant trop ému pour prendre la parole.

Certes, Jean-Pierre était un homme... mais un Grand Homme avec un H majuscule.

Attentionné à son épouse Nicole, aimant profondément ses 4 enfants, beau-père attentif, grand-père chérissant ses 7 petits enfants.

Mais c'était aussi un homme de loisirs : philatélie, voyages, club de marche, sa chorale « Chœur St-Martin » dont il était un ténor actif dès le début, vélo (n'est-il pas allé en bicyclette, avec 4 copains, à St-Jacques-de-Compostelle ?) ; dans le cadre du jumelage n'a-t-il pas fait connaître, avec Nicole, sa belle crèche provençale à Markgröningen ?

Il aimait recevoir sa famille, ses amis dans son chalet de Méolans près de



Barcelonnette ; ce chalet dans lequel il a montré tous ses talents de bricoleur, faisant, avec Nicole, de ce nid douillet perché dans la montagne un havre de paix et de sérénité pour chacun.

Mais très présent dans la vie de Saint-Martin-de-Crau, en tant que responsable de quartier notamment, il s'était aussi énormément investi dans le développement du tiers-monde. Aiguillonnant, en tant que responsable, son équipe locale du C.C.F.D. (Comité Catholique Contre la Faim et pour le Développement) ; il les incitait à aller toujours plus loin dans leurs animations au profit des populations défavorisées. Grande a été sa joie lorsqu'il a pu apprécier, en Inde, en liaison avec le Comité Diocésain, les résultats concrets de son action ici, pour eux là-bas.

C'était l'homme des soirées chorales qu'il organisait avec tout le professionnalisme de sa formation de sidérurgiste lorrain, métier qu'il a exercé avec responsabilités à Fos-sur-Mer dans l'usine Solmer.

Aujourd'hui, à 68 ans seulement, après une longue maladie, tu nous laisses orphelins.

Nous tous amis nombreux ici présents, en ce jour de grande tristesse et dans la paroisse qui t'étais chère, te disons simplement mais avec beaucoup d'émotions, pour tous les moments de vie que nous avons partagés avec toi, MERCI Jean-Pierre et AU REVOIR.

Jean Schmitt, le 28/10/2011

Article paru dans la revue N° 33 de décembre 2011

UNE ANNEE EN SE BALADANT AVEC LE ROC

Avant propos :

Le vendredi 5/10/2018 à 16h30 ... mon ami Joseph est aux abois ; sa litanie ... je n'ai pas d'article, pas de photo, plus de sous dans les caisses, etc. ... il nous la ressort tous les ans.

Pour la revue 2018 date limite de déposition le 15/10/18, il ne me reste plus qu'à trouver un sujet, un titre, des photos ... des anecdotes qui feront grincer quelques dents (c'est plus rigolo !) ... et trouver un sujet délicat, ambigu, qui ne fasse pas l'unanimité, peut-être un peu polémique ... bref ce n'est pas gagné !

Je penserais bien parler des VAE mais ... quel angle d'attaque ! NON DANGEREUX !

Pour en revenir à l'article attendu avec impatience, je ne vois pas de sujet à évoquer ... réécrire l'histoire de la dernière trace ... le sujet est usé jusqu'à la corde ; notre séjour avec les jeunes à Montclar ! idem déjà traité l'année dernière ... ce ne serait que du réchauffé ; par contre en parcourant mes photos de l'année, je retrouve ça et là des contextes, des frémissements de souvenirs particuliers ; pourquoi ne pas faire un article sur ces faits qui se révèlent spontanément, au détour d'une photo, d'une expression entendue, d'une controverse développée à partir d'un rien ...

Tout compte fait :

Je pars à l'aventure, en zigzaguant entre mes photos de l'année avec le ROC, et m'arrêterais, comme le sourcier avec sa baguette, là où je ressentirais une émotion, un coup de cœur, une anecdote m'effleurer l'esprit ...

NOTRE MARCHÉ DE 20 km EN JANVIER

Ce cheminement commence donc par la marche des 20km du 21 janvier 2018!... et hop déjà un frémissement se manifeste ... pas besoin d'invoquer un oracle, je réalise que j'ai la chance incroyable de n'avoir en 40 ans jamais renoncé une seule fois à cette marche ... dès les 1^{ères} années, nous invitons nos familles de Marseille, Vitrolles et Mimet et nous nous retrouvions quelquefois jusqu'à une vingtaine à marcher avec tous les enfants qui avaient alors entre 7 et 11 ans ! ... et cette année, ma filleule Sophie qui faisait alors partie de l'équipe des enfants est revenue 30 ans après avec Frédéric son mari ; nous avons eu beaucoup de souvenirs à partager ... et pour Sophie l'envie affirmée de revenir avec ses enfants dès l'année prochaine ..., en



Ici avec ma filleule Sophie dont je suis très fier !

parallèle, peut-être arriverai-je à regrouper l'équipe complète de la belle époque ! L'idée est lancée, diffusée aux personnes concernées ... mais la volonté est une chose et la disponibilité des uns et des autres n'est pas acquise d'entrée de jeu ! Affaire à suivre.

VTT RANDO DES TROIS FRERES

Je continue mon parcours qui comprend environ 250 photos et chronologiquement je me trouve à VTT au niveau de la "rando des trois frères" du Cyclo club de Châteauneuf-les-Martigues le 28 janvier à La Mède.



*Ici la maniabilité où nos jeunes ont excellé !
Adresse, habilité, rapidité ... toutes nos félicitations*



*Vif succès pour tous nos participants : 11
jeunes toutes catégories et 6 adultes !*

Maintenant c'est l'heure de nos entraînements pour les traces Vélocio

Sortie Fontaine-de-Vaucluse le 24 février !

Nous avons joué avec la pluie toute la matinée ; trois ou quatre arrêts avec la ferme intention de faire $\frac{1}{2}$ tour ... puis palabres et nous reprenons la route ... et ainsi de suite jusqu'à six km de l'arrivée à la Fontaine où l'averse devient déluge mais là, il n'est plus question de faire $\frac{1}{2}$ tour... on fonce et le retour sera ce qu'il sera ! On ne se pose plus de question ! Finalement après coup un excellent souvenir !



Sortie Pont-du-Gard le 16 février !

Toujours le plus grand respect pour ce chef d'œuvre qui a presque 2000 ans ! Nous le connaissons par cœur, c'est notre joyau national ! Le plaisir de lui rendre visite est toujours intact et depuis quelque temps, nous bénéficions du développement des pistes cyclables ... ici la voie verte "Beaucaire - Remoulins" nous rend le trajet plus sûr et tranquille sur une petite vingtaine de km !



Belle vue chargée de symboles ! ... ici au pied de la montée vers le village de Ventabren et son splendide isolement.

Sortie La Trévarèse et le Pont de Roquefavour le 17 mars !

Admirable aussi ! Dans la lignée de son Auguste prédécesseur le Pont du Gard ... même fonction, même élégance, même type de construction ! ... seulement 18 siècles les séparent ...

Et nous bipèdes intrépides du XXI siècle, équipés de montures fragiles, sommes ici les témoins ébahis de ces œuvres grandioses ... mais aussi les fiers contemporains de notre TGV national qui circule à 300km/h à quelques encablures derrière nous !



Nous posons ici à Gordes un des plus beaux villages de France ! Je passe sous silence le bien être d'une pause ...

Sortie Murs / Luberon le 24 mars !

Nous sommes sur le dernier entraînement avant notre trace. Samedi prochain nous irons chercher l'apogée de notre boucle à Rians dans le Var ... et effectuerons le lendemain matin nos derniers km pour valider notre épreuve ! Nous bouclerons ainsi deux mois d'entraînement mais aussi de bons moments !



Samedi 31 mars : 1er jour de notre trace. Ici sur le plateau au dessus de Jouques après la côte sévère de Bèdes !



Les deux traces du ROC ont été validées à Barbentane où une belle réception était organisée.

A L'ANNEE PROCHAINE



*Dimanche 1^{er} avril : Belle réception à Barbentane !
Accueil chaleureux et traditionnel. Plaisir de retrouver beaucoup d'amis. Expo très intéressante.
Merci aux organisateurs.*

Chemin faisant, les traces accomplies, mes activités alternent maintenant entre vélo de route et VTT

... Nos sorties de printemps ...

Ce 14 avril !

La journée nous avait déjà gratifié de belles choses (*les cascades de Sautadet entre autres*) et pourtant là cette arche de Vallon Pont-d'Arc s'est révélée sublime, à portée de main ... on n'ignorait pas que la route allait encore être longue et difficile, probablement pas d'arrêt confortable pour déjeuner, mais cette beauté subjuguait tout le reste ... c'était le clou de la journée !



Opération sauvetage en cours !



Cascades du Sautadet



Sortie Anduze



Sortie Gange

Suite ... nos sorties locales



Belvédère à Cornillon



A Fontvieille



Vers Aureille



A Lamanon

Le groupe VTT des moyens



Notre place rouge ... et derrière le super single ! du côté des carrières de bauxite



Plateforme de départ de notre circuit de bosses à la cabane du gardian - notre base sur SMC-



Pont en sortant des Glauges vers Eyguières



Notre groupe de charme à Montclar les 17 et 18 juin ... 18 jeunes et 11 encadrants



Près du canal vers Fontvieille



Circuit aux alentours d'Aureille



Une pause-goûter....



Sous la protection du rocher des Baux

Nos futurs jeunes peut-être ...

Ici notre participation le 8 juin à la fête des écoles primaires du Lion d'Or de Saint-Martin-de-Crau... liaison groupe scolaire / cabane du gardian et animations ludiques notamment autour de notre circuit de bosses très apprécié.

Epilogue :

Ainsi, autour de ce petit échantillonnage très personnel, nous avons pu survoler très succinctement les possibilités offertes par notre club ... rien je suppose que vous ne sachiez déjà pas !

A bientôt sur nos circuits ...

Claude Sanchez



*Le groupe qui m'était confié
Quel enthousiasme !*

Des légendes, j'veux des légendes !

Je suis comme Eddy, les cow-boys, leurs histoires et leurs héros me transportent, me permettent de m'évader, de rêver. Et ça tombe bien, cette année le ROC nous a proposé un séjour dans les Pyrénées, les hautes, les vraies, celles qui portent des noms qui claquent comme un coup de fouet dans la torpeur d'un mois de juillet quand la petite reine se joue la grande boucle. Aubisque, Aspin, Peyresourde, Tourmalet où un certain Christophe forgea sa fourche et une partie de la légende du tour de France.



Ces cols nous apportèrent leur lot de surprises, un de nos membres déclara forfait le matin du départ, l'idée des sommets pyrénéens avait dû lui faire des nœuds au cerveau et trop de calculs nuisent à la santé mentale, et pas que... Comme Bernard Hinault, il quitta le peloton, fit un séjour à Pau, et rentra à la maison, il est des héros malchanceux, à bientôt Jo !

Perso, j'avais passé le printemps à assouvir ma passion pour la photo et les petites fleurs et je n'étais pas en très grande forme à notre arrivée à St-Girons, mais, content de retrouver mon groupe de cyclos favoris, je compensais mon manque de kilomètres par un enthousiasme irraisonné.

Dire que le col de Menté est difficile est un euphémisme, si je prétends qu'Aspin fut une partie de rigolade, tenez vous les côtes en riant de moi ! Et que dire du terrible Tourmalet fidèle à lui-même et aux récits qu'on en fait. Pourtant il y eut de beaux moments, la Hourquette-d'Ancizan pour dure qu'elle fut pour le cyclo, reste un émerveillement pour le touriste, si le paradis existe il doit ressembler à ça !

Vous l'aurez compris, les Pyrénées et un temps radieux m'avaient conquis, mais pour la légende... Je n'avais encore rien vu de ce que j'étais venu chercher. Mon vœu allait être exaucé par Joseph, après nous avoir fait avaler Aspin et la Hourquette, l'animal décréta qu'à 14h, ça n'était pas le moment de profiter d'une sieste réparatrice dans la fraîcheur de l'hôtel, que le col d'Azet était à quinze kilomètres, et que, et que... Petite digression, à l'heure de la mondialisation, alors que la standardisation a laminé depuis longtemps le moindre petit tas de sable, pourriez-vous m'expliquer pourquoi le

kilomètre marseillais est beaucoup plus long que le languedocien ? Début d'explication, ce kilomètre marseillais a pu gonfler sous l'effet de l'humidité bretonne, peut-être ?

Mais revenons à notre propos, José, bien inspiré argua un début de contracture, Josette et Jean-Pierre voulurent faire du tourisme. Le reste de la troupe partit à l'aventure vers le col d'Azet. Et là au sommet du Val Louron, le miracle se produisit : au détour d'un virage, je vis surgir Michel et Jacques, Raymond et Joseph ou vice-versa, remettez-ça dans l'ordre qui vous plaît, toujours est-il qu'ils sont au coude à coude. Je crois rêver, je suis dans le Puy-de-Dôme un 12 juillet 1964, les deux champions sont devant moi roue dans roue, se rendant coup de pédale pour coup de pédale, au risque de se percuter. Je vis le mythe*, un moment d'anthologie que seul le sport peut offrir.

Mon cher Eddy, mes chers amis, je l'ai eu ma légende, je vous la livre ci-dessous.



Dans 50 ans d'ici, puissent les jeunes de l'école cyclo raconter l'histoire de Michel S. qui a tenu tête au VAE de Joseph au sommet du Val Louron.

(*) du verbe vivre, excusez-moi mais à l'époque je n'avais pas 5 mois !



William Garidel

Les cuisses de la serveuse

Je vous parle d'un temps que les moins de trente ans au ROC ne peuvent pas connaître. Souvenez-vous les anciens ! C'était l'époque des « Fous du ROC », des levers à l'aube ou même bien avant, des départs ensommeillés dans les matins blêmes à la lueur hésitante de nos magnétos. En ces temps héroïques il aurait été incongru de ne pas abattre nos 200 à 250 km dans la journée avec parfois le Ventoux à mi chemin. Il ne fallait même pas y songer sans déchoir.

Eh oui ! C'était le bon temps, nous étions jeunes et beaux et un peu toqués.

Si le temps des folies est passé nous en sommes réduits à celui du souvenir.

Nous avons pris l'habitude de décerner des étoiles aux bistrotts qui nous recevaient pour la pause de midi. Nous déballions nos casse-croûtes et commandions à boire. Le plus souvent de la bière depuis que des cyclos alsaciens nous avaient convertis à la divine boisson

« C'est du bîn lîkît ! » qu'ils disaient.

La première note appréciait le cadre, l'ambiance, le panorama,

La seconde le coût de la bière, raisonnable ou prohibitif,

La troisième la qualité de la dite bière, fraîche ou pas, bien tirée ou fond de cuve

Et la quatrième les cuisses de la serveuse ... qui s'avérait parfois être un serveur non noté.

C'est ainsi que la pire des notes a été décernée (et par deux fois) à un infâme bistrotier de Montbrun-les-bains. Tout faux. Café minable, bière chère, fond de cuve et ... pas la moindre minette à reluquer.

Par contre la note maxi a été attribuée (également par deux fois) à un café de Méthamis non loin des Gorges de la Nesque au débouché de la D5. Cadre enchanteur, treille au soleil et vue sur la montagne, bière fraîche et ridiculement bon marché et une serveuse comme on en fait peu. Le Paradis.

Jean-Philippe Urvoy

Article paru dans la revue N° 35 de décembre 2013

Séjour à Majorque

Après la Corse et la Sardaigne, notre attirance pour les îles méditerranéennes nous a conduits aux Baléares et plus précisément sur l'île de Majorque. Une ligne maritime offre la possibilité de rallier Toulon à Alcudia, petit port situé au nord-ouest de l'île, en 1 journée ou 1 nuit. Nous avons donc embarqué les vélos dans la voiture et avons réservé 2 points de chute afin de pouvoir rayonner en étoiles, notamment dans le nord qui est la région la plus appropriée pour le cyclotourisme.



Magnifique route de Sa Calobra

La visite du village de Valdemossa est également intéressante avec son château, son musée et la maison qui a abrité les amours de George Sand et Frédéric Chopin.



Valdemossa



Village de Deia



Maison de George Sand et Frédéric Chopin

Notre deuxième point de chute était à Capdepera, cité balnéaire de la côte est.

La randonnée au cap Formentor, situé à l'extrémité nord-est de l'île, restera le point d'orgue de notre séjour, avec une route qui sillonne sur une crête avec la mer de chaque côté.



Josette et Jean-Pierre Monavon

Gérard Audebrand et la genèse du R.O.C

C'était en 1973. Des familles venaient de partout pour participer à l'aventure de Solmer à Fos. Parmi les arrivants Gérard Audebrand muté de Lorraine et moi qui venait de Dunkerque. Lui n'était pas Lorrain mais vendéo-breton. Je n'étais pas Flamand mais gasco-bretono-alpin. Nous frôlions l'un et l'autre la quarantaine. Rien ne pouvait à priori nous rapprocher si ce n'est l'amour de la bicyclette. Le hasard faisait aussi que nous habitions à deux cents mètres l'un de l'autre.

Nous adhêrâmes tous les deux au club cyclo de l'ASLPS (Association Sports Loisirs du Personnel de la Solmer) et fîmes ensemble sous le maillot orange nos dures classes d'apprentis cyclotouristes.

La proximité de nos habitations faisait que nous roulions aussi ensemble hors des structures du club. Je constatais rapidement que d'autres groupes informels de cyclistes se formaient ici ou là. Je pensais qu'il y avait là une possibilité de créer un nouveau club. Je m'en ouvrais à Gérard qui me disait « Je te suis » ou plutôt « Je vous suis » ; comme des imbéciles nous n'avions pas encore adopté le tutoiement. .

C'est ainsi qu'à l'automne 1977 le Rayon d'Or de la Crau voyait le jour. Le nom du club était issu du cerveau fertile de Jean Schmitt qui avec son épouse Juliette fut un des tout premiers membres du nouveau club. Parmi eux Joseph Lyvynec, Jean-Pierre Monavon, Benoit de Bettignies, Jean-Paul Mathieu qui a émigré depuis dans les Cévennes, Michel Brulin, Joseph Ricci et Gérard Pasturel qui nous ont quittés pour deux d'entre-eux dans des circonstances dramatiques. D'autres nous rejoindront un peu plus tard comme Jean-François Stumpp et Claude Sanchez, d'autres encore...

J'assumais alors la première présidence du club et Gérard le secrétariat. Le plus entreprenant des deux était certainement Gérard. C'est à sa suite que le tout nouveau club composé essentiellement de néophytes se lança dans les projets les plus fous. Souvenez-vous les anciens : les brevets randonneurs et audax de 100, 200, 300, 400 voire 600 kilomètres, les sorties du samedi qui rapidement flintèrent avec les 200 kilomètres et un mémorable Saint-Martin-Mont Ventoux et retour dans la journée!

C'est sous son impulsion que se lancèrent les premières Flèches Vélocio avec trois équipages plongés dans l'aventure sous un violent mistral à Pâques 1980. L'arrivée était au Baux. « Faire près de 400 kilomètres pour rejoindre les Baux distants de 15 kilomètres ! Ils sont fous ces mecs !. » C'est bien ainsi que l'on nous appelait à l'époque « Les fous du ROC ! » C'est bien vrai, nous étions fous.

Au bout de quelques années je laissais la présidence à Gérard. Des jeunes, souvent nos propres enfants, avaient adhéré au club. Ils participèrent au Critérium National du Jeune Cyclo avec les éliminatoires départementaux, régionaux et certains se hissèrent jusqu'à la finale nationale.

Nous étions fous mais pas assez pour suivre Gérard dans toutes ses entreprises. A titre individuel il collectionna les diagonales, les brevets montagnards, trois Paris-Brest-Paris et pour couronner le tout un Tour de France cyclotouriste. Il ne disposait pas de capacités physiques exceptionnelles mais d'une volonté farouche et d'une étonnante faculté de récupération.

Quand l'heure de la préretraite sonna il quitta Saint-Martin pour rejoindre la chère Bretagne de son épouse Arlette et peu à peu nous le perdîmes de vue. Il devait décéder quelques semaines après son épouse à l'automne de l'an dernier. Il avait près de 80 ans et ne faisait plus guère de vélo.

Le ROC a connu d'autres présidents, Claude Sanchez, Jean-Pierre Monavon, Alain Glorieux puis l'actuel Joseph Lyvynec. Chacun a apporté sa pierre à l'édifice et a fait du ROC ce qu'il est maintenant mais ceux qui ont connu Gérard Audebrand, il y en a encore quelques-uns au ROC, savent bien tout ce que le club lui doit.

Jean-Philippe Urvoy

Splendeur et décadence

Hier, 24 mai, une photo au jardin botanique de Gaston, célébrait les 40 ans du ROC. En plus était distribué, par Mme Henry, adjointe à l'environnement, un intéressant livret intitulé "Autour d'eau " comportant divers circuits sur ce thème.

Juliette et moi, en tant que vétérane et vétéran, avons, pour l'occasion, revêtu les tenues de cette époque lointaine.

Ce jour fut mémorable dans toute sa splendeur, agrémenté de circuits.

Notre cyclo, Christian Broussard, passait, comme convenu à notre domicile pour recueillir 2 bicyclettes, dans un but humanitaire.

Le mini vélo de Juliette ne posait pas beaucoup de regrets. Quoique...

Mais le mien neuf qui n'avait que 35 ans, car son achat coïncidait avec mes 50 ans, et qui partait, me fendait un peu mon cœur fatigué. Quelle décadence !



Pour moi c'était une relique. Des années de vie commune avec les cyclotes et cyclos du ROC s'évanouissaient ce jour. Dont la consécration, avec Juliette, Jean-François, Jean-Philippe et Jean-Pierre, avait été notre périple jusqu'à Saint-Jacques-de-Compostelle. Et autres souvenirs souvent joyeux parfois douloureux. Tout ce passé explique mon chagrin.

Notre généreux Christian nous expliquait alors le sort réservé à nos bicyclettes disparaissantes.



Elles étaient destinées, avec d'autres, à partir pour l'Afrique, au Burkina Faso.

Peut-être le mien, de taille 52, servira à un écolier africain à se rendre à l'école.

(Une illusion : nos montures habituées à une cohabitation dans la même écurie, seront moins malheureuses en restant ensemble ?)

Dans l'intéressante documentation donnée par Christian, j'ai retrouvé les mêmes motivations que les nôtres, concernant le développement du tiers-monde, permettant aux populations, de vivre heureuses, dans leur environnement.

Donc, par ces réalisations d'actions humanitaires, moins de regrets. Mais tout de même...

« Objets animés, savez-vous....., qui s'attache à notre âme et à la force d'aimer ? »

Jean Schmitt

N.B : savez-vous que Christian a découvert que nous avons des amis communs ?

SOUVENIRS, SOUVENIRS, MAUVAIS SOUVENIRS

En 1978 ou 1878, je ne sais plus, le ROC inaugurait sa journée marche, alors de 25 kms.

Ayant réalisé des flèches audax de 100, 200, 300 ou même 400 kms, il s'agissait pour moi d'une simple formalité.

Que nenni ! J'en suis revenu complètement violé, fourbu, clopin-cloplant.

Une simple formalité ?

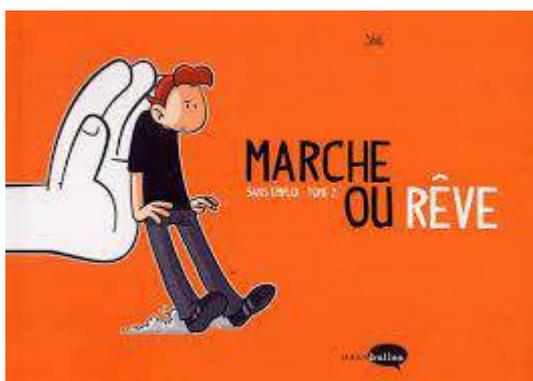
Oui une forme alitée sur mon canapé.

Pendant une semaine, je montais les escaliers, marche par marche, un pied après l'autre, de côté en cramponnant la rampe.

Le fait que notre président actuel était dans le même cas, ne m'a pas consolé. Mais il ne s'en vante guère.

Pourtant pendant des années, je participais, en pleine forme à ces marches.

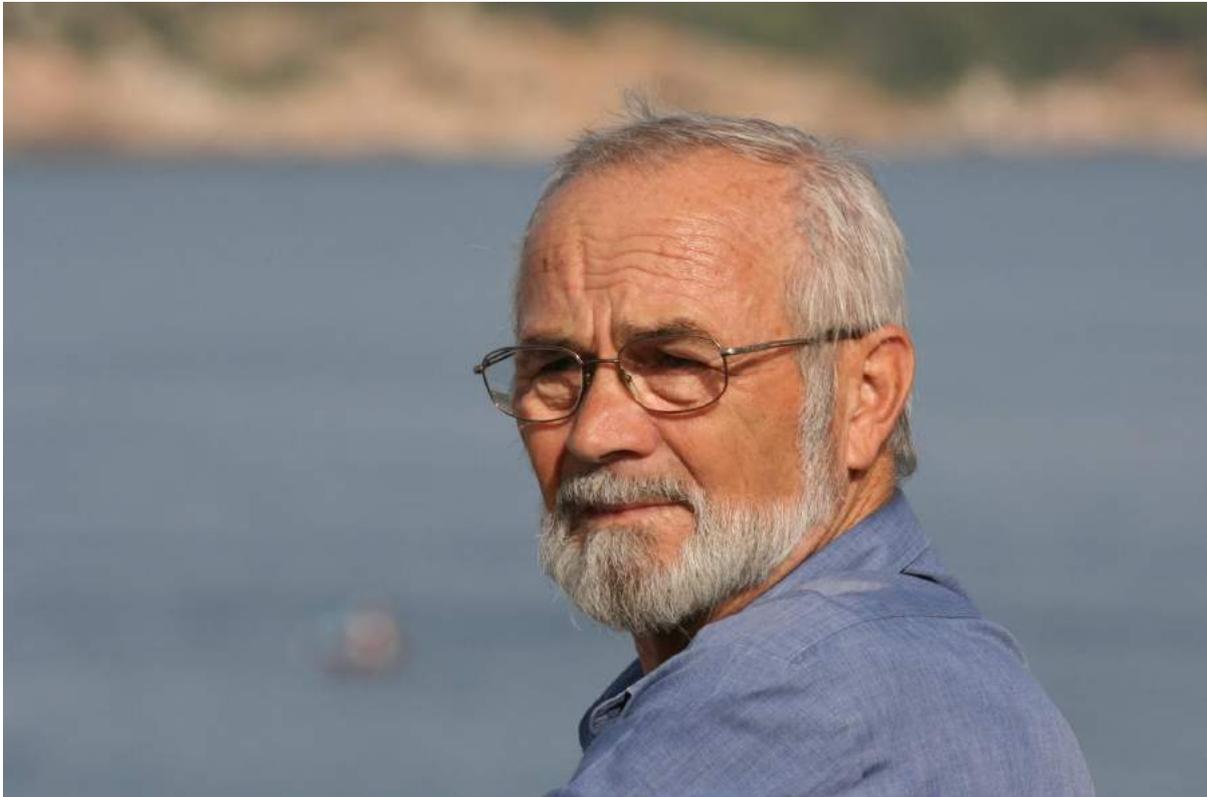
Un détail cependant. Je participais uniquement, à la table de ravitaillement !



Jean Schmitt

A Marcel

C'est en 2012, date de ma première licence au ROC, que j'ai fait connaissance de mes futurs compagnons de route. Parmi eux Joseph, Georges, Michel, Roland et un certain Marcel. De toutes ces personnes, c'est LUI qui retenait particulièrement mon attention.



Qui se cachait derrière cet homme au bouc d'une blancheur divine, superbement bien taillé et à l'accent inimitable qui lui venait de son Italie natale ...? Pour moi la question est restée longtemps en suspens. Les échanges que je pouvais alors avoir avec lui étaient distants et cela me déstabilisait parfois.... J'avais la perception d'un homme impénétrable, inébranlable, directif, avare de paroles, doté d'un caractère bien frappé. J'avais rapidement compris que rigueur et droiture étaient ses lignes de conduite. Pour résumer Marcel dégageait, je ne crois pas me tromper, une forte personnalité.

Les années ont passé et se faisant nos relations sont devenues plus détendues. Par petites touches, « tu m'as ouvert ta porte » pour me parler de choses et d'autres, des tracasseries de la vie etc.

Je commence enfin à cerner le bonhomme j'ouvre le tiroir aux souvenirs. Ce gâteau acheté chez LIDL, coupé en tranches soigneusement enrobées de papier alu que tu distribuais à chacun le dimanche matin dans un coin des Alpilles, ce massif que tu connaissais mieux que ta poche. Manerbio, tu nous as régalé en nous offrant "les gélati" parce que tu étais chez toi, en Italie, et fier que nous soyons tes hôtes. Les papillotes, les bonbons que tu donnais aux enfants de l'Ecole Cyclo qu'en chef de file tu guidais tous les mercredis sur les chemins de terre, ces enfants qui aujourd'hui encore évoquent avec tendresse ton prénom. Tous les bons conseils que tu nous as prodigués « ne roule pas côté pente », toutes les astuces pour régler un problème

mécanique, ton implication sans retenue dans la vie du ROC et bien d'autres encore J'en oublie certainement, il est vrai que mon vécu avec toi est mince par rapport à celui des "Anciens".

Oubliée l'image du personnage «GENEREUX» voila le qualificatif qui te caractérise le mieux. La «GENEROSITE» ce n'était pas un vain mot pour toi, elle était dans tes gènes, c'était toi Marcel. MERCI pour tout le bien que tu as donné autour de toi et un GRAND BRAVO, tu resteras un exemple, un modèle Je suis heureux qu'un jour, nos routes aient pu se croiser et je garde, des moments passés ensemble, que des bons souvenirs.

Voila Marcel "Au Pignon Libre" me donne l'occasion de te rendre un dernier hommage, c'est pour toi



Ciao Marcel

Bernard Garidel



Article paru dans la revue N° 39 de décembre 2017

Retour vers le futur

Nous achevons à peine un très bon ... mais éprouvant séjour dans les Pyrénées que déjà mes préoccupations sont tournées vers un autre rendez-vous qui suscite chez moi de nombreuses inquiétudes

J'ai délaissé depuis plusieurs décennies les joies et parfois les désagréments du camping « Est-ce bien raisonnable après tant d'années de vouloir y retourner ...? Dormir sous la toile sur un matelas gonflable, emmaillotté dans un duvet étroit Pourvu que le temps soit clément Qui sont ces personnes, les "encadrants" que je vais côtoyer pendant une semaine? Vont-ils m'accepter.... Arriverai- je à m'intégrer? » J'arrête là car la liste des questionnements est encore longue.



Aujourd'hui je ne peux plus reculer, Anaïs, Baptiste, Marius, Loucka, Nathan, Romain et Alexis sont prêts, "chauds bouillants" comme ils disent, pour dévorer à pleines dents la Semaine Nationale et Européenne de la Jeunesse, plus communément appelée la " SNEJ ". C'est à Aubusson-d'Auvergne, au Centre FFV des "4 Vents" que nous avons rendez-vous du 7 au 15 Juillet.

L'aventure commence par un beau dimanche sur le parking autoroutier de Cavaillon, drôle d'endroit pour une rencontre! Des poignées de mains échangées, les vélos solidement ligotés sur les remorques et la "caravane" s'ébranle, direction le centre de notre cher pays. C'est en fin d'après-midi que nous arrivons. Les pieds à peine posés en terre auvergnate, nous sommes déjà soumis aux premières formalités. Notre sort est scellé, bracelet autour du poignet, casquettes "orange" pour les jeunes et "bleu" pour les plus "âgés". Tout s'enchaîne rapidement, après avoir pris possession de l'emplacement COREG PACA, c'est massette et sardines en main que chacun dresse son abri. Pris dans cette tourmente, je suis le mouvement et je m'applique à ériger le mien. C'est alors que je constate mon erreur ..! Je me retrouve au milieu de "redoutables ados aux profils néanmoins bien sympathiques".

Cette tâche terminée, les efforts se conjuguent alors pour procéder au plus vite à l'installation de la base de vie. Philippe est à la manœuvre, les barnums élevés, les fourgons délestés de leur contenu, coffres, frigo, congélateur, tables, bancs, câbles électriques, points lumineux, machine à café et bien plus encore Chacun est affecté à un espace particulier. Ici l'infirmerie, là l'atelier mécanique et là encore l'espace point de rassemblement, en quelque sorte le QG. Je suis et j'observe quelque peu impressionné Mes pensées me conduisent vers ces gens du cirque qui, au gré des villes, montent et démontent le chapiteau.

En tant que Directeur Adjoint, Jean-Pierre rassemble ses troupes. C'est par la présentation de l'équipe "encadrante" qu'il commence. Ce sont Nicole, Christèle, Mélanie, Paule et Cécile pour les dames, Jean-Pierre, Philippe, David, Pascal, Hubert, Patrice, Alain, Jean-Luc, Claude, Gérard et Bernard pour les messieurs. Il explique le fonctionnement du centre (horaires des repas, accès aux toilettes...), passe les consignes et donne les recommandations sur la conduite et le comportement que chacun doit avoir. Il explique le déroulement d'une journée "normale" et énumère les moments forts de la semaine (critériums, concours éducation routière, jeux inter-régions, parc Vulcania, soirée foot coupe du Monde oblige, animations...). La distribution du tee-shirt commémoratif clôt le rassemblement.

Le voyage et la journée furent longs et après un bon repas, il est temps pour "jeunes et moins jeunes" de se glisser dans un duvet moelleux pour une nuit réparatrice. Ouf, quelle journée ...! Le réveil est prévu à 6h00.

C'est sous un beau temps frais que le camp s'éveille, "quelle chance" il en sera ainsi durant toute la semaine. Tout ce petit monde s'agite ... Il y a les téméraires plein d'entrain, torse nu serviette-éponge autour du cou et les réticents pour qui rester encore au chaud a plus de sens. Une file silencieuse s'échelonne à l'entrée du chapiteau. La plupart sont déjà en tenue, prêts à en découdre. C'est une certitude, ils ne sont là pour autre activité que celle d'arpenter les chemins et les routes auvergnates. A l'intérieur les "bénévoles" s'agitent pour nous servir le petit déjeuner.

C'est acté, avec Nicole nous conduisons le groupe des "plus jeunes", pas des plus "petits", la taille n'étant pas un critère prédéfini..., heureusement. Pour ce faire nous serons épaulés par Marie et Mickaël. Marie, préoccupée par son côté féminin, tenue vestimentaire, bronzage ... et Mickaël par un genou récalcitrant, tous deux bien sympathiques et combien utiles pour gérer la troupe. Cela me convient très bien. Je connais assez bien le fonctionnement de cette tranche d'âge, c'est celle que je côtoie les mercredis après-midi avec notre Ecole Cyclo. Tout le "panel des façons d'être" y est représenté, il y a les guerriers, les compétiteurs, les aventuriers toujours devant, ceux qu'il faut sans cesse tempérer..., celui qui n'arrête pas de parler et qui vous accapare..., le taiseux, le manipulateur, le râleur, le malheureux qui traîne son chagrin d'être éloigné du cocon familial, ceux qui demandent beaucoup d'attention, d'encouragements et de soutien. Il ya bien sur celui qui fait l'unanimité, Gino le "clown", celui qui transmet la malice ancrée dans ses yeux, sa jovialité communicative et dont nous avons fêté le 9eme anniversaire. N'en doutez pas, tant de diversité n'est pas étrangère à l'intérêt que je porte à ces enfants, la spontanéité de



leurs propos et de leur comportement liée à leur âge me surprend, m'amuse et me désarme parfois.

Que dire de nos jeunes st-martinois avec qui j'ai subi les files d'attente pour apprendre ce qui se passe dans les entrailles d'un volcan et participer aux attractions inter-actives du parc Vulcania. Là aussi tous les "modèles" sont représentés. Des moments partagés, uniques, en immersion totale avec ces "ados" dont j'avais perdu la "trace" et au milieu desquels parfois je me suis senti bien largué, génération oblige. A leur âge comment étais-je ...? Aurais-je été semblable à eux...? Certainement avec mon inséparable smart-phone, mes écouteurs dans les oreilles et ma casquette vissée sur la tête. C'est ainsi, ils sont encore dans cette insouciance qui leur appartient et qu'ils vivent pleinement. C'est un bon "cru", tous des enfants attachants. Je leurs rends hommage et je leurs dis "merci" de m'avoir toléré.

Pour des raisons personnelles, j'ai quitté la troupe un jour avant. Le final, le démontage, les au-revoir et le voyage retour, rien de tout ça. C'est la tête pleine



d'images de cette magnifique région et des bons moments vécus qu'en solitaire j'ai repris la direction du sud. Cette "semaine", lorsque j'en parle encore aujourd'hui, je la qualifie d'INTENSE. Intense physiquement, de par le déroulement des journées et la présence permanente auprès des enfants, intense et riche au niveau des rencontres et des échanges, intense aussi d'avoir pu durant une semaine

vivre au milieu de cet environnement peu coutumier, un retour à la nature loin des turpitudes de la vie quotidienne ..., en résumé tout ce que j'aime.

A tous, enfants, encadrants, bénévoles, organisateurs, je vous adresse un grand "MERCI". Un petit plus pour Nicole avec qui l'entente fut parfaite et agréable tout au long du séjour. Que vive encore et longtemps la "SNEJ".

J'ignore si j'ai répondu aux attentes.... Sachez que pour une première je ne suis pas déçu, bien au contraire, toutes mes interrogations se sont estompées et je n'ai qu'une envie ..., c'est d'être parmi vous à La Flèche l'été prochain.

Pensée amicale à Nicole, Christèle, Mélanie, Paule, Cécile, Jean-Pierre, Philippe, David, Pascal, Hubert, Patrice, Alain, Jean-Luc, Claude et Gérard.

Bernard Garidel

Le Roc a célébré ses 40 ans et continue de tracer sa route



L'association regroupe plusieurs générations d'adhérents et a fêté dans la bonne humeur son anniversaire. L'occasion de revenir sur son histoire et son parcours.

/PHOTO G.M.

Le Rayon d'Or de la Crau a fêté ses 40 ans lors d'une manifestation où se sont réunis 110 participants, anciens de la première heure et nouveaux adhérents. C'est en présence de Dominique Teixier, maire de Saint-Martin-de-Crau, Mario Bellini, président du Comité régional Paca FFCT, Alain Poussel, président du comité départemental 13 FFCT, des représentants des clubs amis (Miramas, Fos, Martigues, Istres, Entressen) mais aussi du Craven, confrère et ami de St-Martin, que Joseph Lyvynec a fait l'histoire du Roc. Pour rappel, le club a été créé à l'automne 1977, par Jean Philippe Urvoy et Gérard Audebrand. Tous les deux ont assuré la présidence du Roc durant ses premières années d'existence. Rapi-

dement, Jean Schmitt les a rejoints. Jamais à court d'inspiration, il proposera à l'équipe dirigeante le nom du club : le Rayon d'Or de la Crau.

Un des grands virages a été l'ouverture du club au VTT et surtout la création en 2011 de l'École Cyclo VTT sur proposition de Joe Cippiciani. Sans le VTT et l'École Cyclo, le Roc se réduirait aujourd'hui à peu d'adhérents. Il faut savoir que 50% de l'effectif du club sont les jeunes, plus de 50 inscrits à l'École Cyclo cet automne. Malheureusement la position géographique ne favorise pas la pratique de cette discipline et le club est contraint de mettre en place une organisation lourde pour transporter jeunes et encadrants vers les Alpilles chaque mercredi.

Joseph Lyvynec a rendu ensuite hommage à ses compagnons de route trop vite disparus. "J'ai essayé de poursuivre ce que mes prédécesseurs avaient mis en place notamment au niveau organisation route et VTT, a-t-il expliqué, mais aussi en sortant un peu du cadre du club. Nos actions se sont élargies au fil du temps avec notre implication dans les activités vélos dans les écoles primaires avec comme point d'orgue les deux journées dédiées au petit tour à vélo en juin qui regroupe tous les ans plus de 500 enfants". Joseph Lyvynec a ensuite chaleureusement remercié Claude Vulpian, Dominique Teixier et leurs équipes pour leur soutien au fil des années ainsi que les institutions.

Avant de remettre un trophée

"J'ai essayé de poursuivre ce que mes prédécesseurs ont mis en place." JOSEPH LYVYNEC

en souvenirs des 40 ans du club, Dominique Teixier a déclaré : "Au bout de 40 ans, on peut dire que ça "roule" toujours pour le ROC ! Le vélo ça conserve, les anciens en connaissent un rayon et ont plaisir à transmettre aux jeunes le goût de ce sport national". Après la séance protocolaire, la soirée s'est poursuivie dans un esprit festif et convivial, où jeunes et moins jeunes, œuvrent dans la bonne humeur pour construire le Roc de demain.

G.M.

ZOOM SUR Saint-Martin-de-Crau



Brevet de marche. Dimanche dernier, le Rayon d'or de la Crau organisait la trente-septième édition du brevet de marche de 20 km dans les Alpilles. Malgré un léger Mistral, ce sont près de quatre-vingt marcheurs qui se sont élancés à 8 heures de Maussane sur un circuit tracé par l'équipe de Joseph Lyvynec. Des marcheurs enthousiastes dont la plus jeune n'avait que 12 ans et le plus âgé 81 ans et qui ont parcouru les 20 kilomètres en moins de cinq heures. Parmi les participants on notait la présence de deux marcheurs limougeauds mais aussi des Saint-Martinois, et les villes voisines étaient bien représentées avec des participants d'Arles, de Mouriès, Raphèle, Tarascon, Istres, Fos-sur-Mer, Miramas Salon, Aureille, Entressen, Montfrin, Grans et Plan de Cuques. Une belle manifestation sans compétition où le temps n'était qu'un fil conducteur et que l'essentiel était de participer.

/ PHOTO G.M.

Sortie vélo des élèves du Lion d'Or

Le traditionnel tour de ville à vélo avec les écoliers Saint-Martinois du Lion d'Or dernièrement. En début de matinée, les jeunes cyclistes sont parti de l'école encadrés par les enseignants, parents et membres du Rayon d'Or de la Crau et son

président Joseph Lyvynec. Les 235 élèves et leurs accompagnants ont emprunté les berges de la Chapelette pour rejoindre la Baisse de Raillon.

Le long du parcours la police municipale a assuré la sécurité aux points stratégiques où la cir-

culcation devait être arrêtée pour laisser passer le groupe. À la Baisse de Rayon, ils ont participé à plusieurs ateliers ludiques et sportifs, maniabilité, adresse, champs de bosses, encadrés par les membres du ROC. Toute la journée les éle-

vés ont pu apprécier le site du centre aéré où à midi un repas froid a été servi par la cuisine centrale. Pour les enfants, le retour a été plus laborieux, la fatigue se faisant sentir, mais content de leur journée au grand air.

G. M.



Les jeunes cyclistes étaient encadrés par les enseignants, les parents et les membres du Rayon d'Or de la Crau.

/ PHOTO G.M.

Des circuits à vélo pour mieux comprendre la gestion de l'eau

Le Centre permanent d'initiatives pour l'environnement (CPIE) agit au quotidien pour informer et sensibiliser le public. Dans le cadre du contrat avec le canal Sud Alpilles, un outil de valorisation du système d'irrigation gravitaire de la Crau appelé "Autour d'eau" est né. Celui-ci propose de découvrir à vélo le paysage de la Crau, tout en s'informant sur les enjeux et la gestion de l'eau si précieuse dans la région.

À Saint-Martin-de-Crau, la commune a proposé aux enfants du Rayon d'Or de la Crau d'inaugurer le circuit de la commune lors de la fête de la nature. Voilà quelques jours, Emilie Vacher, animatrice chargée du projet pédagogique "agriculture, alimentation & paysages" du CPIE Rhône-Pays d'Arles, a accompagné les jeunes licenciés du Roc pour leur donner quelques clés de compréhension du paysage qui les entoure (la production de foin dont c'était la première coupe, l'arboriculture, la faune et la flore présente, le pastoralisme, l'irrigation gravitaire, la zone classée en réserve naturelle, les coussouls gérés par le CEN Paca).

Le concept "Autour d'eau" est un outil de valorisation des patrimoines des canaux d'irrigation. Son objectif est de donner au



Les enfants du Rayon d'Or de la Crau ont inauguré le parcours de Saint-Martin-de-Crau

SAINT-MARTIN-DE-CRAU

L'école de vélo du Rayon d'Or de la Crau dévoile ses projets

Premier mercredi de l'année pour les jeunes de l'école cyclo du Rayon d'Or de la Crau, et à cette occasion Joseph Lyvynec et son staff avait donné rendez-vous à la quarantaine de jeunes à la Bergerie à 13 h 30.

Vers 14 heures les jeunes encadrés par une quinzaine d'adultes ont pris la direction de la Cabane de Gardian de la Baisse en longeant la Chapelle. Une belle balade agrémentée d'un temps clémente. Arrivé sur place, tout ce petit monde a pu découvrir les derniers travaux de la piste de "Pump track" réalisés par la Ville, champ de bosses qu'ils ont très vite investi sans retenue.

La piste "Pump track" ouvre des perspectives

Une belle réalisation qui va permettre aux jeunes de découvrir une nouvelle facette du cyclisme sur Saint-Martin. À la fin de l'après-midi, le ROC a invité ses adhérents et les parents des jeunes à déguster la traditionnelle galette des rois.

Créé fin 1977, le Rayon d'Or de la Crau est un club de cyclo-tourisme affilié à la Fédération Française de Cyclo-tourisme composé de trois sections : une section vélo de route, une section VTT et une école cyclo VTT. La section route a du mal



Le club de cyclisme compte une centaine d'adhérents, dont 40 à l'école de cyclo.

/PHOTO G.M.

à évoluer et les sorties du dimanche matin sont très limitées en participants mais le VTT prenant de plus en plus le pas sur la route et récemment la naissance des VTT à assistance électrique a permis à ceux dont l'âge avançait ou qui avaient des problèmes de santé de poursuivre leur passion.

Aujourd'hui, le ROC c'est une centaine d'adhérents dont une quinzaine de féminines mais l'objectif de Joseph Lyvynec et son conseil d'administration n'est pas d'être quantitatif mais qualitatif sur les prestations proposées. C'est pour

cela que cette année ils ont volontairement limité le nombre de jeunes à l'école cyclo à une quarantaine d'adhérents.

Toucher un public plus important

Leur objectif dans les années à venir sera de proposer d'autres organisations en dehors du mercredi pour toucher un public plus important. C'est pour cela que le club s'investit pour faire découvrir d'autres aspects du cyclisme comme l'apprentissage du VTT dans les écoles primaires de la ville avec en point

d'orgue, deux journées consacrées à cette discipline en juin et la participation à la Fête Nationale du Vélo.

Cette année le ROC fêtera son quarantième anniversaire, et même si Joseph Lyvynec souhaite passer le flambeau, tout sera fait pour que le club continue à transmettre la passion du cyclisme aux jeunes générations et si le vélo est réputé pour être un sport individuel, la solidarité est primordiale et elle permet aux uns et aux autres de se surpasser et de vaincre les moments difficiles de la vie de tous les jours. **G. M.**

Les cyclistes ont repris le chemin des Alpilles

Le Rayon d'Or de la Crau a repris le cours de ses activités de l'école cyclo. Joseph Lyvynec, président du ROC, affiche son optimisme. "Cette année ce ne sont pas moins de vingt nouveaux adhérents qui sont venus découvrir les plaisirs du VTT".

Pendant que les plus anciens intégrés au groupe des moyens et des grands sont partis affronter les difficultés des Alpilles après deux mois de repos, les plus jeunes ainsi que les nouveaux adhérents découvraient les bases du VTT à la cabane du Gardian. Un atelier de maniabilité, un petit tour dans le bois encadré par nos féminines Barbara et Doriane et le circuit des bosses tant apprécié étaient mis à leur disposition pour s'initier à notre discipline. Il en sera ainsi pendant encore une ou deux semaines avant de se rendre dans les Alpilles avec le reste du groupe.

Une cinquantaine de jeunes

L'école cyclo du ROC est forte d'une cinquantaine de jeunes cette année, dont quatre féminines, ce qui représente notre capacité maximale d'accueil due surtout à la logistique de transport à mettre en place pour emmener les jeunes et leur vélo vers les Alpilles.

"Je lance à ce propos, un ap-



Les plus jeunes et les nouveaux ont découvert les bases du VTT à la cabane du Gardian.

/PHOTO G.M.

pel auprès des parents qui le peuvent pour aider les encadrants dans le transport le mercredi après-midi, ceci afin de ne laisser aucun jeune derrière nous. Nos objectifs sont d'abord de les initier au VTT mais pas que cela, notre rôle d'éducateur est aussi de leur apprendre à respecter la nature, de s'intégrer dans un groupe aux multiples aspects, de les initier à la mécanique, à la maniabilité, à la randonnée guide, à l'orientation, à la lecture de carte..."

Dès le début de l'année 2019, les plus expérimentés d'entre eux participeront aux rallyes raids spécialement organisés pour les écoles cyclos. Ils pourront aussi s'inscrire aux rallyes VTT organisés dans la région avant de terminer en apothéose par un week-end au mois de juin, sur les pistes de descente dans une station des Alpes et pour ceux qui le souhaitent, à la semaine nationale et européenne des Jeunes (SNEJ) organisée par la fédéra-

tion française de cyclotourisme. "Le fonctionnement de notre école Cyclo n'est possible que grâce aux encadrants, aux parents et bénévoles qui tous les mercredis sont là pour accompagner tous ces jeunes. Merci et bravo à eux."

Le ROC fêtera très prochainement ses quarante ans d'existence et nombre de participants devraient être présents pour fêter dignement cet anniversaire.

G. M.

Vestiges des semaines fédérales

Lors de nos pérégrinations, pendant les semaines fédérales dans de multiples régions, les regards émerveillés de certains, les coups d'œil admiratifs, les interrogations et les contacts avec les foules admiratives, laissent entrevoir une attirance spontanée pour la bicyclette.

Hélas, je crains qu'à part quelques vocations durables, de nombreux vélos tapissés de toiles d'araignée, rouillent tristement accrochés dans le garage ...aux belles voitures rutilantes.

Jean Schmitt

Une année de l'Ecole Cyclo en images





Rallye Raid de Châteauneuf



Rallye Raid du ROC





Rallye Raid de Velaux





Rallye de Fos



Le ROC avec la coupe de Provence





Au tour d'eau



Avec le groupe des moyens



MONTCLAR





MONTCLAR





Avec le groupe des grands





Avec les benjamins



Visite à Marius
avec les benjamins



Chanson des jeunes de l'école cyclo

Tous les mercredis, on prend nos vélos
A la bergerie pour voir les potos
On prend les remorques et les porte-vélos
Direction les spots du côté des Baux

Arrivée Maussane et c'est la pagaille
Formation des groupes, en avant bonne troupe
Les montées sont dures mais on n'lache rien
Dans la descente rouge, on s'éclat'ra bien

Après la montée, c'est l'heure du goûter
Sous les oliviers, on s'repose c'est l'pied
On se jette de l'eau et c'est rigolo
Mais le temps passe vite, il faut repartir

Retour mouvementé, un peu fatigué
On remonte les bikes tous bien accrochés
On a bien rider, durs sont les mollets
Viv'ment mercredi pour recommencer.



Meilleure photo ROC

Lors de la soirée du 40^{ème} anniversaire du ROC, les participants ont désigné, par vote, la meilleure photo du club depuis la création du concours photo en 2003.

C'est la photo prise par **Joseph LYVINEC**, lors d'un séjour de l'école cyclo à Villard-de-Lans qui a été choisie.



Du respect SVP

Lors du 40^{ème} anniversaire du ROC, avec étonnement, je me suis vu remettre une plaquette commémorative, étant l'un des premiers pionniers du club. Je suis donc devenu « un mec plus ultra ».

De ce fait, vous me direz VOUS à présent et m'appellerez MONSIEUR.

Merci pour votre servilité.

Jean Schmitt

REMISE DE RECOMPENSES ADULTES

ANNEE 2018

➤ Trophée du plus grand nombre d'activité au ROC :

*Route: **Bernard Dufour***

*VTT : **Dominique Chabert** (hors concours)*

Joe Cippiciani

➤ Trophée spécial du ROC

*Prix féminin : **Eliane D'Amboise***

pour l'ensemble de ses activités au sein du ROC

(sorties du mardi, trace Vélocio, sorties de printemps)

Jean-Pierre et Josette Monavon

pour leur voyage itinérant aux Baléares

➤ Meilleurs articles revue 2017

*Plume d'Or : **Bernard Garidel***

« A mes plus fidèles compagnes »

*Plume d'Argent : **William Garidel***

« Les attermoissements de l'astre solaire »

*Plume de Bronze : **Pierre Kirchstetter***

« 100 km et une croisière »

Jean Schmitt

« Aux urnes citoyens »

➤ Concours photo

*1er prix : **Joe Cippiciani***

*2èm prix : **Joseph Lyvinec***

CONCOURS PHOTO 2018

THEME :

LIBRE

Jury :

Photo club de la Crau St-Martin-de-Crau

1^{ER} PRIX : Joe Cippiciani

VTT Montclar



2^{ème} PRIX : Joseph Lyvinec
Ecole cyclo – Fontaine à Marius



3^{ème} PRIX : Joseph Lyvinec
Pyrénées : l'Hourquette d'Ancizan



LE ROC EN QUELQUES CHIFFRES 2018

- Nombre d'inscrits (30/08/2018) : 94 (48 adultes + 46 école cyclo)
- Nombre de féminines : 10 adultes +4 école cyclo
- Jeunes VTT de 9 à 18 ans : 46 dont 4 féminines
- Moyenne d'âge : 37 ans (grâce aux jeunes)
: 61 ans (sans les jeunes)



- Concours photo 2019 Thème : Le cyclo à l'effort



RAYON D'OR DE LA CRAU
N° 747 S/90
FFCT 02283
SAINT-MARTIN-DE-CRAU
MEMBRES DU BUREAU
ANNEE 2018

- M. Joseph LYVINEC, président
- M. Roland SCHNEIDER, trésorier
- M. Bernard GARIDEL, secrétaire
- M. Rémi GALLIAND, délégué sécurité
- M. Joseph CIPPICIANI, responsable Ecole Cyclo et VTT

Le Président : J. Lyvynec



LISTE DES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION ANNEE 2018
DU RAYON D'OR DE LA CRAU FFCT 2283 - ST-MARTIN-DE-CRAU
N° 747 S/90

Mr Dominique CHABERT, né le 23/06/1961

Nationalité française, domicilié 2, rue des Acacias 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU
Employé municipal

Mr Joseph CIPPICIANI, né le 28/01/64 à ALGRANGE (57)

Nationalité française, domicilié 8, rue des Amandiers 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU
Imprimeur publicitaire

Mme Thérèse DE BETTIGNIES née le 26/05/1947 à VALENCIENNES (59)

Nationalité française, domiciliée 4, rue des Néfliers 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU
Retraitée

Mme Doriane FLURIAN née le 11/10/1971 à AUCHENE (62)

Nationalité française, domiciliée 10, rue Quinquéran de Beaujeu 13310 - ST-MARTIN-DE-CRAU

Mr Rémi GALLIAND né le 28/01/1946

Nationalité française, domicilié 3, rue du Lac Majeur 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU

Mr Bernard GARIDEL né le 19/01/1953

Nationalité française, domicilié 11, rue Henri Faraman 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU

Michel GUIRAUDOU né le 28/05/1950 à ADISSAN (34)

Nationalité française, domicilié 5, rue du puisatier 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU
Retraité

Mr Joseph LYVINEC, né le 13/09/46 à KERLOUAN (29)

Nationalité française, domicilié 12, impasse Chante Bise 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU
Retraité

Mr Georges RIOLS, né le 28/01/1946

Nationalité française, domicilié 15, rue Léon Blum 13310 - ST-MARTIN-DE-CRAU
Retraité

Mr Lionel ROUSSIN, né le 23/04/46 à PACE (35)

Nationalité française, domicilié 5, rue des Aigrettes 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU
Retraité

Mr Roland SCHNEIDER, né le 10/07/1947 à NANCY (54)

Nationalité française, domicilié 24, avenue de la Pastoralle 13310 ST-MARTIN-DE-CRAU
Retraité

Mr Michel SEGUY, né le 15/01/50 à SAIGON (Vietnam)

Nationalité française, domicilié Le Mas Neuf 13890 MOURIES

Le Président : J. Lyvinec

Liste des adhérents au 30/08/2018

ANDUGAR	ANGELINA	KIELIJAN	JOSEPH
AUDRAS	BARBARA	KIRCHSTETTER	PIERRE
BARDY	ARTHUR	LAMBERTI	ADRIAN
BARRAGAN	HEMMA	LECLUSE	AURELIEN
BOLOUVI	JUDE	LECLUZE	GUILLAUME
BOUFASA	MATIS	LORTHIOIR	ALEXIS
BRESCH	ALAIN	LYVINEC	JOSEPH
BRESCH	PATRICIA	MAJOIE	LUCAS
BRIZARD	ERIC	MARIN	GERARD
BRIZARD	HUGO	MARTIN-MUSSA	RYAN
BRIZARD	NATHAN	MARTINEZ	JOSE
CAUVIN	BAPTISTE	MATTEOLI	CHRISTIAN
CAT	YVONNE	MONAVON	JEAN PIERRE
CHABBERT	DOMINIQUE	MONAVON	JOSETTE
CHABOT	ANDRE	MONTEIL	JEAN JACQUES
CHELKOWSKI	DANIEL	NATONEK	JACQUES
CHELKOWSKI	VALERIE	NIEDEROEST	HENRI
CIPPICIANI	JOSEPH	NUSSLI	MARIUS
CLOUSEAU	EVAN	OELSCHLEGEL	ALEXANDRE
CLOUSEAU	MATHIS	PAGGI	ETTORE
CROES	ROMAIN	PERNA	FREDERIC
D'AMBOISE	ELIANE	PERNA	THEO
DE BETTIGNIES	BENOIT	PETIT	MATHEO
DE BETTIGNIES	THERESE	PIROLO	RAFAEL
DELCLOY	BENJAMIN	POISSONNET	GAEL
DUCROQUET	DOMINIQUE	PRIAULET	MATHIAS
DUCROQUET	MAGALI	REVIRE	CLAUDE
DUFOUR	BERNARD	RIOLS	GEORGES
DULIN	EWEN	RIOLS	MICHELE
DULIN	NATHAN	RIVOIRE	DIEGO
DULIN	SOLENN	ROUSSIN	LIONEL
ESTIENNE	HUGO	ROUSSIN	YANNICK
FAGOT	MAXIME	RUCHON FRANCOIS	NOLAN
FLURIAN	ANAIS	SANCHEZ	CLAUDE
FLURIAN	DORIANE	SANCHEZ	ROMAIN
FLURIAN	BAPTISTE	SAUVAGE	JEAN LOUIS
FLURIAN	MATHIAS	SCHNEIDER	ROLAND
FLURIAN	THIBAUT	SEGUY	MICHEL
GALLIAND	REMI	SIMO	LUCAS
GARIDEL	BERNARD	SOLDINI	VIVIAN
GARIDEL	WILLIAM	SOREAU	ANTOINE
GARZINO	SAMUEL	SOREAU	BAPTISTE
GATARD	NOA	STIRPE	MATTEO
GUIRAUDOU	MICHEL	VARELA	ANTOINE
HAMIDI	FOUED	VARELA	NICOLAS
HERVAS	VINCENT	VERY	ENZO
HOFFER	MICHEL	WAGNER	LORIK

Adultes hommes

Adultes féminines

Ecole Cyclo

NOS PARTENAIRES



Remerciements

à toutes celles et ceux qui ont participé à l'élaboration de cette revue

Les auteurs :

Joe Cippiciani
Thérèse et Benoît De Bettignies
Doriane Flurian
Bernard Garidel
William Garidel
Joseph Lyvinec
Josette et Jean-Pierre Monavon
Henri Niederoest
Claude Sanchez
Jean Schmitt
Juliette Schmitt
Roland Schneider
Jean-Philippe Urvoy
Jean-Claude Vossenat

Les photographes

**Ceux qui ont fait la mise en page, la force de frappe, les corrections,
les tirages et le montage :**

Joe Cippiciani
Nicole Lyvinec
Joseph Lyvinec
Christian Mattéoli
Jean-Pierre Monavon

Au jury du concours photo : le photo-club de la Crau

Au jury pour l'attribution des plumes (articles revue 2017) :

Mario Bellini
Jean-Pierre Monavon
Christiane Urvoy