

CYCLO

GRAND

EST

**LE CALENDRIER
DE RANDOS
2023
N'ATTEND
PLUS QUE VOUS !**

TOUS RÉUNIS
DANS UNE REVUE **VELO-LIBERTÉ**



PASSION

VTT



Velo-liberte.be



velofollies



20, 21 & 22 JAN 2023

KORTRIJK XPO

20/01: 10-21h | 21 & 22/01: 10-18h

en prévente en ligne: €13 (adultes), €9 (6-12 ans) | à la caisse: €17 (adultes), €12 (6-12 ans) **velofollies.be**

VELOFOLLIES EST DE RETOUR !

RETROUVEZ-NOUS AU SALON : HALL 5 - STAND 507

La Fédération ne manque jamais ce rendez-vous annuel car qui dit «deux roues» dit «Velofollies» et pour la FFBC c'est l'occasion d'assurer la promotion de son calendrier de randonnées en y installant son stand. Nos clubs et plus de 1500 randonnées sont ainsi mis à l'honneur, notre agenda format de poche rencontre un large succès auprès des visiteurs. Ainsi du NORD au SUD du pays on ne peut plus louper les organisations de 250 clubs francophones !

Velofollies c'est un véritable salon polyvalent qui présente un aperçu de l'ensemble du marché du vélo. Vous y trouverez tous les types et toutes les marques de vélo. Outre les VTT, les gravel et les vélos de course, le salon propose également des vélos de trekking, des vélos hybrides, des vélos rétro, des vélos de ville et des vélos électriques, le tout complété par une large gamme d'accessoires tels que des casques, des vêtements, des idées de randonnées ou de voyage, de la littérature, etc. Sans compter l'aspect indoor et home training ! Bien entendu on y trouve aussi tout ce qui concerne la nutrition, les services et même les cargobikes.

Outre l'offre globale vaste et variée proposée par les exposants, Velofollies est aussi une expérience totale de trois jours. Plongez dans l'ambiance typique de Velofollies ! Attendez-vous à des présentations d'équipes, des ateliers fascinants, des sessions d'information et des présentations variées portant sur les sujets cyclistes les plus divers. Il y a même une piste d'essai pour e-bike et autres machines de guerre !

Vous songez à acheter une bicyclette électrique ? C'est votre chance ! Pendant le salon vous aurez la possibilité de tester de nombreux vélos électriques dans la zone d'essai spécialement aménagée à cette fin, ce qui vous permettra de faire immédiatement le bon choix. Ou que diriez-vous d'une rencontre avec votre cycliste préféré ? Pour terminer ou pour faire une pause dans ce programme étoffé, vous pourrez participer à des conversations et des interviews agréables dans un café de discussion.

Aussi venez à la rencontre de votre Fédération pour recevoir l'agenda de poche 2023 et taper la causette. Egalement un séjour (Bon de 500 euros) chez notre Partenaire Village Leo Lagrange sera remis lors d'un concours sur place le samedi.

Surtout venez y participer sur notre stand : le 507 ! On vous attend à Courtrai donc !

HALL 5



STAND 507

JOYEUSES FÊTES

Des fêtes de fin d'année avec philosophie et en toute légèreté : l'écriture des vœux de fin d'année, promesse d'espoir, de joie, de richesse n'est plus chose facile depuis trois ans.

Alors de prime abord et pour ne pas passer à côté de l'essentiel, nous allons commencer par la conclusion de cet EDITO, à savoir que toute l'équipe des Administrateurs, des délégués Provinciaux et des délégués aux Challenges vous souhaite une bonne et heureuse année 2023.

Le plus important étant dit, tournons nous vers nos philosophes pour trouver le positif, et nous vous assurons qu'il y en a, dans le flot d'informations que nous pourrions dire moroses. Commençons 2023 avec une envie de philosopher et permettez nous de citer Albert Einstein quand il dit : «La vie c'est comme une bicyclette, il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre».

Quoi de plus logique, dans une année 2022 où nos cyclistes belges ont porté haut et fort les couleurs de notre pays, et on ravi plusieurs maillots distinctifs en cours de saison 2022 jusqu'au maillot de champion du monde tant prisé, prouvant à quelle point nous sommes une nation de cyclisme. C'est ce qu'on sait faire le mieux chez nous !

Et notre pratique dans tout cela ? des cyclotouristes, de vététistes, des graveleux ... En pratiquant à notre niveau, nous faisons bien partie de la pratique du cyclisme de loisirs que la Fédération prône. Nous connaissons nos limites et nos envies, sachons les mettre en valeur afin de nous épanouir à vélo à la découverte des villages et forêts wallonnes.

Soyons tournés vers le futur, c'est pourquoi comme chaque année, nous publions notre calendrier de randonnées organisées par des clubs fidèles et responsables qui garde espoir en cette période actuelle. Profitez-en ou offrez-le si vous le souhaitez, faites-en bon usage et regardons à travers celui-ci vers une situation qui va s'améliorer.

Notre site internet continuellement mis à jour peut également vous aider à recruter de nouveaux membres, à publier vos récits, à télécharger les quelques règles mises en places et une série d'actualités sur lesquels nous serions ravis d'échanger avec vous.

Il nous reste à ré-itérer nos bons vœux, en musique, en légèreté, certainement toujours en selle et sur deux roues : Toute l'équipe de votre Fédération vous souhaite une bonne et heureuse année 2023.

La rédaction.



“CYCLO-PASSIONVTT” Périodique trimestriel officiel de la Fédération Francophone Belge du Cyclotourisme et du VTT
Tirage : 9000 exemplaires - Expédié gratuitement à tous les membres.

Fédération Francophone Belge du Cyclotourisme et du VTT ASBL
Chaussée de Bruxelles 441 bte 5 B-7850 ENGHEN

Tél: +32(0)2/520 95 12

Présence les lundis, jeudis et vendredis de 13h30 à 17h00

Compte bancaire: BE72 0682 5083 1216 (FFBC)

www.velo-liberte.be - ffbc@velo-liberte.be

Editeur responsable : Bernard TONON - ffbc@velo-liberte.be

Rédacteurs en chef :

Michel DESSART - michel.dessart@tvcablenet.be

Philippe COLLART - vtt@velo-liberte.be

Infographie : www.frederic-coulon.be - fred.coulon@skynet.be

© Les photos de COVER sont issues de :

- GRAVEL : Velaventure - VTT : Eric D'Hoe

SOMMAIRE

CYCLO - EDITO	3
ACTIVITÉS FÉDÉRALES	5-19
LES PICARDES - TECHNIQUE	20
BON VIEUX PAVÉS DE CHEZ NOUS	21-23
COTES ET COLS DE CHEZ NOUS	24-25
INSOLITE	26-27
COURRIER DES LECTEURS	28-37
VTT - EDITO	41
ACTIVITÉS DES CLUBS	42-48
MBF BELGIQUE	49
PARTENARIAT VISITWALLONIA.BE	50-51
PARTENARIAT STONEMAN ARDUENNA	52-53
PARTENARIAT AUBERGES DE JEUNESSE	54
GRAVEL - GR2	55-57
WALLONIA GRAVEL TOUR 2023	58-59
DANS LE RÉTRO : GRAVEL RAID 2022	60-62

Les annonces publicitaires n'engagent pas la responsabilité de l'éditeur. Toute reproduction d'un ou plusieurs article(s) de la revue est subordonnée à l'accord préalable de la rédaction. Les articles (textes, photos, illustrations, etc.) de ce numéro n'engagent que leurs auteurs et la rédaction ne peut être tenue pour responsable de la publication de ces articles. La rédaction n'est pas responsable des documents qui lui sont transmis. Ils ne sont pas retournés sauf accord préalable.

SALON - EXPO

TEST VELO

BIKE BRUSSELS 2023

MOBILITE URBAINE



VOYAGEZ AVEC NOUS !

*Les projets ne manquent pas au sein de votre Fédération,
en plus de visiter le salon, venez en discuter avec nous*



24 > 26 MARS

TOUR & TAXIS



WWW.BIKE-BRUSSELS.BE



Samedi 28 janvier 2023

Complexe sportif ANDENNE-ARENA

ACTIVITES FEDERALES

OYEZ OYEZ CHERS AFFILIÉ(E)S

L'Assemblée Générale de la FFBC aura lieu ce samedi 28 janvier 2023 à Andenne, au Complexe sportif ANDENNE-ARENA, square Mélin, 14. Et nous, administrateurs et délégués provinciaux, comptons bien sur votre présence nombreuse ! Vous ne pouvez pas la manquer !

Participer à l'Assemblée Générale, c'est important pour les clubs et les affiliés que vous êtes ! C'est l'occasion de se rencontrer entre passionnés, de participer à nos ateliers, d'apprendre plein de choses utiles, d'aborder les points qui fâchent (les difficultés d'organisations de vos randos, les lourdeurs administratives...), de prendre connaissance de l'aide que la Fédé peut vous apporter, de réfléchir sur des solutions pour la défense de notre sport et plus encore... C'est surtout l'occasion de vous faire entendre et de participer aux décisions de la Fédération !

Enfin c'est aussi une super opportunité de becqueter entre amis, d'apprendre à se connaître et de tisser des liens entre clubs pour ensemble pouvoir agir. Début janvier, le correspondant de votre club a reçu les infos pratiques et la convocation nécessaires à votre participation. On vous y attend, au plaisir de préparer l'avenir ensemble à l'AG !

Les membres du CA de la FFBC

ORDRE DU JOUR :

- 8h30 Arrivée - Déjeuner offert café + viennoiseries
- 9h30 Ateliers - Débats (liste mise à jour sur web)
- 12h00 Repas 3 services
- 13h30 Enregistrement des présences,
- 14h30 Ouverture de l'Assemblée Générale,
Bilan financier 2022 / Budget 2023,
Bilan moral 2022 et statistiques.
Présentation des projets 2023,
- 15h30 Votes,
- 16h00 Remise des coupes aux lauréats
des challenges fédéraux,
- 16h45 Questions - Réponses
- 17h15 Verre de l'amitié



THÈMES DES ATELIERS

1. CODE DE LA ROUTE

Animateur : William DEFRISE

2. PROGRAMME INFORMATIQUE :

PRÉ-INSCRIPTION/INSCRIPTION NON-AFFILIÉS

Animateur : Jean-Louis VERSCHEURE

3. ASSURANCES - Animateur : Georgy CORNET

4. VTT/GRAVEL - Animateurs : Philippe COLLART , Jean Pierre HANOTIER, Marc MENU, Pascal VEYS

INSCRIPTION AU REPAS DE MIDI

Je soussigné

Email

Tél.

Membre du club ou indiv.

N° Carte membre

confirme **ma présence à l'AG du samedi 28 janvier 2023, Square Mélin 14 à 5300 ANDENNE**
et souhaite le matin participer à l'atelier n°

☐ Je souhaite également prendre le repas
Je serai accompagné de personne(s)

☐ Je paie x 25,00€ = €
sur le compte de la FFBC BE72 0682 5083 1216
avec référence REPAS AG NOM+PRENOM

A renvoyer avant le 17/01/2023 à la FFBC
Chaussée de Bruxelles 441bte5 7850 ENGHEN
ou par mail à ffbc@velo-liberte.be

✂ (faire photocopie)



PRÉPARATION POUR LA LONGUE DISTANCE

PAR MICHEL MUSSOT - Club « La Compagnie des Bornés » - Province Luxembourg

Une façon différente de vivre votre pratique du vélo est de vous préparer pour la longue distance que cela soit sur route, en Gravel ou à VTT.

2023 est une grande année pour les amoureux de longues distances à vélo, en effet du 20 au 24 août prochain aura lieu la 20ème édition de Paris Brest Paris version randonneurs 1200km a effectué en moins de 90 heures. Il s'agit de la référence absolue en matière de randonnée cycliste longue distance.

De nombreuses organisations existent aujourd'hui au sein de la Fédération dont vous retrouvez les rendez-vous dans le calendrier fédéral (BRB-BRM / Ultra Tour). Compte tenu de l'engouement pour les longues distances, il nous est apparu intéressant de revenir sur quelques notions de préparation afin de mettre toutes les chances de votre côté pour votre prochain défi cycliste.

PRÉPARATION POUR UN OBJECTIF ESTIVAL EN ULTRA (ENVIRON 1000KM)

JANVIER, FÉVRIER ET MARS :

Période fœnicère, sorties vélo en aérobie (endurance).

- Sorties les samedis et dimanches de 3 à 5h a un rythme régulier.
- Durant la semaine home-trainer, running, renforcement musculaire, natation. Il n'est pas la peine de prendre des risques sur la route de nuit en fin de journée.
- Durant cette période il est important de cumuler les heures de selle et de sport. Pensez à conserver une pratique multisports, en effet dans nos régions les conditions météo hivernales peuvent encore être présentes en mars et donc ne pas permettre de longues sortie vélo en toute sécurité.

AVRIL, MAI ET JUIN :

- Période ou on cumule les kilomètres sur de grosse sorties vélo ou sur de grandes randonnées.
- Participez à des sorties de 150 à 300km avec du dénivelé positif.
- Profitez-en pour vous inscrire sur de beaux événements afin de ne pas être seul.
- Commencez à rouler chargé afin de tester votre matériel et de valider vos différents choix d'équipements (cuissard, selle, pneumatiques,...) et de ravitaillements.
- Plus les mois avancent plus vous augmentez le nombre d'heure sur le vélo. Profitez-en pour passer une nuit sur le vélo et ainsi valider votre matériel de couchage et votre système d'éclairage. Vous enlèverez ainsi une grande part d'appréhension. « Vivre son premier lever de soleil sur le vélo reste un moment inoubliable ! »
- N'hésitez pas à cumuler deux jours d'affilée à 8 à 10h de vélo.

ÉTÉ :

Si la préparation est bonne, commencez à vous reposer de 3 à 4 semaines avant votre objectif.

- Accumulez les heures de sommeil, en effet les études actuelles démontrent qu'il n'est pas bon d'arriver au départ d'une épreuves longues distances en situation de manque de sommeil.
- Conservez une pratique cycliste de 9 à 12 heures de vélo/semaine.
- Il est important de prendre le départ avec deux à trois kilos superflux ceci permettra à votre organisme d'avoir les réserves nécessaires durant votre défi.

Une fois au départ de votre objectif longue distance : Prenez un maximum de plaisir ! Michel

LES BRM DANS TOUTE CETTE OFFRE

C'est un fait depuis plusieurs années, l'ultradistance se développe à grands pas et continue d'attirer de plus en plus de pratiquants désireux de se lancer dans de nouveaux défis.

Et qui dit «grande distance» dit Paris-Brest-Paris pour certains et pour d'autres, périples durs et longs, souvent à l'étranger. Ces deux pratiquants se côtoient probablement lors de nos randonnées mais sans le savoir ils vivent leurs aventures chacun de leurs côtés. Rien ne vous retient à tenter ce genre de défi d'épanouissement personnel un peu fou il faut bien l'avouer. Le but étant bien le dépassement de soi par la pratique XXL.

Le vélo est devenu tendance ces dernières années, vous retrouvez un tas d'événements sportifs sur les réseaux sociaux. Une population plus jeune, plus féminine aussi ne recule plus devant ces efforts qui paraissent pourtant insurmontables. Vous souhaitez vivre votre rêve sachant très bien que cela peut s'arrêter demain au vue des crises que nous traversons. Vos gestes et déplacements ont été limités ces dernières années et vous ont fait prendre conscience que pédaler plusieurs jours de suite, sans contraintes sera vécu comme un immense bonheur.

Les moyens techniques, les vélos et le matériel sont de plus en plus développés et vous permettront de vous lancer «facilement». La pratique GRAVEL avec un vélo dit «passe-partout» sera aussi efficace sur la route que le tout terrain en complément d'une bagagerie repensée plus ergonomique et plus légère. Le GPS également vous permettra d'atteindre facilement une destination et limitera les risques de vous perdre.

Mais, il faut faire attention, des règles et des contraintes existent à la réalisation d'une ultra distance. Il ne faut pas les prendre à la légère : la distance à parcourir en autonomie totale cumulé au dénivelé qui peut être important. Le temps restera accessible au grand nombre si vous ne préconisez justement pas «le timing». D'autres facteurs existent, la météo, la circulation routière, le partage de la route de nuit et donc avec un bon éclairage, la gestion de chargement des outils «numériques» (GPS, montre connectée, éclairage, etc...)... votre équipement est primordial.

Tout cela doit être bien évalué et cela demande une préparation spécifique quasi aussi physique que mentale; Votre soif de liberté, de rouler sans contrainte et sans savoir si l'on va arriver au bout est plus que néfaste à la réalisation de votre objectif. Le mental doit primer, le rester c'est que du matos ! Si vous n'êtes pas prêts, n'allez pas trop loin en la matière... Cela ne doit pas vous refroidir en connaissance de votre capacité à le réaliser : gestion du sommeil, de la fatigue et motivation d'aller au bout du défi que vous vous êtes programmé. Mais soyez prêts à en «baver» et à en découdre

Avant de vous lancer sur un tel défi, vous devez homologuer des brevets qualificatifs allant de 200 à 600km. Ne vous décidez pas sur le tard, ne brûlez pas les étapes, votre rêve pourrait être brisé !

Fred.C.

Texte inspiré de l'article « Ultra distance : qui sont les passionnés » paru dans «le Cycle» Déc.2022

HISTORIQUE PARIS-BREST-PARIS

A l'origine PARIS BREST PARIS est une course cycliste créée en 1891 PAR Pierre GIFFARD du PETIT JOURNAL. Cinq éditions ont lieu tous les 10 ans jusque en 1931. A noter en 1901 l'organisation est reprise par l'AUTO JOURNAL, puis après la seconde guerre mondiale par le journal l'EQUIPE.

Dès 1931 une formule randonneur co-existe en parallèle à la course cycliste.

A partir de 1956, n'existe plus que la version randonneur et en 1975 c'est le début du cycle quadriennal, depuis le nombre de participants ne cessent d'être en augmentation :

1999 : 3572 participants

2003 : 4069 participants

2007 : 5312 participants

2011 : 5002 participants

2015 : 5870 participants

2019 : 6418 participants

Et en 2023, 8000 participants sont attendus... Si le chiffre se confirme, ce sera un record pour l'épreuve. Combien de belges au départ ? Attention, près de 50% des engagés ne s'y présentent que pour une unique fois.

Paris Brest Paris est organisé par l'Audax Club Parisien sous l'égide de la Fédération Française de Cyclotourisme.



ACTIVITES / PARIS-BREST-PARIS



SE DÉPASSER.
PARTAGER.
RÊVER...

Pour vous inscrire au Paris-Brest-Paris Randonneur 2023, vous devrez réussir entre le 31/10/2022 et le 30/06/2023 une série de quatre Brevets des Randonneurs Mondiaux : 200 km, 300 km, 400 km et 600 km.

Un brevet manquant peut être remplacé par un brevet d'une distance supérieure. Il est même possible de remplacer un brevet de 600 km par un brevet de 1000 km. Ne seront pris en compte que les BRM et les RM >= 1200 km.

Ouverture des inscriptions le samedi 27 mai 2023 à midi heure française (3 juin pour non licenciés) Toute inscription ne sera définitive qu'après validation par l'ACP de vos 4 brevets.

Dimanche 25 juin : dernier jour pour un remboursement partiel d'inscription si vous annulez.

Dimanche 2 juillet : clôture des inscriptions à 23h59.

Vendredi 18 / samedi 19 / dimanche 20 août 2023 : retrait de votre dossier le vendredi de 14h à 19h ou le samedi de 8h à 19h uniquement pour les partants du dimanche, le dimanche de 8h à 13h uniquement pour les partants du lundi.

DIMANCHE 20 AOÛT / LUNDI 21 AOÛT 2023 : DÉPARTS DU 20E PARIS-BREST-PARIS RANDONNEUR

Les cycles et les gilets rétro réfléchissants seront contrôlés avant le départ et pourront l'être tout au long de l'épreuve. Vous partirez, par vagues successives, du parc du château de Rambouillet. Plusieurs départs, au choix du participant :

- **Dimanche 20 août de 16h à 17h** : 5 départs vélos (délai 80 heures)
- **Dimanche 20 août à 17h15** : départ cycles spéciaux (délai 90 heures)
- **Dimanche 20 août de 17h30 à 21h** : 15 départs vélos (délai 90 heures)
- **Lundi 21 août à 4h50** : départ cycles spéciaux (délai 84 heures)
- **Lundi 21 août de 5h à 6h** : 5 départs vélos (délai 84 heures)

Historiquement, les départs du lundi voient le plus fort taux d'homologués.

Du mardi 22 août vers 11h30 au jeudi 24 août 18h00 : retour des participants

A Rambouillet, après passage au contrôle d'arrivée, vous aurez des douches, un repas et une salle de repos à disposition.

Jeudi 24 août : cérémonie de clôture. A partir de 18h00, une cérémonie de clôture accueillera les tout derniers homologués et se terminera par un buffet.

Fin 2023 : les participants homologués recevront à leur adresse postale une étiquette mentionnant leur temps, à coller sur la médaille.

Infos reprises sur le site :
www.paris-brest-paris.org/agenda

ACTIVITES FÉDÉRALES / BPF

HAI - PROGRESSIONS FÉDÉRALES

CYCLO-CLUB BOUFFIOLUX

K'té Le Club - Place du Déversoir 8

6200 CHÂTELET

DATE	KM	DÉPART À
MERCREDI 25/01	35	13:30
MERCREDI 01/02	40	13:30
MERCREDI 08/02	50	13:30
MERCREDI 15/02	55	13:30
MERCREDI 22/02	55	13:30

Facebook : Cyclo club Bouffioulx

Léon SCAILTEUR - 0476/699634 - Mail : cc.bouffioulx@gmail.com

HAI - BREVET DES PROGRESSIONS ANTOING

CYCLOTOURISTES D'ANTOING

SCALDIS - Place du Préau 2

7640 ANTOING

DATE	KM	DÉPART À
SAMEDI 28/01	35	13:30
SAMEDI 04/02	45	13:30
SAMEDI 11/02	55	13:30
SAMEDI 18/02	65	13:30

ctantoing.com

Joël LEFEBVRE - 0495/793055 - Mail : jocarine@live.be

HAI - BREVET DE PROGRESSION

LES CENT AMIS DE BLÉHARIES

Place verte - rue de Tournai 54

7620 HOLLAIN

DATE	KM	DÉPART À
SAMEDI 28/01	35	09:00
DIMANCHE 05/02	45	09:00
DIM.ANCHE 12/02	55	09:00
DIM.ANCHE 19/02	65	09:00

www.100amisbleharies.e-monsite.com/

Johnny LIENART - 0476/299298 - Mail : johnnybigoud_8@hotmail.com

BRW - PROGRESSION

GUIDONS COURTOIS

Salle communale - Avenue Félix Lacourt 174

(Grez-Doiceau)

1390 HÉZE

DATE	KM	DÉPART À
SAMEDI 04/02	40	13:00
SAMEDI 18/02	60	13:00
DIMANCHE 05/03	80	09:00

www.guidons-courtois.be

François-Xavier FERDIN - +32497488916 - Mail : francois-xavier.ferdin@outlook.be

ERRATAS CALENDRIER 2023

HAI - DIM 05/03/2023

CC QUEVY BLACK & BIKE TOUR

CLUB CYCLO QUEVY A.S.B.L.

Black&Bike, rue du Grand Couvent, Zoning 17

7033 CUESMES

Type	Km	Diff	Rav	De	A	CHALLENGE
EASY	100	581	2	07:30	08:30	
EASY	75	280	1	07:30	09:30	
EASY	25	126	1	07:30	09:30	

Ancien Espace Bike Tour - Cadeau à chaque participant - Buvette

users.skynet.be/cyclosquevy

Marc LEENS - 0497/38 09 03 - Mail : marcleens@gmail.com

HAI - DU 12 AU 15/08/2023

WALLONIA GRAVEL TOUR

PROVINCE DU HAINAUT

Départ / Arrivée à ENGHEN

SAMEDI 12/08 : ENGHEN - CHARLEROI

DIMANCHE 13/08 : CHARLEROI - MONS

ia la Botte du Hainaut

LUNDI 14/08 : MONS - TOURNAI

La Wallonie Picarde

MARDI 15/08 : TOURNAI-LESSINES-ENGHIEN L

'étape THOMPSON

3 formule : TOURISTE / RANDONNEUR / CURIEUX

www.velo-liberte/gravel

Marc MENU / Philippe COLLART - Mail : vtt@velo-liberte.be

LUX - DIM 27/08/2023

VTT CORBION/SEMOIS

VTT CORBION SEMOIS

Salle du Foot

6836 CORBION

Distances et infos à venir : seront mises à jour sur site internet

Denis PONCELET - 0497/40 43 65 - denis@papeteriedesardennes.be

FLÈCHES, RELAIS, TOURS DE BELGIQUE ET DE PROVINCES, BPB

PAR WILLIAM DEFRISE / ADMINISTRATEUR - wildef56@gmail.com

QUE S'EST-IL PASSÉ AU COURS DE LA SAISON ÉCOULÉE ?

Vous vous en doutez l'année 2022 a été parsemée de divers « exploits » - que j'appellerai défis personnels gratuits mais si enrichissants - tantôt rudes aussi et avec un soupçon d'inattendu agréable ou moins qui, la souffrance passée, vous rendent si fiers d'y être arrivés.

Je vais commencer par LA randonnée que tout le monde voudrait faire à savoir le Tour de Belgique, de LA Belgique, Notre pays à tous. Mais j'encourage bien sûr aussi nos amis français et autres étrangers à venir la parcourir. Petite indiscretion : une nouvelle formule est en préparation au moment où j'écris ce résumé mi-novembre, laquelle facilitera tout le monde à se lancer.

Comme vous pourrez aussi le lire dans la deuxième partie de votre revue, un néophyte à la Fédération a voulu relever ce défi et ce en totale autonomie donc dans sa version tourisme.

Rudyard Meurisse a mis le cap de son équipage au début du mois d'Août et vous voyez - pour le décrire - ci-contre sa monture de 40 kg qu'il n'a eu de cesse à monter partout !



Je vous laisse découvrir ses péripéties plus loin dans la revue (en pages Courrier des lecteurs). Sans nul doute il mérite le trophée des tours de Belgique de cette année 2022.

Dans cette discipline on distinguera aussi nos grands randonneurs **Antonio Moreno** (grand adepte des longues distances et notamment des flèches et relais et **Luc Thienpont** (qui lui le faisait pour la seconde année consécutive) .

Pour précisément ce challenge des Flèches et Relais, **Antonio** emporte le trophée haut la main mais **Didier Collart** qui, après avoir terminé l'an dernier le challenge complet, s'est mis en tête de faire de même avec la nouvelle version 2018 devenue exclusive s'est bien illustré aussi. Prévoyant il a commencé cette fois par les plus longues distances peut-être sentant l'âge ne plus pouvoir l'aider plus tard.

Vous découvrez ci-dessous le tableau récapitulatif des lauréats et nous les félicitons tous pour la dynamique qu'ils apportent à cette discipline qu'on dit parfois faite pour des solitaires.

		NOM PRENOM	NBRE	KM
1	92980353	Moreno Casas Antonio	63	4155
2	92115841	Collart Didier	16	2655
3	92221095	Meurisse Rudyard	15	1058
4	92115809	Thienpont Luc	15	966
5	92130218	Prodecca Fabrizio	6	420
6	92031526	Gillis Alain	9	400
7	92031353	Defrise William	4	220
8	92031526	Ferrocino Olivier	2	150
9	92200251	Desquiens Laurent	2	110

Signalons donc qu'à eux seuls ils ont parcouru plus de 10.000Km !

PARLONS MAINTENANT D'UN CHALLENGE QUI EST DEvenu UNE DISCIPLINE À PART ENTIÈRE : LES TOURS DE PROVINCES

(Neuf choix au fur et à mesure de vos envies).

Entre autres lauréats d'au moins un tour comme **Rosa Settembrino** et **Pascal Delcampe** qui en sont à leur 7ème et **Didier Collart** qui a accompli son 3ème, c'est une habituée que je ne vous présente plus qui remporte le trophée cette année : déjà lauréate du challenge complet des diagonales, pour varier les plaisirs elle a parcouru 7 tours de province cette année. Sans doute avait-elle reçu l'émulation de **Yves Wilmart** lors de la dernière AG pour s'élancer sur nos routes escarpées et au dénivelé qu'elle a parfois dû subir aussi avec son équipement de survie pour 2 ou 3 jours. Elle a souvent apprécié les haltes dans des petits B&B locaux et autre auberge.

Félicitations donc à toi aussi **Chantal Sellekaerts** pour ces parcours que je vis et revis au fur et à mesure de tes récits des patelins traversés et des photos des contrôles transmises. S'il n'en avait qu'une pour illustrer tes souvenirs, ce serait facile mais j'ai choisi celle ci qui illustre ton plaisir du vélo.



Je dois encore ajouter au bilan de cette saison, le retour en force de **Alain Gillis** qui s'est (re)mis entre autres défis, celui de terminer des brevets des villes de province. Il m'a donc rentré deux cartes complétées. Pour rappel, il s'agit là, par pur plaisir touristique, d'immortaliser des endroits prédéfinis pour leur qualité de vie et donc aussi des paysages bucoliques.

Bienvenue à tous. N'hésitez pas à me contacter au besoin ou aller voir sur notre site et dans le vademecum pour de plus amples informations sur tous ces challenges ouverts 365 jours par an. Encore merci à tous ces adeptes de la petite reine que j'ai hâte de retrouver pour évoquer tout cela, sans doute lors de notre Assemblée Générale à Andenne ce 28 janvier.

William DEFRISE, Administrateur gestionnaire FRTB

DES NOUVELLES RÈGLES POUR LES CYCLISTES

PAR WILLIAM DEFRISE / ADMINISTRATEUR - wildef56@gmail.com

LE CODE DE LA ROUTE ÉVOLUE - ET C'EST TANT MIEUX ME DIRONT CERTAINS - MAIS QUE NOUS RÉSERVE LES NOUVELLES DISPOSITIONS ESSENTIELLEMENT LIÉES À NOTRE PRATIQUE CYCLISTE DANS TOUTES LES RUES, VOIES, ROUTES, CHEMINS ET SENTIERS DU PAYS.

Vous n'êtes pas sans ignorer, qu'en général, on ne roule pas à vélo au même endroit qu'une voiture et surtout sur des chaussées rapides. D'ailleurs je suis déjà revenu dans mes articles sur des panneaux impliquant explicitement l'interdiction de circuler à certains endroits. Il s'agit là, pour nous de ne pas négliger les panneaux **C11** qui **interdit aux vélos, aux cyclomoteurs et au piétons de circuler sur la voie qui se présentent à eux.**



Vous remarquerez aussi **le losange prioritaire** au-dessus du 90 qui de facto sauf marquage contraire vous **interdit de circuler sur ce type de voirie**. Elles sont généralement appelées « routes ou voies express » et réservées à la circulation de transit rapide entre deux autoroutes par exemple.

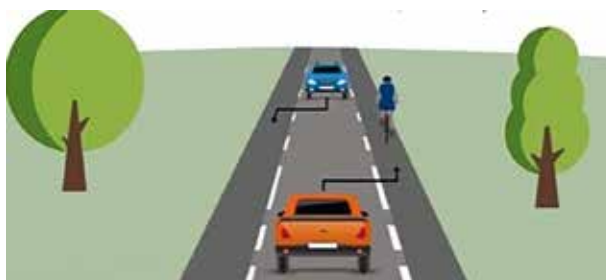
MAIS DES DISPOSITIONS PARTICULIÈRES SONT AUSSI APPARUES CES DERNIERS TEMPS :

Je vous avais évoqué il y a déjà quelques temps la **BCB** (bande centrale banalisée). Déjà autorisée en 2014 dans deux communes à titre d'essai (Walhain et Tinlot) cette disposition permettait aux communes de **sécuriser la circulation des vélos entre deux parties campagnardes** (peu fréquentées en général par des véhicules légers et/ou lourds) et donc de donner la latitude aux cyclistes de se promener sans avoir la crainte d'être frôlés par ces derniers. Comme vous le voyez sur le cliché, la largeur attribuée dans chaque sens à la circulation cyclistes est à minima double et donc les autres utilisateurs roulent au centre. **Ils ne peuvent franchir votre bande que pour se croiser** : Remarquons qu'il ne s'agit pas de pistes cyclables latérales (différence au niveau des pointillés) celles-là étant infranchissables par les autres usagers mais bien



de zone (de confort) vous donnant un sentiment de plus de sécurité.

Certains me diront qu'ils ne sont pas convaincus par l'utilisation qu'en feront les véhicules mais sachez qu'aux Pays-Bas cela fait déjà plusieurs dizaines d'années que celles-ci sont d'application sans créer de conflits majeurs. Je me souviens les avoir découvertes personnellement vers 2005 entre Knokke et Cadzand dès qu'on passe la frontière vers Retranschment.



Comme vous le voyez sur l'illustration, les automobilistes se rangent derrière le cycliste et ne se croisent ni ne dépassent à sa hauteur mais roulent au centre en permanence.

Mais la Wallonie était plus frileuse sans doute question de culture. Maintenant c'est acté et des chemins de traverse vont sans doute être rapidement marqués en ce sens dans nos campagnes. Je vous le rappelle toutefois, ce ne sera pas dès la sortie de votre bourg mais bien là où la circulation est peu dense et non en transit régulier.

Enfin notre réglementation a été aussi modifiée en ce qui concerne **les chemins réservés** (les types, en fonction des silhouettes représentées, du panneau **F99**). Il est désormais acquis que de tels panneaux avec uniquement les silhouettes de piétons et vélos soient utilisés en ville pour permettre une circulation fluide et sécurisée des deux types d'usagers. Dès lors les panneaux « piste cyclable partagée ronde sur fond bleu » pourraient disparaître et ainsi votre chemin se poursuivrait soit sur le trottoir soit sur la route puisque le **F99** n'implique pas une obligation.



ACTIVITES FEDERALES / SECURITE ROUTIERE

Nous avons donc maintenant un choix (comme avec les chevrons suggérés) d'être moins impactés par les autres usagers et dans ce cas-ci par la foule à certains endroits laquelle, convenons-en, nous réduit à l'état de piéton de par sa densité régulière, voire menace notre intégrité physique vu l'équilibre du pas que nous devons adopter :



OBLIGATOIRE
DEVIENT
CONSEILLÉ



Encore une disposition que je me permets de rappeler en ce début d'année : **Il semble ne pas vouloir s'ancrer dans la tête de certains qu'en présence, notamment dans un SUL, de pistes cyclables « obligatoires, correctement marquées au sol » dans chaque sens de circulation, vous n'êtes autorisé à rouler que sur celle qui se trouve à votre droite et donc dans votre sens de circulation.**

Pour les férus de nouveautés il est désormais instauré aussi des nouveaux panneaux additionnels de type **M** comme celui-ci le **M24** ou encore celui-ci le **E9J**. Je suppose qu'en tant que cycliste urbain, vous savez à quoi ils servent.

Pour finir je vous retranscris (ci-dessous) ce qu'il convient de nommer « les bonnes pratiques », les « Règles d'or » pour éviter les confrontations et les accidents avec les autres usagers, ce, afin de prendre LES bonnes dispositions en ce début de saison cyclotouriste que je vous souhaite agréable.

N'hésitez pas à m'en parler lors de notre atelier à l'AG du 28.

William Defrise



CYCLISTES ET PIÉTONS SONT RÉGULIÈREMENT INVITÉS À PARTAGER UN MÊME ESPACE : AU-DELÀ DE L'ÉLÉMENTAIRE RESPECT DU CODE DE LA ROUTE, UNE BONNE COHABITATION PASSE ÉGALEMENT PAR QUELQUES GESTES DE COURTOISIE !

Trottoirs partagés, piétonniers ouverts à la circulation des vélos, RAVeL et autres voies vertes... Piétons et cyclistes sont régulièrement amenés à circuler sur un même espace. Sur ces espaces partagés ou parfois contigus, il est essentiel que les usagers fassent preuve de courtoisie et de compréhension... même lorsque les difficultés de cohabitation résultent d'un aménagement mal conçu (dans ce dernier cas, **n'hésitez pas à alerter le gestionnaire de voirie**) !

QUELQUES RÈGLES D'OR

Au-delà des règles élémentaires du code de la route et de respect du piéton (ne pas rouler sur les trottoirs, céder la priorité au passage piéton...), veillez à adopter ces quelques réflexes bien utiles !

► Évitez l'effet de surprise

Le **contact visuel** est essentiel, car il permet d'anticiper le comportement des autres usagers. Ce contact n'est pas toujours possible, par exemple lorsqu'un cycliste dépasse un piéton par l'arrière. Dans ce cas, l'effet de surprise peut être particulièrement désagréable pour le piéton, même lorsque le cycliste roule à faible allure.

Lorsque vous dépassez un piéton par l'arrière :

- **avertissez de votre présence**, à l'aide d'un léger coup de sonnette au besoin. Il se peut malgré tout que le piéton ne vous entende pas (parce qu'il est malentendant, parce qu'il porte des écouteurs, à cause du bruit ambiant...) : soyez-en conscient-e !

- **ralentissez**
- **dépassez « large »** : inutile de frôler le piéton, même s'il empiète sur l'espace réservé aux cyclistes. Celui-ci est toujours susceptible de modifier sa trajectoire.

► Adaptez votre vitesse

Adaptez votre vitesse aux conditions : **ralentissez** si le flux de piétons/cyclistes est important, **mettez pied à terre si nécessaire**. Redoublez de prudence en présence de jeunes enfants, de seniors ou de chiens en laisse, ou lorsque votre champ de vision est obstrué.

► Maintenez votre trajectoire

Ne slalomez pas entre les piétons, mais maintenez au contraire une **trajectoire rectiligne**, plus lisible (et prévisible) pour les autres usagers. Ne coupez pas la route au piéton, passez de préférence derrière lui.

► Restez courtois(e) en toute circonstance

Souvenez-vous que chacun a sa place sur ces aménagements : piétons comme cyclistes doivent tenir compte de la présence éventuelle de l'autre. N'hésitez jamais à **communiquer positivement** : un sourire, un geste de remerciement, une explication éventuelle...peuvent bien souvent aider à désamorcer les tensions !



VÉLO-LIBERTÉ : LE GOÛT DU VOYAGE

PAR FRÉDÉRIC COULON / DÉL. PROV. LUXEMBOURG

Cyclotourisme / Bike-packing / Voyages à vélo / Séjours-découvertes / loisirs / Vous, les clubs, partez chaque année, ou le plus souvent possible qu'il vous soit permis, pour une épopée de plusieurs kilomètres et plusieurs jours ou en mini séjour le temps d'un weekend. Vous aimez aller à la découverte de lieux insolites dans notre pays et pays étrangers pour chercher du dénivelé, de la chaleur ou réaliser un défi personnel sur un col mythique : les leitmotiv sont nombreux ! Alors comment appeler notre insatiable envie de découvrir de nouvelles contrées à vélo ? Que ce soit chez nous mais aussi à l'étranger, et au plus facile dans nos pays voisins francophones (de préférence ainsi la langue n'est pas un problème!) : les voyages et séjours à vélo, qu'ils soient courts ou longs, font partie de la Fédération FFBC vélo-liberté.

C'est grâce à vos redactions dans la rubrique «Courrier des lecteurs» que nous nous rendons compte que les voyages ont toujours la cote. Et ce n'est pas nécessairement à la côte que cela se passe C'est pourquoi la Fédération remet les voyages et vous les servent sur un plateau, en club ou en individuel(les).

L'organisation du séjour à Vaison, en octobre 2022 a abouti sur un partenariat avec un prestataire dans les voyages dédiés au «vélo». Une rencontre de notre délégué de communication, invité à Marseille en octobre dernier par les «Villages Leo Lagrange» a abouti sur la création de deux séjours en 2023 : en mai un séjour à Réallon (Hautes Alpes) et en octobre un second séjour à Vaison-la-Romaine (Vaucluse). Découvrez Reallon et les environs dans les pages ci-jointes ainsi que les infos pratique d'inscriptions dans le calendrier

En tant que club FFBC, vous pourrez profiter d'une remise supplémentaire et d'un tarif «groupe» préférentiel au tarif grand public. Vous souhaitez programmer un autre voyage : contactez la déléguée commerciale Linda Khettabi, elle trouvera certainement un séjour/voyage à la hau-

teur de votre demande. Vous pourrez également la retrouver lors de l'AG du samedi 28 janvier. Venez discuter avec elle sur les possibilités qu'offre «Village Leo Lagrange» et participer à un petit jeu concours «SURPRISE».

IDÉES DÉCOUVERTES DU 6 AU 13 MAI À L'HOTEL CLUB REALLON

L'Hôtel Club Le Balcon des Écrins, situé en front de neige, est l'endroit rêvé pour se ressourcer dans un décor idyllique offert par les montagnes et les lacs environnants. À 1 560 mètres d'altitude, la station familiale de Réallon est un véritable paradis pour celles et ceux qui rêvent d'activités de pleine nature dans l'atmosphère conviviale d'une station à taille humaine.

- Idéalement situé (au pied des pistes, au départ de nombreuses randonnées ...)
- Des espaces de convivialité et de détente composés d'un bar, un espace de jeux, une bibliothèque et d'une piscine chauffée
- Équipe d'animation avec programme d'activités journalières et soirées
- Parking gratuit voitures et autocars
- Wifi gratuit dans les espaces collectifs
- Terrasse avec vue panoramique
- Proximité du lac de Serre-Ponçon (moins de 20 mn en voiture)

Venez profiter de Réallon dans un cadre naturel idyllique et sauvage, avec vos chaussures de marche, vos baskets, votre vélo ou en parapente, vous allez être époustoufflé par la magnifique vue sur le lac de Serre-Ponçon.

Découvrez la montagne autrement ! A moins de 20 mn, le territoire offre un large choix d'activités en eaux vives telles le canyoning et le rafting, et bien d'autres loisirs nautiques. Le Parc National des Ecrins regorge de randonnées balisées, proposant des points de vue exceptionnels et une vue imprenable sur le Lac de Serre Ponçon.

A Réallon, le VTT est à l'honneur ! Débutant ou confirmé, venez tester le Bike park et ses 10 pistes de descente. Des itinéraires destinés aux petits et grands permettront à tout un chacun de prendre du plaisir en toute sécurité.

Vivez la pleine nature ! Tout près de Réallon, à peine à 30 min, visitez le muséoscope du Lac de Serre-Ponçon, vous comprendrez l'histoire de la construction du barrage.

Idéal pour les familles, la balade jusqu'aux ruines du Fort de Réallon et son château, sont des incontournables pour découvrir le patrimoine historique et culturel de ce coin authentique.

Il y a aussi la fameuse église Sainte-Pelade du XVI^e siècle qui vous surprendra par son clocher octogonal. N'hésitez pas à vous évader vers les Aiguilles de Chabrières, l'Abbaye de Boscodon et sa fameuse histoire, mythe ou réalité, ou encore le magnifique Lac de St Appolinaire.

Comme dans de nombreux villages des Hautes-Alpes, à Réallon, éleveurs et producteurs sont toujours présents et heureux de partager leur savoir-faire. Saveurs et senteurs sont au rendez-vous. Appréciez les fromages, viandes, bières et autres produits locaux dont eux seuls ont le secret.

Les villes les plus proches où se rendre à vélo : Embrun : 15 km - Gap : 38 km - Barcelonnette : 58 km - Briançon : 64 km... A voir aussi : La cascade de Razis - Les Demoiselles coiffées - La forêt du Sapet - Apiland Naturoparc - Le Parc animalier de Serre-Ponçon...

Il ne vous reste plus qu'à vous profiter d'un tarif «groupe» avantageux et vous inscrire via le bulletin d'inscription (dans le calendrier) et découvrir ces merveilleux paysages et réaliser quelques cols mythiques à vélo.

Rendez-vous sur notre site internet pour plus d'informations et, si vous êtes déjà certainement conquis, dès le 6 mai à Réallon.....




Vacances
Léo Lagrange

**NOUVEAU
PARTENARIAT**

-10%
REMISE SPÉCIALE
ADHÉRENTS

Bienvenue chez Vacances Léo Lagrange, opérateur historique de tourisme durable. Cette organisation défend depuis plus de soixante ans un tourisme de territoire alliant mixité, découverte du sport et protection de la nature.

www.lebalcondesecrins.com
reallon@vacancesleolagrange.com
 04.82.29.39.85



PAR RENÉ COULON / CLUB BRASCOLS - PROV. LUX

Vaison-La-Romaine est une petite ville qui réunit plus de 2000 ans d'histoire, méritant la visite de la cité médiévale et des vestiges romains. Mais c'est aussi le point de départ idéal pour les escapades à vélo. Avec l'espoir de se détendre l'esprit et de tendre les mollets, nous sommes 21 à nous retrouver au Centre de Loisirs Leo Lagrange de Vaison.

Après 800 kilomètres d'autoroute et plus, avalés presque sans encombre, la fin de l'après-midi ensoleillé favorise les rencontres en partageant l'accueil par les directions du Centre et la présentation des amateurs de la petite reine : les uns hyper performants prêts à en découdre pour avaler les kilomètres et gravir les monts voisins, les autres tout aussi prêts à dérouler sur des distances moyennes et vallonnées entre 40 et 70 km, enfin quelques personnes appréciant davantage la marche que le vélo. Sous la houlette de notre chef d'orchestre, nous sommes prêts à profiter de la dernière semaine d'ouverture des établissements Village Leo Lagrange de la région.

DIMANCHE 23 OCTOBRE : MISE EN JAMBE DE 60KM

Dès 9h30, la rando nous conduit vers Beaumes-de-Venise et sur quelques centaines de mètres, nous longeons Les dentelles de Montmirail. Quoique prévue, l'ascension du Col de Suzette nous réserve une montée en pourcentage élevé sur un chemin très étroit : un bel apéritif non prévu au départ en choisissant un chemin de traversée.

L'ambiance est très bonne car déjà de jolis points de vue s'offrent à nos yeux ou aux photographes mais surtout une belle solidarité au sein d'un groupe qui s'épaule dans les difficultés.

Du groupe, quatre cyclos dont votre serviteur raccourcissent la rando à 45 kilomètres en passant par Malau-cène et retour au Centre Leo Lagrange, juste à temps pour découvrir la qualité du buffet pour le repas de midi.

Il faut d'ailleurs noter qu'à l'unanimité, nous avons apprécié la variété et la qualité des buffets, avec nos remerciements au chef.

LUNDI 24 OCTOBRE, DIRECTION NYONS PAR DES ROUTES PLUS LARGES.

Le matin, les manchons et les cols sont indispensables pour démarrer avant que le soleil et sa douce chaleur ne gagnent la partie. Courte visite du centre-ville de Nyons, du pont romain sans prendre le temps de s'arrêter à la savonnerie bien parfumée, temps qui est récupéré pour un café ou un rafraîchissement avant un retour émaillé de chantiers de travaux, ce qui nous offre une grimpe supplémentaire en traversant un village perché avant de retrouver l'itinéraire prévu.

Très beau parcours final au milieu de la forêt, des champs de lavande dénudés et des vignes dépouillées pour arriver au très beau village de Vinsobres, là où nous reviendrons plus tard pour d'autres plaisirs. C'est à Vinsobres que nous reconnaissons un petit passage pavé de la vallée d'Arenberg, toutes proportions gardées.

Retour après ce circuit de 48 kilomètres pendant que les plus vaillants continuent à engranger les kilomètres et l'approche du Ventoux.

MARDI 25 OCTOBRE, JOUR DE DÉTENTE.

En matinée, nous sommes nombreux à visiter le marché matinal de Vaison, très réputé dans toute la région. Ce marché occupe ruelles et places, sans doute moins qu'en haute saison. Comme tous les étals méridionaux, c'est un mélange de couleurs, de saveurs, de gourmandises diverses et d'odeurs : difficile de résister à la tentation d'effectuer quelques emplettes.

Pour quelques-uns, l'après-midi est consacré à la visite de villages perchés dont Séguret et Crestet, deux villages perchés nourris de ruelles étroites pentues, pavées





de rusticité, de placettes à fontaines et de petits lavoirs sans oublier les panoramas dégagés avec de belles perspectives sur la plaine du Vaucluse. Pour quelques-uns encore, l'après-midi, les jambes qui fourmillent les emportent pour un circuit d'environ 40 kilomètres dans les gorges de Toulourenc.

MERCREDI 26 OCTOBRE, JOUR J.

Nous prenons les voitures pour rejoindre Bédoin qui sera notre point de chute pour la rando d'environ 80 kilomètres. Abandonnant les voitures, nous démarrons par les Gorges de la Nesque pour rejoindre Sault. Notre convoyeuse Brigitte assume le transport du ravitaillement vu la longue journée attendue et les difficultés escomptées.

Au travers des gorges, nous commençons par une belle plongée augurant d'une aussi belle remontée, une longue ascension faite de faux plats montants mais usants notamment en raison du vent contraire à chaque virage extérieur qui nous renvoie l'air de la vallée s'élargissant au fil des kilomètres. De nombreux arrêts émaillent le parcours pour immortaliser le paysage devenu grandiose : une route qui serpente à flanc de montagne laissant sur sa droite le regard plonger au fond des gorges. A Sault, au pied du Ventoux, nous prenons le temps d'un ravitaillement pour recharger en énergie les muscles échauffés. Puis commence la longue chevauchée de 21 kilomètres qui nous mènera au-delà de la forêt, au sommet du mont chauve. Personnellement, je dois renoncer vu les crampes qui tenaillent les quadri. Encore un petit rafraîchissement

au chalet Reynard et c'est le dernier assaut avalant lentement les derniers kilomètres particulièrement pentus au travers des éboulis de cailloux. Au-delà de l'effort, c'est un très beau spectacle sous un soleil généreux, là où chacun laisse éclater une joie intense d'avoir dépassé ses limites, d'y être arrivé. Après les photos scellant l'exploit, belle longue plongée sur Bédoin. Personnellement, juste une petite frayeur quand en pleine descente, un berger regarde placidement ses moutons paître de l'autre côté de la route avec au milieu de celle-ci son fidèle compagnon : une surprise qui sollicite les freins à disque...

JEUDI 27 OCTOBRE : DIRECTION UNE CAVE COOPÉRATIVE

Les jambes sont fatiguées des efforts de la veille. Frédéric nous programme une rando de 40 kilomètres pour retrouver Vinsobres où nous attend la récompense liquide. Mais au départ, empruntant des petits chemins, nous buttons sur un court raidillon escarpé de 20% de pente, une surprise non détectée par le gps lors du traçage. Un peu plus loin, nouvelle surprise, la route devient chemin, malheur des cyclos, mais traversée sans embuche pour les vtt. Rien n'entame la bonne humeur du groupe partant ensemble, nous arrivons ensemble à la coopérative vinicole de Vinsobres. 20 kms pour le retour sans difficulté mais avec une dernière halte chez le glacier Leone où des coupes bien généreuses rassasient les estomacs avant une folle soirée karaoké animée de maîtresse façon par la directrice adjointe. C'est l'occasion de découvrir les talents cachés de cyclistes chanteurs.







Vendredi 28 octobre. Un décrassage s'impose sur un circuit plutôt plat au milieu des vignes vers Suze-La-Rousse, Cairanne et Rasteau pour un total d'une quarantaine de kilomètres. Mais une nouvelle surprise attend le groupe. Un sanglier jaillissant des vignes fonce dans notre direction. Les premiers accélèrent l'allure tandis que les derniers sautent sur les freins pour ne pas emboutir cette jolie bête. A travers la plaine, c'est paisiblement que le groupe rejoint Leo Lagrange. J'en oublie presque les costauds qui eux ont assuré leur puissance sur un 110. Au retour, les Chimaciens vont nous offrir une dégustation des bières de Chimay : belle sympathie du groupe.

Samedi 29 octobre. Retour en Belgique pour presque tout le monde car Leo Lagrange ferme ses portes au terme de la saison. Bagages fermés, vélos fixés sur les porte-vélos, c'est le grand départ tandis que Frédéric a choisi de se lancer dans un long solo de près de 200 kilomètres pour

rejoindre sa famille à Pezenas. Les retrouvailles sont à la hauteur de la qualité de la semaine écoulée.

En conclusion, je retiens un beau cadre de vie, une météo plus qu'agréable, des paysages grandioses et rustiques, une ambiance généreuse avec le souci de chacun. La perspective de renouveler l'expérience là ou ailleurs en France se discute actuellement et vous en serez informés via la revue trimestrielle, chers amateurs de vélo.

René Coulon, Bras6cols





BZZZ BZZZ BZZZ... LES ABEILLES !

PAR LEON PONCELET - CHIMAY - VAISON la ROMAINE (22 octobre 2022 - Arrivée)

Après 10 heures de route sans encombre, pour nous les Chimaciens, (il n'en sera pas de même au retour !...), nous sommes accueilli avec convivialité au village de vacances Léo Lagrange sur la terrasse extérieure à seulement 28 km du sommet du Ventoux. Les responsables nous dressent l'éventail des activités possibles (visites des vestiges de la ville antique, marché, balades accompagnées, découvertes des villages perchés, etc... mais nous, le Ventoux est notre obsession et nous projetons d'emblée de rouler au moins 100km par jour.

Après le verre d'accueil on passe aux choses sérieuses : repas du soir avec un large choix d'entrées, de plats chauds et de dessert dans une formule « buffet à volonté »... et il en sera ainsi pour tous les repas du séjour. Par chance nous dépenserons le lendemain, sur le vélo, les calories stockées.

JOUR 1 : 23.10.2022 — 104 KM - 1277M D+

Départ groupé et après une vingtaine de kilomètres (Beaumes-de-Venise) séparation des participant(e)s en deux groupes (60 km et 100km). Le '100km' se dirige vers le sud-est en passant par Caromb-Mormoiron puis cap au nord vers Bedoin et Malaucène et avant de rentrer un petit tour par Entrechaux et Faucon.



Au pied du Mont Chauve on serpente entre les champs d'oliviers et les vignes qui ont déjà revêtu leurs parures ocrées de l'automne. On traverse les vignobles de Roaix, de Séguret, de Gigondas, de Vacqueyras et de Rasteau... de quoi faire saliver... mais dans nos gourdes que le l'eau... ferrugineuse !

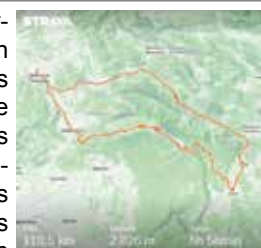
JOUR 2 : 24.10.2022 — 103 KM — 1507M D+

Route vers le Nord... séparation des groupes à Nyons ... et après 45 km en bord de l'Eygues vers Rémuzat on quitte le fond des gorges pour gravir le 1er col de la journée : col de Soubeyrand 994 m 8km de grimpe à 8-9%, au 62ème km passage du 2ème col ; le col de Ey (plus rapidement écrit que grimpé...) 6km 5-6%, puis on termine par deux côtes (80ème 2km à 6% et au 85ème 2,7km à 7%) et retour en passant par Buis-les-Baronnies, Propriac, et Puyméras



JOUR 3 : 25.10.2022 - 110 KM — 202M D+

On rejoint Sault en contournant le Ventoux par le Nord en passant par les Baronnies puis c'est la longue montée vers le chalet Reynard et les 6 derniers km vers le sommet. Les conditions climatiques sont excellentes jusqu'à quelques hectomètres du sommet où le vent souffle en rafales... Quelques rapides photos au sommet et c'est la plongée vers Malaucène avec de terribles bourrasques de vent provoquant de larges écarts de pilotage.





JOUR 4 : 26.10.2022 - 108 KM — 1574M D+



Direction Bédoin puis Flassan pour découvrir le col des z'Abeilles (Bzzz... Bzzz)... c'est aussi l'occasion de faire découvrir au groupe que Bourvil accompagné d'une chorale de comiques troupiers-pompiers avait interprété une chanson sur les z'abeilles...bzzz...bzzz...

Et bien évidemment, lors de la soirée karaoké, je fus plébiscité(à l'unanimité moins une voix(e) [la mienne] pour interpréter cette chanson... tous ont très vite compris la raison pour laquelle je n'ai jamais participé à de Voice et que mon avenir en tant que chanteur comique n'était pas du tout assuré... le public de ce soir a été malgré tout fort indulgent... Mieux vaut continuer le vélo...

Ainsi donc le col des z'Abeilles ... bzzz... bzzz se situe à la sortie de Flassan montée de 9km à 7%(avec des raidillons à 9/10%) pour rejoindre la route qui relie Ville sur Auzon à Sault... on quitte cette route à hauteur de Monieux pour rejoindre les gorges de la Nesque que nous dévalons tout en profitant beaucoup mieux qu'en montant des superbes paysages. Au retour je commence à ressentir non seulement le poids des kilomètres et des dénivelés mais aussi celui des années...

JOUR 5 : 27.10.2022 — 53 KM [SEULEMENT] 629M D+

J'avais décidé de prendre un jour de repos... Chassez le naturel... j'accompagne jusque Bédoin Vincent et Daniel (mes deux compères chimaciens) qui ont décidé la montée du Mont Chauve par Bédoin...



JOUR 6 : 28.10.2022 - 108 KM — 573M D+

Aujourd'hui fini de tourner autour du Ventoux, direction à l'ouest vers Suze-la-Rousse (ou les groupes 'divergent') puis vers Bolène et ensuite cap vers le sud vers Orange : pas la moindre petite côtes à se mettre sous les dents... du pédalier... retour vers le nord en passant par des noms évocateurs : Gignondas, Roaix...etc.



A peine rentré, il faut déjà penser au retour : nostalgie !

Superbe séjour qui me combla à tous points de vue : hébergement, restauration, parcours, ambiance et avec ce merveilleux été indien !...

Léon



AU MENU EN 2023



Quelques chiffres, 19 picardes étaient au programme en 2022. Pas moins de 7000 participants, 90 clubs ou assimilés venant de toute la région du Tournaisis et des régions frontalières. Tout au long de ce challenge, les participants ont parcouru plus de 459.000 km et nous avons dénombré 180 lauréats au 31^e challenge LES PICARDES.

Grâce à nos partenaires et au Comité Picarde, des lots de tombola furent remis à plus de 50% des lauréats. Le Comité remercie les clubs pour le suivi des directives de qualité mises en place.

Pour l'édition 2023, de mars à septembre, 18 Picardes (circuits route, mais aussi quelques circuits VTT, & Gravel) seront à l'affiche du 32^e challenge. Retrouvez les dans votre calendrier joint à cette revue. Et à vos agendas, et tradition oblige, rendez-vous le 12 mars à Hérinnes, pour la première randonnée Picarde !

Christophe Daumerie

Calendrier des Picardes 2023

Dim 12/03	La Flandrienne	P.C.Hérinnes-Warcoing
Dim 19/03	Souvenir Thierry Lefevre	C.C.Mouscron
Dim 26/03	56 ^e Forêt de Raismes	Royal Union Audax Tournai
Dim 16/04	La Printanière	C.C. Orchies
Dim 30/04	La Basécrack	La Roue Basécloise
Dim 21/05	La Flèche Paysagère	Les Flèches Rumouises
Dim 28/05	La Poissonnière	CT Gaurain-Ramecroix
Dim 18/06	L'Arena Cyclos	Cyclo Bike Arena
Dim 25/06	Les 3 T	V.C. Tongre-N-Dame
Dim 02/07	La Route de Bouvignes/VTT des Vieux Moulins	C.T. Antoing
Dim 09/07	Tour des 10 Collines	C.L. Flobecq-Ellezelles
Dim 16/07	La Wapi Picarde	Comité Picarde
Dim 06/08	La Traditionnelle	C.C. Frasnes
Dim 20/08	Souvenir Albert Vandekerkove	C.C. Estaimbourg
Dim 27/08	Souvenir André Billon	Cyclo Lamin Sport
Sam 02/09	L'Atlantis	100 Amis Bléharies
Dim 17/09	Les Mordus des Trolls	Mordus du Vélo Wiers
Dim 24/09	La Tour'nai	Roue Princièr Allain

Visitez notre site internet « lespicardes.be » pour toutes informations utiles.

TECHNIQUE

DES THÉORIES CONTREDITES PAR LES FAITS

PAR BERNARD BACHELART, ALIAS CYCLOBER - MAIL : BERNARD.BACHELART@GMAIL.COM

Comme nous l'avons vu dans les articles parus dans de récents numéros, le fonctionnement interne de nos muscles réfute de vieilles affirmations toutes faites sur la meilleure manière de pédaler.

Il existe d'autres idées reçues, que nous citerons ici sans approfondir chacune.

LA LONGUEUR DU FÉMUR EST LE LEVIER DU CYCLISTE

Cette thèse récurrente n'a curieusement jamais trouvé de sœur affirmant que la pointure de la chaussure était un atout vélocipédique.

Rappelons la constitution d'un levier. Ses trois éléments sont l'axe de rotation (ou « point d'appui »), le bras moteur et le bras résistant. Le gain de force est égal au rapport entre le bras moteur et le bras résistant. Par exemple, un bras moteur deux fois plus long que le bras résistant multiplie par deux la force exercée à l'extrémité du bras résistant par rapport à celle imprimée sur le bras moteur.

Dans le cas du fémur, l'axe de rotation du système de levier est l'articulation de la hanche. Le bras moteur est la distance entre cette articulation et l'insertion des muscles extenseurs de la hanche sur le fémur. Le bras résistant est la longueur totale du fémur. Bref, il faudrait savoir où s'insèrent les muscles d'un cycliste sur un os pour pouvoir calculer le rapport entre le bras moteur et le bras résistant de ce système de levier. Rappelons enfin que l'avantage en force donné par un rapport avantageux des deux bras du levier se paye par un plus petit déplacement de la force résistante pour un mouvement donné de la force motrice. On se retrouve dans un dilemme semblable à celui du choix de la longueur des manivelles.

LA PUISSANCE ET LA FORCE

On entend souvent dire d'un cycliste qui pédale en force qu'il est puissant. Rappelons que la puissance est le produit de la force par le déplacement pendant un temps donné. Le watt (mesure standard de la puissance) est défini comme le déplacement d'un mètre en une seconde d'une force d'un newton. Confondre les deux choses mène à de grosses erreurs de raisonnement et permet à certains de faire croire qu'ils ont trouvé la solution miraculeuse pour multiplier le rendement du pédalage.

LA FORCE DU DOS TRANSMISE AUX JAMBES

Il est fréquent d'entendre un commentateur TV affirmer que tel ou tel coureur peut appuyer très fort sur les pédales par la force de ses lombes malgré des jambes peu musclées. C'est inexact. Aussi développés soient-ils, les muscles du dos ne peuvent pas exercer leur puissance sur les pédales. En revanche, ils peuvent stabiliser le bassin lorsqu'on pousse très fort en position assise.

LE SEUIL DES 2.000 MÈTRES

Une autre assertion répandue est celle d'une diminution de l'oxygène et, en conséquence, du rendement cycliste, à partir de 2.000 m d'altitude. C'est inexact. La pression de l'air, et par conséquent de l'oxygène qu'il contient, diminue continuellement lorsqu'on monte. Une diminution des capacités physiques a déjà été constatée en-dessous de 2.000 m mais varie d'une personne à l'autre. On a préconisé des stages en altitude pour en atténuer les effets. Mais les bénéfices de ces séjours en montagne diffèrent d'une personne à l'autre

Bernard Bachelart

FIGHE N°36

PETIT POGGIO - 231 m - Par l'Eau d'Heure alléché !

PAR DANIEL GOBERT - DANIEL.GOBERT@MAIL.BE

**AU SOMMET, LE CYCLO DOMINE LE MONDE
MAIS IL N'ÉCRASE PERSONNE**

UN S PEUT EN CACHER UN AUTRE ...

Daniel Gobert vous emmène cette fois-ci en Province du Hainaut, près des barrages de l'Eau d'Heure, là où on ferait bien un petit mille ans sans vrais maux.

PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Jean-Luc Vandenbroucke, l'ancien grand cycliste professionnel spécialiste du contre-la-montre aime le Hainaut et ses joyaux. Echevin à Mouscron, dans la partie occiden-

tale de la province, il aime aussi la partie orientale avec notamment les magnifiques barrages de l'Eau d'Heure du côté de Silenrieux. Egalement séduit par la Primavera, Milan-San Remo, et son légendaire Poggio di San Remo, il fut frappé par la ressemblance entre la partie initiale de celui-ci et la route étroite et asphaltée qui relie en un double S un bras des barrages à la Nationale 599. Il décida de l'appeler le « Petit Poggio » pour magnifier le parallélisme frappant tant en courbes qu'en pourcentages.

Dès lors, des courses professionnelles, des cyclosporatives, des championnats, des randonnées cyclotouristiques ont modifié leurs itinéraires pour arpenter ce double S dans un environnement vert et calme, sans trafic, sans bruit, sans maisons. Le Petit Poggio n'aura jamais l'aura de son grand-frère mais au ravito au sommet, quand l'ascension sera dans la poche, quand notre pensée « prima » verra, on pourra y prendre un pot, Jo. Si vous ne l'avez pas encore découvert, faites le détour, ça vaut la peine. Un havre de paix, un terrain presque privé de cyclistes et promeneurs, un paradis cyclo n'attend plus que vous.



CÔTES ET COLS DE CHEZ NOUS



TOPONYMIE

Poggio est un mot italien qui signifie « colline » ou « tertre ». Le qualificatif « petit » lui est accolé pour signifier qu'il est plus court que l'italien et n'est ressemblant qu'à sa première partie.

LIEU DE TOURISME

La proximité des Barrages de l'Eau d'Heure en fait tout son attrait touristique. Le canal du bas les évoque. La vue sur eux depuis la nationale du sommet les matérialise. Les lacs de L'Eau d'Heure sont situés en Wallonie sur le cours de la rivière Eau d'Heure, à cheval sur les provinces de Hainaut et de Namur. Ce vaste ensemble, composé de cinq lacs de retenue, constitue le plus important plan d'eau artificiel de Belgique. Deux grands barrages ont été aménagés dans les années 1970 : celui de l'Eau d'Heure et de celui de la Plate Taille. Il y a également trois pré-barrages aux lieux-dits : Féronval, Ry-Jaune et Falemprise. Le Petit Poggio est proche de celui de l'Eau d'Heure en son pied et de celui de Féronval en son sommet.

LIEU D'HISTOIRE

Pour rétablir les communications entre les villages, on construisit 73 km de routes et 7 km de voiries forestières. La construction des barrages proprement dit débuta le 15 octobre 1971 et se termina en 1980. Le Gouvernement wallon a confié à l'association sans but lucratif (ASBL) « Les Lacs de l'Eau d'Heure » la gestion et l'exploitation du site à des fins touristiques.

LIEU DE CYCLISME

Le plus grand événement fut la victoire de Philippe Gilbert au Championnat de Belgique 2016 dans un circuit exigeant tracé autour des lacs de l'Eau d'Heure. Les professionnels durent y grimper 15 fois les trois côtes du circuit d'environ 800 mètres à 8-9%, la côte de Falemprise, la côte du Ry Jaune et, surtout, le Petit Poggio, situé à 4,5 kilomètres de l'arrivée au barrage de l'Eau d'Heure. Le tour de Belgique et le tour des Régions wallonnes y installèrent aussi de nombreuses arrivées.



ACCÈS

De Walcourt vers Cerfontaine (N978).

A Baileux (Eau-d'Heure), juste après l'intersection avec la rue de Beaupont venant de l'arrière à droite, prendre légèrement à droite le long du canal.

200 mètres après le franchissement de ce canal, prendre à droite. Pied.

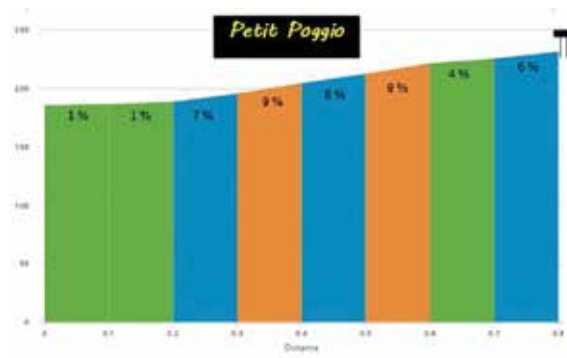
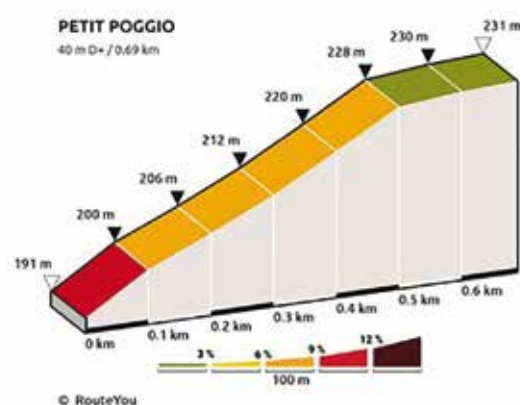
TRACÉ

Parcours naturel en double S sur 800m.

A la nationale 599 : sommet.

DESCRIPTION

Le pied est arboré, l'ascension est dégagée et bucolique. Aucune habitation. Un revêtement très satisfaisant soutient cette ascension.





LIEU DE CYCLOTOURISME

La Plate Taille voit se dérouler un triathlon reconnu, ainsi que la randonnée cyclo Jean-Luc Vandenbroucke aux nombreux parcours variés.

A la FFBC, les cyclos de Couillet vous convient à leur randonnée annuelle du Petit Poggio.

L'ascension est aussi reprise comme numéro 42 du challenge national belge de Bigcycling.eu comprenant 100 fleurons nationaux.

COMMENTAIRES

«Moi, j'appelle ça un Ravel large» Philippe V.

« Quel plaisir de se laisser enrouler dans ces lacets larges et roulants ! » Corine J.

« Pas trop compliquée comme ascension mais en groupe, ça se tire la bourre à chaque fois » Nathan F.

DÉROULONS LE TAPIS ...

Lorsqu'on se trouve au carrefour d'accès un kilomètre avant le pied, on est étonné car la voie à prendre n'a pas de nom, est large et sans circulation, à gauche d'un canal. On dirait presque une voirie privée. Elle tourne à droite d'elle-même après une longue ligne droite pour enjamber le canal puis à gauche pour le longer sur la droite. On voit en face de soi un cul-de-sac et on se demande où aller quand soudain apparaît à notre droite, une route bien dissimulée, plus étroite mais revêtue. C'est le pied.

Le début est juste un faux-plat. La route s'incurve vers la droite et soudain la pente devient beaucoup plus raide, jusqu'à 10 %. C'est la section la plus pentue de l'ascension. Une épingle à cheveu vers la gauche régulière sur le revêtement très correct, mais granuleux parfois, nous ramène dans la deuxième ligne droite, assez longue, régulière et costaute. A notre gauche, le lacet précédent s'inscrit dans un panorama large et ouvert.

La seconde épingle à cheveu est incurvée vers la droite et toujours régulière nous plongeant derrière un talus légèrement arboré. La troisième ligne droite est la plus longue avec l'avantage que l'inclinaison de la pente est bien redescendue vers les 4 %. On profite de ce secteur

VUE D'EN HAUT

Un trésor se chiffre toujours

Versant sud-est

Longueur de la côte	0,8 km
Dénivellation	46 m (185-231)
Pourcentage moyen	5,80%
Pourcentage max./100m	9,00%
Pourcentage max./10m	10,00%
Revêtement	Asphalte
Points Cotacol	37 pts
Temps coureur	2'43"
Temps cycloportif	3'55"
Temps cyclo	4'49"
Temps cyclotouriste	6'02"

bien roulant durant un long moment.

Il reste la dernière épingle à cheveu vers la gauche, plus obtue, moins incurvée, plus déguisée, aux alentours des 6 % jusqu'au sommet où on termine cette dernière épingle en reprenant la nationale vers la gauche. Un vaste parking est présent immédiatement après le sommet. Les ravitos des randonnées s'y trouvent fréquemment.

Voilà qui clôture le trente-sixième épisode des côtes et cols de chez nous. Une envie, une demande à ce sujet pour des descriptions futures. Je suis à votre entière disposition.

Daniel Gobert



LE SECTEUR DE TARAVISÉE

Secteur bombé et varié - 3000m -

FIGHE N°06

PAR DANIEL GOBERT - DANIEL.GOBERT@MAIL.BE

**L'ENFER DU NORD AUX SECTEURS D'OR
A DANS NOS CHAMPS UN VRAI PENDANT
PAVÉS WALLONS POUR FAIRE DES BONDS
CROSS ATTITUDE D' ENFER DU SUD**

Daniel Gobert vous emmène cette fois-ci en province de Namur.

APPROCHE SECTORIELLE

Ce secteur se situe en province de Namur, dans le nord de celle-ci, à travers la commune de Grand-Leez.

Tous les Thibaut vous le diront à Grand-Leez, ce petit beau secteur est un grand laid. T'as révisé tes pavés et tard avisé de faire Taravisée? Il est possible qu'après quelques mètres tu te sois ravisé. Loin de Bombay mais tellement bombé, tellement crevassé, ondulé, sectorié, tarabiscotté. Un secteur où l'inconnu et le surprenant prennent à tout moment. De la rue Taravisée et ses plus mauvais pavés à la rue du Pont des Pages, chaussée aux doux pavés avec l'asphalte de la rue du Cimetière comme entremets, ce secteur de marque a de quoi allécher tout cyclo paveur.

SI VOTRE PAVAGE RESSEMBLE À VOTRE PLUMAGE

Le bombage est très marqué dans la première partie tout le long de la rue Taravisée. En voiture si on veut conserver le bas de caisse intact, on doit mettre une roue dans la bas-côté et rouler légèrement de travers. A vélo, si on choisit le haut du pavé il faut être habile car le centre du bombage est étroit. Ailleurs, les trous et ondulations sont légion. Il y a deux parties asphaltées incluses, l'une après 200 mètres, très courte ; l'autre parcourant toute la rue du Cimetière. Enfin pour terminer, la rue du Pont des Pages est la grande chaussée régionale et le pavé y est beaucoup plus doux, sans bombage et sans surprise.

PAVÉ D'ORIGINE

À l'époque romaine, la localité était reliée par un diverticulum à la chaussée romaine Bavai-Cologne : une importante colonie s'y était établie ainsi qu'en témoignent de nombreux vestiges (tumuli, poteries, monnaies).

Entre 1850 et 1860, environ 150 habitants de Grand-Leez émigrèrent aux États-Unis et s'installèrent près de la ville de Green-Bay dans le Wisconsin. Ils y fondèrent un village qui fut initialement baptisé Grandlez et s'appelle maintenant Lincoln (comté de Kewaunee).



PAVÉ DE RANDO, PAVÉ DE COURSE

Peut-être le club de Gembloux, très proche de ce secteur, devrait-il songer à inclure ce petit « enfer du sud » dans une de ses randonnées pour cyclos affirmés. S'il ne l'a déjà fait ...

ETYMOLOGIE



On trouve la première mention de Leez dans un acte daté de 805, dit « la villa de Leez », où le seigneur nommé Nebelong cède ses biens à l'abbaye de Saint-Denis, près de Paris.

En 805, on trouve « Les », du latin lecem (rencontré au 10^e s) ou « lach » en celte, signifiant mare. En breton, leis veut dire mouillé, humide. Pendant des siècles, Grand-Leez a compté de nombreuses prairies marécageuses. Ces étendues herbeuses et gorgées d'eau avaient succédé à un lac, allant des confins de Gembloux jusqu'à ceux d'Aishe-en-Refail.

Le mot Taravisée, également employé dans d'autres communes voisines comme à Franière, viendrait du wallon « t'as ravisé ? », signifiant « t'as bien regardé ? », notamment en rouchi-picard. Lieu de guet ou lieu de rencontres amoureuses illégales ? Les analyses divergent.

L'ENFER DU SUD VOUS ENTOURE DE SES TURPITUDES

Les secteurs pavés sont très fréquents dans la zone. Le n°1 de notre série montrait au nord-est de celle-ci, le fameux secteur de Jausselette entre Noville-sur-Mehaigne et Perwez. On pourrait relier les deux en passant par le secteur cabossé du Bois de Grand-Leez, se terminant 400 mètres avant l'entrée de notre secteur. On pourrait aussi le faire suivre du secteur de Lonzée au sud-est de Gembloux ou de Bossière au sud-ouest de la même localité. Il y a de quoi faire un fameux « enfer du sud » dans la région. Quel organisateur s'y risque ?

BRANCHEMENT SUR SECTEUR

A la sortie de Perwez, prendre la direction de Grand-Leez par la chaussée Romaine. Prendre à gauche ensuite, rue de Perwez. Après 500m, prendre à droite la rue de Taravisée, juste avant une maison portant son nom. C'est le début du secteur.

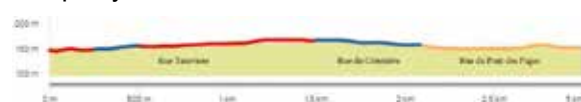


PAVÉS NUMÉRIQUES

De Grand-Leez (Sauvenière)

A Grand-Leez (Perwez)

Longueur du secteur :	3000 m
Longitude entrée :	4.77838
Latitude entrée :	50.59716
Longitude sortie :	4.74918
Latitude sortie :	50.58018
Sous secteurs :	5
Bombage :	4 (très prononcé)
Pavage :	3 (médiocre)
Bas-côtés :	talus, champs, haies
Pente intérieure :	Entre -2 % et 4%
Largeur du secteur :	3m10 (fin : 5m60)
Points Pavacol :	246 Pavapoints
Temps coureur :	5'07"
Temps cycloportif :	8'16"
Temps cyclo :	11'11"
Temps cyclotouriste :	14'04"



Le cyclo est de suite mis au courant de ce qui l'attend, il va chercher à mettre ses roues là où il est possible de passer. Après une période de pluie, les flaques sont fréquentes. Les pavés explosés ou manquants sont légion mais ne me faites pas dire ce que je n'ai pas dit, il y a moyen de passer même à une certaine vitesse. Cela demande juste une technique d'un niveau acceptable et une vue prévisionnelle affûtée.

Après avoir dépassé le premier croisement avec une rue à sa gauche, il retrouve un très court tronçon asphalté mais il n'en profite pas longtemps.

Le pavé qui suit est d'autant plus compliqué qu'il offre une pente de 4 % sur un hectomètre.

Le cyclo aborde alors une longue ligne droite avec un large panorama ouvert sur sa gauche et une longue haie parfois entrecoupée d'entrées de propriétés sur sa droite. Cette ligne droite offre un double bombage, c'est-à-dire un bombage central et un autre inférieur si on veut rouler à droite de la rue. Les carrefours offrent, si on peut s'exprimer ainsi, des endroits défoncés et de fortes différences de niveau.

Un virage à gauche le mène dans une nouvelle ligne droite, très longue avec des champs de part et d'autre. Il y trouve par deux fois un hectomètre asphalté mais uniquement sur la moitié de la rue. Une très légère courbe à gauche et il voit la fin des champs et des arbres au bout de la travée. Fin de la rue Taravisée et des mauvais pavés.

Il traverse le carrefour et emprunte la rue du Cimetière, entièrement asphaltée, qui le mène à la grande chaussée reliant Grand-Leez à Gembloux, avec le joli nom de rue du Pont des Pages.

Sur celle-ci, durant 800m, il retrouvera des pavés beaucoup plus doux, bien rejointoyés, sur une route plus large sans bombage médian. Sur un pavé pareil après ce qu'il a vécu auparavant et vu le nom de la localité suivante, on peut dire qu'il boit du ... petit lait.

Voilà qui clôture le sixième épisode des bons vieux pavés de chez nous. Une envie, une demande à ce sujet pour des descriptions futures. Je suis à votre entière disposition.

Daniel Gobert

INSOLITE

PAR JULIEN MAJKOWSKI - PARTIE VIII

Contexte, rappel : Après plus de 70 ans de vélo, suite à mon handicap, comme je roule lentement et souvent en solitaire, j'ai le temps d'admirer le paysage, et j'en ai fait des rencontres insolites !!!

Comment le raconter ? Je vous propose une ligne de conduite chronologique avec parfois des prolongations dans le temps, et le contexte.

Pour mes balades en partant de Chertal, suite

Vers l'Ouest en restant le long du canal je pouvais aller jusqu'à Lanaken et en changeant de rive, revenir par un autre chemin.

Ah, ce canal, incontestablement c'est là qu'il y a le plus de souvenirs. Pour les non conservateurs des revues, revoici la photo de Chertal,



Vue aérienne de Chertal

Le point de départ est mon bureau situé au centre de cette photo. C'est parti, je vous emmène faire un beau voyage plein de découvertes le long de la Meuse et du canal Albert.



Mon bureau, dont il est difficile de nier que j'aime la nature.



Ciel rougoyant

Par un beau matin, par la fenêtre de mon bureau on pouvait voir parfois un beau ciel rouge, alors que du côté laminoir, par exemple le dégrossisseur écrase allégrement un slab de 30 tonnes de 30 cm d'épaisseur, chauffé « à blanc », pour le transformer en une ébauche de 3 cm d'épaisseur



Le dégrossisseur

Et c'est parti, Sur le plan d'eau situé en bas à gauche de la fig 8.1, il y a beaucoup de variétés d'oiseaux. Suivant des relevés ornithologique d'époque, on y rencontrait les types d'oiseaux suivants (Dont beaucoup ont été bagués) :

Pour les oiseaux d'eau ou de marais : canard col vert, fuligule morillon et milouin, goéland, grèbe, poule d'eau, Foulque macroule, cormoran, mouette, héron, chevalier guignette, hirondelle, martin pêcheur,

Pour les rapaces et autres oiseaux : buse variable, épervier, faucon crécerelle -- étourneau, grive, merle, rouge-gorge, rousserolle verderolle, martinet

Il faut bien le dire en plagiant Serge Lama, « en ornithologie » je n'y connaissais rien.

Grâce aux photos prises, avec l'identification faite par un fiston, et pour les cas plus difficile par un ami féru en ornithologie, de balade en balade, j'ai progressé. Facile de progresser quand on part de presque zéro !!!



Plan d'eau



Nid de cormorans

Et le plus « extraordinaire » c'était les centaines de cormorans. Le site était régulièrement visité par des ornithos venant même des pays voisins. Même en été, les branches des arbres étaient blanchies par leurs fientes

Trèves de blabla, partons à vélo

En suivant la Meuse, fig 7, non ce n'est pas la jungle, on est toujours sur le territoire de Chertal.

Et sur la droite de cette photo, 50 mètres plus loin, c'est la Coulée Continue !!



La jungle

En poursuivant le chemin, s'offre au regard, un autre plan d'eau couvert de nénuphars et de quelques oiseaux



Nénuphars



Au Comte de Mercy

On est sur le territoire du comte de Mercy.

A propos du comte de Mercy, je suppose que cela ne vous dit rien. Ben ce brave comte était un illustre diplomate ayant eu, entre-autre, une forte influence sur Marie-Antoinette et Louis XVI.

Il serait même intervenu dans leur tentative d'évasion en 1791.

Fig 8.9 Au Comte de Mercy fichier Mercy

Comme je le disais, ça change de Srin' (Seraing).

Fig 8.10 Les oies Fichier Oies

Encore quelques centaines de mètres, et un vol lourd d'oies passe au-dessus de ma tête, puis le long de la Meuse, le comité d'accueil, des oies....

Oui, mais en regardant de plus près, il y a aussi des bernaches du Canada, des bernaches nonette, des ouettes d'Egypte reconnaissable avec leurs yeux au beurre noir

Un beau jour, une des nonettes fraîchement baguée boitait en marchant soit blessée par la bague, ou voulant s'en débarrasser !!!

Et comme on dit dans les feuillets, « à suivre »



Les oies



COURRIER DES LECTEURS

TOUR DE BELGIQUE 2022

RUDYARD MEURISSE AOUT 2022

50,26012, 4,9107, 156,0m
1 août 2022 16:41:42

JOUR 0 : REJOINDRE LE LIEU DE DÉPART

«- Non, nous n'acceptons pas les clients de passage !

- Mais c'est juste une petite tente d'une personne et il n'y a pas d'autre camping dans le coin !?

- Désolé, nous ne pouvons pas vous recevoir.»

Mon tour de Belgique n'a pas encore commencé, et déjà les emm... s'accumulent : déjà à Namur ce matin je constate que j'ai oublié de charger le parcours gps pour le trajet jusque Couvin, départ de mon tour. Heureusement, la route est simple : remonter le cours de la Meuse jusque Hastière et suivre ensuite le Ravel de la ligne L156 vers Mariembourg puis quelques kilomètres de route pour arriver à Couvin. Le seul souci sera de retrouver le camping du Roi Soleil, que j'ai repéré dans la préparation du voyage. Mais je ne m'en fais pas trop, il y aura bien quelqu'un sur place pour m'indiquer le chemin...

En route donc, vers le sud, quitter d'abord Namur via le tout nouveau, tout beau Grognon. Ensuite, les villages défilent sur ce chemin de halage tant et tant de fois parcouru et dont on ne se lasse pas : La Plante, Wépion, Profondeville, Yvoir, Anhée, pour arriver à Dinant, où je prends le temps d'un déjeuner.

J'aime Dinant. Je m'y sens l'âme d'un touriste, plus qu'à Namur, où l'on va pour « faire quelque chose ». J'aime rester sur le pont Charles de Gaulle, et ses saxophones, à rêver devant la citadelle et collégiale au clocher si (a) typique, et regarder passer les bateaux-mouches. Mais le sandwich ayant vécu, il est temps de repartir. Et c'est là que je constate que la balise SPOT ne fonctionne pas. Elle est sensée enregistrer en permanence ma position pour un suivi de mon parcours en temps réel. C'est la première fois que j'utilise ce système, et je suppose que j'ai dû oublier de « pouchiën botton ». Mais il faut vraiment partir, et je verrai donc cela ce soir au camping. Il faut que ce soit absolument en ordre pour le vrai départ demain.

L'impressionnant rocher Bayard, Frey et son château, Waulsort et voilà enfin Hastière où il faudra bien quitter le fleuve pour aller chercher le Ravel. Après une trentaine de kilomètres sans histoire, voici Mariembourg, et peu après, Couvin, où le bâtiment de Saint Roch semble tou-

jours à vendre. Cela dit, personne ne semble connaître l'existence d'un camping à Couvin, et il me faut plus d'une demi-heure pour me trouver enfin devant son entrée et entendre cette fin de non-recevoir, puis encore une demi-heure pour confirmer qu'il n'y a pas d'autre possibilité de camper à Couvin...

Il y a, heureusement, à quelques kilomètres de là, à Bous-su-en-Fagnes une « zone de bivouac ».

Le bivouac, c'est-à-dire le « camping sauvage », est interdit en Belgique, mais il existe des aires officielles où l'on peut planter sa tente pour une nuit. C'est le cas, notamment sur le trajet de la « Grande Traversée de la Forêt du Pays de Chimay », un réseau de sentiers GR qui s'étend de l'extrême ouest de la botte du Hainaut, jusques à Hastière. C'est donc finalement à la tombée de la nuit que je peux, exténué, profiter d'un repos mérité.

JOUR 1 : COUVIN — ANTOING



Un des plaisirs du bivouac est de découvrir la nature autour de soi au réveil. Je concède qu'une aire de bivouac dans la forêt du pays de Chimay peut avoir moins de charme que le campement au bord d'un lac en Suède, mais le chant des oiseaux, les senteurs de la forêt, le calme et l'impression de se trouver loin de la civilisation, alors que l'agitation ne se trouve qu'à quelques kilomètres procurent un sentiment de bonheur apaisé.

Cependant, une journée de route m'attend et il faut donc m'extraire de ma rêverie et penser à préparer le petit déjeuner, démonter la tente et remballer tout le matériel. Mais avant tout, sacrifier aux exigences de l'ère des ins-

COURRIER DES LECTEURS

truments de communication, et trouver un endroit baigné de soleil pour y installer le panneau solaire et recharger les appareils électroniques. Et bien entendu, revoir le fonctionnement de cette balise SPOT que je n'ai pas pu vérifier hier soir.

Toutes ces occupations achevées, il est finalement 10h30 quand je suis à nouveau à Couvin, à la recherche du précieux cachet qui marquera le départ effectif de mon tour de Belgique. C'est Christine, dans son snack-bar, qui me l'offrira, et, consciente et fière de l'importance de son rôle, elle fera d'abord des essais sur des feuilles volantes avant de l'apposer, solennellement, dans la première case de mon carnet...

Sur la route, on voit ça et là un panneau « Pays des vallées ». En effet, partant des bords de l'Eau Noire, on rejoint rapidement l'Eau Blanche puis, après un sympathique retour sur la L156, on quitte ces vallées et, nécessairement, pour cela, on grimpe... Cela va même grimper assez bien, grosso modo, jusque Froidchapelle. Ensuite, avec des hauts et des bas, cela redescendra doucement vers Givry et la vallée de la Trouille (même pas peur !), puis Dour où l'on rejoint définitivement le « Plat Pays ».

« Welcome To My Garden » (WTMG) est un réseau de personnes offrant un espace de bivouac gratuit dans leur jardin pour des voyageurs et voyageuses adeptes du « slow travel », c'est-à-dire randonneurs et cyclotouristes (<https://welcometomygarden.org>). D'autres réseaux similaires existent déjà, comme Couchsurfing et WarmShowers (exclusivement cyclistes), qui au départ des USA, sont devenus des organisations mondiales avec des centaines de milliers, voire des millions de membres. WTMG est une sympathique initiative, belge au départ, et qui, fort heureusement s'étend à présent dans les pays voisins. Le réseau se base sur 1) le bénévolat : l'hébergement et les services annexes éventuels (eau, électricité) sont gratuits, 2) la réciprocité : pour être membre et bénéficier d'un accueil, il faut en proposer un dans son propre jardin.

C'est donc vers vingt heures que j'arrive chez Jean-Claude, membre WTMG que j'ai contacté dans la journée via une appli smartphone, et où je vais même bénéficier d'une douche chaude bienvenue !

JOUR 2 : ANTOING — LA PANNE

Grand merci à Jean-Claude pour son hospitalité. Domage, le site de WTMG ne permet pas les « likes » ni les commentaires. Quelques difficultés pour obtenir un cachet chez les commerçants du coin, et il est finalement à nouveau presque 10h30 quand je découvre l'Escaut à la sortie d'Antoing.

En route donc pour la côte belge. Pas très poétique ici, l'Escaut. Il est canalisé et sert plus à la circulation des marchandises qu'à celle des cyclotouristes. Je le suis néanmoins par facilité, en espérant une amélioration du paysage, qui ne viendra que bien plus tard. En traversant Tournai, j'ai quand même l'occasion, au détour d'une ruelle, d'apercevoir de loin la cathédrale Notre-Dame, aux cinq clochers dont quatre sans cloches (!).

Il faudra donc attendre de passer l'écluse de Kain et atteindre la station d'épuration d'Ipalle pour enfin voir des arbres le long de la rive et longer un fleuve, même si on garde l'impression de suivre un canal. Est-ce dû au paysage, à Jacques Brel ? Aucun risque, en tout cas, de voir « un ciel si bas qu'il fait l'humilité », il fait beau, chaud même (plus de 30°C), et l'azur est d'un bleu éclatant.

A Espierres-Helchin, l'Escaut fait la frontière entre la Wallonie et la Flandre, et j'en profite pour le traverser et m'enfoncer en terre flamande en direction de Courtrai. Et c'est dans cette ville, sur la Grand-Place, assis sur le sol à l'ombre du Beffroi, que je prendrai la pause-déjeuner, car la place est inondée de soleil et le seul banc à l'abri est « overbooké » !

Menin, Ypres ensuite, où je fais un arrêt indispensable devant l'un des multiples lieux de mémoire de la ville, hommage à tous ces soldats morts ici lors de la première conflagration mondiale. Puissions-nous nous souvenir encore longtemps de ces militaires, héros malgré eux, victimes de ce cataclysme.

En quittant Ypres, je retrouve un chemin de halage, cette fois, le long de l'Ieperlee canalisée, une ancienne rivière, et qui aujourd'hui, inutilisée pour le transport, fait la joie des pêcheurs et des promeneurs. Et c'est là, sur les lieux même du Salient d'Ypres, ligne de front entre les belligérants de 14-18 que je tombe en arrêt devant ce paysage comme sorti tout droit d'un tableau de Monet ou de Seurat, avec les lentilles d'eau, myriade de petits points qui forment un tapis à la surface du canal. Arrêt, le temps de prendre une photo et profiter un instant du calme et de la beauté du lieu. C'est aussi pour ce genre d'émotion, ces petits moments de grâce, que l'on pédale, n'est-ce pas ?



Ce soir, je dors à La Panne, classiquement, au camping Greenpark. Le bureau est évidemment déjà fermé quand j'arrive, mais, pour une fois, des explications affichées, très claires, permettent de trouver un endroit convenable pour planter la tente.

JOUR 3 : LA PANNE - ASSENEDE

Une des raisons pour lesquelles j'ai choisi d'effectuer ce tour de Belgique dans le sens horlogique était de bénéficier des vents dominants du sud-ouest, de La Panne à Anvers. Batailler contre le vent n'est pas mon sport favori. Pas de chance, nous sommes sous l'influence d'un fort anticyclone : il fera beau toute la semaine qui vient, et le vent viendra du nord-est ! Heureusement ce sera une légère brise, somme toute bienvenue.

Je choisis de rouler le plus possible sur la digue, là où cela est permis. Vu la fréquentation, cela roule moins vite que sur la fameuse « Tramlaan », mais il y a de la vie, des promeneurs, des cyclistes et ... des cuxtax !



Comme on pouvait s'y attendre, la plupart de ces cuistax ont bougrement changé depuis mes derniers séjours à la côte (il y a 40 ans ?). Je n'ai pas vu de CAE (cuistax à assistance électrique ?), mais cela ne saurait tarder, au grand bonheur des parents et grands-parents chargés de pédaler

Et les stations balnéaires se succèdent. Cela fleure bon les vacances! Oostduinkerke, où je fais un petit détour pour aller revoir la villa de vacances de mon école – nostalgie ; Nieupoort, Middelkerke, où j'arrive à jeter un rapide coup d'œil par-dessus l'enceinte sur les statues de sable du fameux festival annuel ; Ostende, où je suis arrêté un moment par un impressionnant pont-levis, le temps de laisser passer un non moins impressionnant porte-containers ; Le Coq (tiens, « de mon temps » il y avait un karting ici !) ; Blankenberge et, last but not least, Knokke, bien sûr !

Pas le temps, malheureusement, de pousser une pointe jusqu'au Zwin. Je m'éloigne donc à présent de la côte et de la foule des estivants. Sans vraiment m'en rendre compte, voilà que je me retrouve aux Pays-Bas, à Sluis exactement. Pas tellement différent de « chez nous » si ce n'est, ah oui, tout-à-coup au détour d'une rue, l'inévitable moulin à vent ! Chaque fois que je rencontre un de ces moulins, je ne peux m'empêcher de me demander si des comités de quartiers de l'époque ont fait des pétitions contre la construction de ces « éoliennes »...

Mais il est tard, préoccupons-nous de notre logement. Ce soir je planterai ma tente dans le jardin de la maison de Tony et Rita, membres de WTMG, à Assenede. Excellent accueil, je suis étonné de constater que comme Jean-Claude à Antoing, mes hôtes ne sont pas des voyageurs au long cours qui réciproquent ce qu'ils ont reçu ailleurs, mais des gens altruistes, désireux de rencontres et de contacts humains. Bravo et merci à eux. Malheureusement, je loge juste à côté d'un véritable zoo aviaire : poules, coq, dindon et même un paon. Tous ces voisins ont manifestement des insomnies car ils me gratifieront d'une très longue aubade dès quatre heures du matin...

JOUR 4 & 5 : ASSENEDE – STEKENE - HOOGSTRATEN

C'est finalement vers 10h30, et pas trop en forme, que je quitte Tony et Maria. Direction Zelzate d'abord, où cela chipote un peu dans les pistes cyclables autour et alentour du ring et des grand-routes. Je finis quand même par m'extirper sain et sauf et atteindre la voie verte vers l'est. A Moerbeke, petit détour pour faire un coucou surprise à une ex-collègue, mais il n'y a personne, ils sont vraisemblablement en vacances. Je poursuis donc mon itinéraire, mais quelques kilomètres plus loin, à Stekene, cela ne va plus du tout et il faut absolument que je voie un médecin. Après quelques allers-retours et tribulations, je finis par obtenir un rendez-vous. (merci au personnel de MultiPharma). Après quoi il ne me reste plus qu'à me trouver un camping qui, par chance, ne se trouvera qu'à 3 kilomètres et y poser mes paquets.

Ce matin, après une vingtaine de kilomètres d'agréables petites routes de campagne, j'arrive dans la grande banlieue d'Anvers. Comme je n'ai pas trouvé de chemin permettant de passer l'Escaut plus au nord, je vais devoir traverser une partie de la métropole pour rejoindre Kalmthout. Voici Beveren, et puis Zwiindrecht, c'est une nationale, d'accord, mais il y a une magnifique piste cyclable (nous sommes bien en Flandre !) et le paysage est beaucoup plus « aéré ». que je ne le craignais. La balade n'est donc pas désagréable, finalement. Et j'arrive donc ainsi enfin en vue de l'Escaut. Mais pas du tout devant un pont,



comme je pensais en trouver un, ni devant un terminal de ferry ou même un simple bac, rien.

J'ai une grande confiance dans Garmin et Google, car je n'ai qu'exceptionnellement eu une mauvaise surprise, mais là, devant cette étendue d'eau désespérément vide, un grand doute m'envahit. Pourquoi l'itinéraire me conduit-il ici ? Où vais-je pouvoir passer ? Il est évidemment exclu d'emprunter un tunnel autoroutier. Tunnel ? Je remarque soudain un grand nombre d'allées et venues vers un petit bâtiment tout proche. Des piétons et des cyclistes entrent et sortent en permanence. Je m'approche, oui, c'est le tunnel historique Sainte-Anne (1933), magnifiquement préservé, sauf que, pour mon malheur, les ascenseurs sont hors service pour rénovation. J'emprunte donc les impressionnants escalators (il y en a quatre : deux sur chaque rive). Sur le dernier, le guidon du vélo s'accroche systématiquement à chaque cadre photo fixé au mur. Je n'arrive pas à l'écartier du mur car la charge du vélo devient trop lourde pour moi. Et ce qui devait arriver arrive : la chute et la dégringolade sur l'escalator. Heureusement, de bonnes âmes ont pu arrêter la machine en urgence et porter le vélo jusqu'en haut de l'escalier. Je m'en sors donc avec quelques éraflures et contusions.



Je peux donc reprendre la route : Kalmthout, donc, puis Wuustwezel, Loenhout. Parcours un peu monotone, sur la piste cyclable d'une

longue route secondaire, mais un peu de calme est bienvenu après les émotions des deux derniers jours. L'hôte WTMG qui avait accepté de m'accueillir la veille me signale que son jardin n'est pas disponible ce soir. Il faudra encore pédaler une dizaine de kilomètres supplémentaires pour trouver un camping, où il est fort tard quand je pose mes paquets.

JOUR 6 : HOOGSTRATEN - LANAKEN

En fait, je ne pars pas de Hoogstraten puisque j'ai dormi près de Merkplas. Je ne repasserai donc pas devant l'impressionnante tour de l'église Ste-Catherine (plus de 100 mètres de haut) que j'ai juste pris le temps de photographier hier soir. Quand on pense aux moyens rudimentaires dont les bâtisseurs disposaient au 16ème siècle, cela force l'admiration.

En route, donc, et le premier objectif sera de rejoindre mon itinéraire. Ensuite, rouler vers Turnhout, mais bifurquer vers l'ouest un peu avant la ville pour prendre un des nombreux chemins de halage que je suivrai aujourd'hui. Celui-ci longe le canal « Shoten – Turnhout – Dessel »



Après quelques kilomètres, j'ai déjà un peu de distraction sous la forme d'un petit bac pour piétons et cyclistes. Je n'entends pas de moteur, serait-il à « traction humaine » ?

Je quitte le canal à Mol pour me diriger vers Lommel, où je ferai la pause-déjeuner. Il est temps, car il fait très chaud, vraiment très chaud, et je n'ai plus rien à boire du tout depuis une vingtaine de kilomètres. C'est un inconvénient de ces chemins de halage, Ravels et autres voies vertes réservées au « slow travel » : ils manquent cruellement de buvettes, petits shops,... Une question de rentabilité, vraisemblablement.

En arrivant à Lommel, je me dirige donc illico, comme vers une oasis, vers le Carrefour Market, que j'ai repéré via Google Maps. Tiens, le parking est vide... mais le magasin est fermé !? Comment est-ce possible, ces magasins ne ferment que le dim... Mais c'est dimanche, aujourd'hui !! Gros stress, trouver de l'eau et de quoi manger, rapidement. Ouf, le centre de Lommel est 1) proche 2) piétonnier, on y trouve de nombreux snacks et même l'inévitable et bienvenu shop asiatique.

Départ Ensuite vers un autre chemin de halage, un autre canal, cette fois c'est le « Bocholt – Herentals » que je quitte déjà une dizaine de km plus loin pour rejoindre Hamont-Achel, ville relais obligée. Dans les environs de Bocholt, je rejoins encore un autre canal, le Zuid-Willemsvaart, cette fois. Je le suivrai jusqu'à ma destination du jour : Lanaken. Je n'avais jamais réalisé à quel point la Flandre est parcourue par de nombreux canaux. C'est évidemment un avantage énorme pour le tourisme lent, mais il faut bien reconnaître que les paysages en sont assez monotones et qu'au bout d'une journée quasiment complète à les suivre, on est un peu lassé...

Une surprise de taille m'attendait cependant encore près de Maasmechelen, sous la forme d'un très bel ouvrage d'art, dédié à la traversée exclusive du canal par les usagers lents. Bluffant, comme on dit de nos jours...

Et c'est donc, une fois de plus, bien tard, que j'arrive au camping, après la plus longue étape de ce périple, 122 km avec moins de 150 mètres de D+, mais assez fatigante à cause de la chaleur caniculaire. Ce ne sera cependant, et de loin, pas la plus difficile...



JOUR 7 & 8 : LANAKEN – KELMIS – SANKT-VITH

A nouveau, et une fois de plus, un canal pour commencer la journée. Apparemment un canal de liaison entre le Zuid-Willemsvaart que nous suivions hier, et le canal Albert. Après une bonne vingtaine de kilomètres, cette voie d'eau rejoint la Meuse sous la protection du fort d'Eben-Emael, que je ne verrai pas, bien sûr, caché qu'il est derrière les falaises. Je traverse la Meuse et j'arrive ainsi à Visé juste à temps pour savourer un dernier lunch en plaine...

A la sortie de Visé, je comprends très vite que je vais avoir l'occasion de regretter les canaux que je trouvais un peu lassants hier. A partir d'ici cela n'arrêtera en effet presque plus de monter jusqu'au plateau des Fagnes. Et parfois, cela monte réellement : 10% ce n'est pas une pente impossible, mais avec un équipage qui fait près de 40 kg, cela devient quand même du sport. C'est ainsi que j'arrive d'abord aux célèbres Fourons, qui ont animé la vie politique belge il y a quelques dizaines d'années.

Ensuite, ce seront Hombourg, Montzen, Moresnet, et son viaduc historique, mais il est déjà 15h00 quand j'arrive à La Calamine (Kelmis). Je me rends compte que je progresse très lentement et l'objectif d'arriver ce soir à Saint-Vith est illusoire. Je décide donc d'arrêter, et le hasard me propose le « Natur-Camping », qui se révélera être un pur et dur écolo, un bivouac avec douches et sanitaires, le pied ! Je dormirai parmi les poules (pas trop matinales heureusement !), et le chat du proprio fera même une inspection de ma tente !



A la sortie du camping, je prends la direction d'Eynatten, puis par monts et par vaux, direction Raeren, où je trouve enfin la Vennbahn, ancienne ligne de chemin de fer « ravelisée », un rêve pour tout voyageur à vélo... Ce chemin me conduira jusque Saint-Vith, par des pentes douces et paysages enchanteurs

Si vous avez déjà emprunté la Vennbahn, peut-être vous êtes-vous demandé pourquoi, dans les environs d'Elsenborn/Bütgenbach, il faut quitter le ravel, pour y revenir quelques kilomètres plus loin après deux longues lignes droites à angle droit. La raison en est qu'une population de traquets taries, espèce d'oiseaux menacée d'extinction, s'est (s'était ?) installée sur le tronçon concerné. Un groupement politique local a obtenu, après une longue bataille politico-juridique, que l'on détourne le trafic du ravel afin de ne pas déranger ces volatiles. On peut quand même se demander pourquoi la ligne de draines a pu continuer à fonctionner, comme j'ai pu le constater....





JOUR 9 : SANKT-VITH - ARLON

A Saint-Vith, la Vennbahn prend la direction du Grand-Duché. Nos routes vont donc se séparer là. A regret, je la quitte donc et je prends la direction de la pointe extrême sud de la Belgique. Gouvry d'abord, par des petites routes typiques aux paysages de collines verdoyantes. A Gouvry, je roule un moment littéralement sur la frontière avec le Grand-Duché. Je rejoins ainsi le RAVeL (ligne 163), bien agréable, qui me conduira directement jusqu'à Bastogne. Une promenade tranquille de 30 kilomètres.

Bastogne. La seconde guerre mondiale est partout ici, et l'offensive Von Rundstedt, évidemment, le Mémorial du Mardasson, les divers musées, le monument Patton, le char Sherman, et j'en passe... Respect, bien sûr, mais aujourd'hui, ce que j'irai contempler, c'est le monument à la gloire de notre sport, hommage à la doyenne des classiques, Liège-Bastogne-Liège, sur le rond-point à la sortie du ravel, sur le tracé de la course, où les coureurs quittent la ville pour retourner vers Liège. Vive Remco !

Ensuite, c'est la campagne, à nouveau, les villages se succèdent, aux noms typiques : Assenois, Clochimont, Grandru, Vaux-sur-Sûre, Menufontaine, Fauvillers, Bondange. Paysages verdoyants, malgré la chaleur, maisons de pierres grises. Et puis soudain, la société de consommation me retombe dessus : Martelange ! La nationale 4. A peine arrivé, j'aperçois déjà les stations service, évidemment, du côté « Luxembourg » de la route, les unes à côté des autres. Je suis en bas de la côte, et je vais ainsi pouvoir les passer toutes en revue. Plus de trois kilomètres, une interminable montée et une file continue d'autos qui attendent leur tour pour se gaver « d'énergie ». Toutes les marques d'essences que je connais sont là, et l'une ou l'autre dont je n'ai jamais vu le nom auparavant ! Et après les stations, la cerise sur un gâteau un peu amer, sur près d'un kilomètre, une pente de 10%. Ouf, j'en suis quitte.

Je quitte la N4 à la première sortie, elle n'est d'ailleurs plus cyclable au-delà. La route devint très vallonnée et la vitesse de progression s'en ressent. C'est évident, je n'arriverai pas à Athus aujourd'hui. Même Arlon paraît encore fort loin, et je choisis donc un camping situé juste avant la ville. Il est établi en bordure de la N4, c'est clairement un camping de passage, une étape sur la route du soleil pour les vacanciers venus du nord, le temple du mobil-home. Nous sommes à l'opposé du Natur-Camping, mais qu'importe, il s'agit juste de se reposer et de prendre une douche.



Et c'est là que m'attend une surprise de taille : des sanitaires tout entiers dédiés à la ville de New-York. Les murs couverts de photos de la cité, un écran qui montre en boucle des vidéos de « Big Apple », un cd qui diffuse des chansons de Frank Sinatra jour et nuit, et même une copie de la statue de la liberté !



JOUR 10 : ARLON — BOUILLON.

A la fin du p'tit dej la bonbonne de gaz rend l'âme ! Je profiterai donc de mon passage à Arlon pour en acheter une, pensai-je. Sauf que Google ne renseigne pas de boutique de sport ou de trekking à Arlon ! Dès lors, je prends la direction du bureau de tourisme, je me fraie un passage un peu laborieusement, car c'est jour de marché, et je m'entends dire qu'en effet, il n'y en a plus, Decathlon est passé par là. Il faudra donc aller à Sterpenich. L'employé, cyclotouriste passionné, me conseille d'emprunter le simili RAVeL luxembourgeois pour aller ensuite vers Athus.

En route, donc, pour ce petit détour, pas très bienvenu au départ, mais qui se révèle être une belle promenade sur cette voie verte que je découvre, en effet, juste après la frontière et qui m'amène en douceur à l'entrée d'Athus. Cette diversion décathlonienne a néanmoins rajouté quelques kilomètres à une journée qui s'annonçait déjà bien chargée...

Peu après Athus/Aubange on entre en Gaume. Je passerai la journée à la traverser d'est en ouest, et fidèle à sa réputation de microclimat, elle me gratifiera toute la journée de températures supérieures à 30°C (à l'ombre !). Heureusement, la route est belle, si l'on évite la nationale, et jusque Virton c'est plutôt en descente, que demander de plus !

Mais il est déjà près de 15 heures quand je prends la pause-déjeuner, ce n'est pas encore aujourd'hui que je ferai beaucoup de tourisme, tant pis pour le Musée Gaumais... En route, une première grimpe vers Meix, les



autres suivent dans la foulée, Pin, Florenville. Puis, pour terminer la journée en beauté, la longue descente vers la Semois, et Bouillon (10 km), qui nous ramènera quasiment à l'altitude de Virton. Oui, Bouillon se situe bien au creux de la vallée, c'est-à-dire que la journée de demain débutera en fanfare...

Le seul camping à Bouillon même est le Moulin de la Felize, tout en haut de la Route de France... Quand j'arrive en bas de la côte, je salue une vieille dame sur le pas de sa porte. Elle me répond : « vous n'arriverez pas en haut » ! Pourquoi ai-je tout-à-coup l'impression qu'elle a le nez crochu, un grand chapeau noir et un vieux balai ? Prudent, j'entame donc l'ascension en 24/36. Tout ne se passe pas trop mal, c'est lent (4-5 km/h), mais j'avance, et puis ce qui devait arriver arrive : la chaîne rate une dent et je me retrouve par terre ! Impossible de repartir sur le vélo, la pente est trop forte. Pour conjurer le sort que m'a jeté la sorcière, il ne me reste plus qu'à pousser la bécane jusqu'au sommet...

JOUR 11 : BOUILLON - COUVIN.

Comme prévu, la journée commence par quelques km de côte jusque Corbion, pour replonger ensuite vers Poupehan, où je ne verrai pas les kayaks, interdits de sortie à cause de la sécheresse. Remontée encore vers Roche-

haut où je m'arrête au magnifique point de vue de Frahan, site classé au patrimoine naturel wallon, superbement conservé, avec un panorama saisissant sur une boucle que fait la Semois autour des crêtes de Frahan.

Mais le temps passe, il faut continuer. Surtout que ce qui m'attend n'est pas vraiment une sinécure. Après une agréable descente, je regagne la Semois, que ma route quittera définitivement à Vresse. Il s'agit alors de monter vers Bellefontaine. Ça grimpe, et il fait de plus en plus chaud. Le thermomètre du Garmin indique jusqu'à 48°C. Bien sûr, c'est la température au soleil, mais cela veut dire que moi aussi je suis en plein soleil.

Les communes s'enchaînent, avec leurs collines et leurs vallées : Houdremont, Gedinne, Sart-Custinne, Vencimont, Winenne, aux portes de Beauraing, Feschaux, au nom prédestiné par cette journée caniculaire, Blamont et Hastière, enfin, avec son abbatale et la Meuse retrouvée.

Pour terminer cette journée harassante, la plus difficile de ce périple, il ne me reste donc plus qu'à emprunter à nouveau le RAVel L156 pour un retour plus calme et frais vers Couvin. Une dernière fois, il est fort tard quand je me faufile dans le sac de couchage.

Et ceci amène ce qui pourrait être la conclusion ou la morale de cette histoire :

« pour aller loin, il faut partir tôt ! »





COURRIER DES LECTEURS

DES LACS ITALIENS À LA FRONTIÈRE SLOVÈNE

DU 25 AU 31 JUILLET 2022 — 636 KM

PAR OLIVIER FERROCINO ET FABRIZIO PODRECCA - LA ROUE PRINCIÈRE D'ALLAIN



L'idée du voyage «Des lacs italiens à la frontière slovène» vient d'une brève rencontre, il y a déjà plusieurs années, entre Olivier et moi. N'étant pas cyclotouriste et ne sachant pas qu'il l'était, ce fut au hasard d'une conversation, lors d'un repas réunissant des élèves d'un cours d'italien, que nous avons parlé de la randonnée « La Meuse à vélo ». Nous nous sommes aperçus que nous en avions tous les deux le tracé gpx sur notre téléphone et une folle envie de le parcourir. Hélas, nous ne nous sommes pas revus et la Covid est arrivée.

De mon côté, les voyages étant à nouveau autorisés en juillet 2020, j'ai fait l'achat d'un vélo « typé gravel/voyage » et, depuis Antoing, ai remonté les canaux et la Meuse jusqu'à Verdun. Plus tard en septembre 2021, je m'inscris à une première rando cyclo organisée par la Roue Princièrre d'Allain et rencontre de nouveau Olivier. Il me convainc alors de rejoindre le club et nous reparlons donc voyage. Les lacs italiens étaient l'une de ses options. Vouloir retrouver mes racines dans les Dolomites et le Frioul, j'ai proposé d'ajouter la partie «est» du voyage, vers la Slovénie. Ensuite, nous nous sommes dit : pourquoi ne pas passer par Venise, suivre la côte plutôt que l'intérieur des terres et parcourir les belles pistes cyclables de la lagune (qui sont parfois suspendues au dessus de l'eau).

ET VOILÀ, C'ÉTAIT PARTI.

Quelques rencontres plus tard, pour définir notre checklist, réserver les hôtels, tester le matériel et finaliser le tracé gpx, nous partions. Côté logistique, même si cela ne s'est pas avéré compliqué, ce ne fut pas vraiment simple. En voiture, je suis descendu une semaine avant Olivier pour traverser les Dolomites et le Frioul et m'ar-

rêter à Duino, au nord du Golfe de Trieste, célèbre par son château où le poète Rainer Maria Rilke écrit ses « Elégies ». Olivier, quant à lui, est descendu plus tard, a déposé les vélos chez un cousin, près de notre point de départ à Binago (Como), puis en a profité pour visiter les environs de Como et de Venise avant d'arriver à Gorizia, chez son beau-frère.

Quelques observations avant de vous parler de notre voyage.

- Mis à part la descente de Binago à Como qui s'est avérée délicate et presque dangereuse, le reste du parcours s'est fait sans aucun soucis dans un faible trafic.
- Nous avons roulé plus ou moins 80 km sur routes non goudronnées ou sur gravier, les fameuses «strade bianche»,
- Toutes les grandes villes traversées disposent de pistes cyclables séparées du trafic.
- La température moyenne pendant le séjour était de 34° (à l'ombre). Nous avons bu en moyenne 7 à 8 litres par jour (pour ne parler que de l'eau).
- Le dénivelé, même si très peu important, nous a parfois réservé des surprises.
- Sur notre chemin, nous avons rencontré quelques cyclo-voyageurs, notamment un français venant d'Istanbul et se rendant à Londres, des Allemands, qui après avoir traversé l'Autriche, pensaient remonter vers l'Alsace, un autre sur la route d'Amsterdam, et enfin un Polonais qui descendait lentement vers la Croatie
- La bonne humeur des italiens n'a jamais été démentie et le vin a toujours été délicieux.



LUNDI 25 JUILLET, 33 KM, 37° : BINAGO — ERBA

Premier jour. Nous devons rejoindre notre point de départ. Logeant à deux endroits différents, nous nous nous donnons rendez-vous le matin à la gare de Monfalcone (ou l'on peut apercevoir le chantier naval et ses immenses paquebots en construction) pour prendre le train de 08h40 vers Mestre, Milano et enfin Como. Ensuite un bus vers Binago. Après quelques rafraîchissements nécessaires chez le cousin d'Olivier, nous nous mettons en route pour la frontière slovène vers 16h30. La descente de 19 km s'avère dangereuse mais se termine par une vue imprenable sur le lac.

Les 5 km suivants avec un dénivelé de 200 m et nos vélos chargés seront vraiment la mise en jambe de notre voyage. Le premier jour prend fin, une dernière descente et nous arrivons à Erba.

MARDI 26 JUILLET, 115 KM, 34° : ERBA — CORTE FRANCA

La température a très peu baissé lorsque nous nous mettons en route vers Lecco sur la branche orientale du lac de Como. Nous côtoyons les lacs de Pulsano, Anone, Garlate et Olginate avant de longer le fleuve Adda dont les berges ont accueilli Léonard de Vinci en 1514. Arrivés à Paderno d'Adda, nous quittons les rives du fleuve pour nous diriger vers Bergamo. Le relief, calme jusqu'ici, nous réserve une courte côte de 600 m avec un dénivelé de 60 m pour atteindre le pont qui enjambe le fleuve.

Les sacs sur nos vélos semblent étrangement avoir pris du poids. Un peu plus loin, la piste cyclable traverse le village natal du Pape Jean XXIII et après

65 km à travers la campagne, nous arrivons à Bergamo qui est une des quatre cités italiennes à conserver des remparts intacts datant de la domination vénitienne. Une pose s'impose.

L'après-midi, après le passage de la rivière Oglio, nous entrons dans le terroir de la Franciacorta. Une des plus vieilles régions d'Italie de production de vins pétillants. Ceux-ci subissent une double fermentation et un affinage de deux ans. Ce qui explique leurs prix supérieurs en comparaison des autres pétillants italiens.

Nous prenons ensuite la direction de Corte Franca, non loin du lac d'Iseo, que nous atteignons vers 18h00. L'accueil est chaleureux, nous mettons nos vélos en sécurité et après une bonne douche, nous allons nous rassasier et nous rafraîchir avec un verre de prosecco (qui ne sera pas le dernier du voyage). Pendant le repas, j'accuse le coup. Je dois avoir pris un petit coup de chaleur ou être déshydraté, malgré les 7 litres engloutis aujourd'hui. L'air conditionné de la chambre nous sera d'un grand secours pour récupérer de nos efforts.



MERCREDI 27 JUILLET, 91 KM — 32° : CORTE FRANCA — MONZAMBANO,

Après un copieux petit déjeuner, les vélos sont chargés et, direction le lac de Garde. L'expérience de la journée précédente nous fait utiliser aujourd'hui l'application Maps. me pour faire la chasse aux fontaines. Nous naviguerons désormais de points d'eau en points d'eau. Après 10 km de faux plats montants et descendants, nous sommes au pied du château de Passirano construit en 1100, avec ses murs massifs et sa tour qui fut au XVIIIe siècle un observatoire astronomique.

Nous continuons vers Brescia (km 30) et malgré les facilités accordées aux vélos, nous hésitons à franchir les 500m du tunnel routier passant sous le château. Mais quand nous voyons une dame à l'âge avancé s'y engager sans réticence, nous ne pouvons dès lors que la suivre en allumant nos éclairages. La pause de midi arrive et pour la première fois, rien sur la route pour nous sustenter. Un petit détour de 5 km par le village de Bedizzole avec un arrêt au Cory Café nous permet, par chance, d'avaloir prestement les derniers panini disponibles.

Au km 60, la descente vers Desenzano del Garda se fait tranquillement sur 6 km. Nous apprécions la brise créée par notre allure à vélo. La vue sur le lac est magnifique et il nous est difficile de résister à une baignade dans une





eau largement plus fraîche que l'air ambiant. Nous évitons la presqu'île de Sirmione et continuons notre route vers Peschiera del Garda lorsque nous apercevons la vitrine du seul magasin Ekoi d'Italie, malheureusement fermé à cette heure. C'est ici qu'Olivier se rappelle avoir goûté près de Como un très bon vin blanc « Lugana D.O.C. » dont la cave se trouve à 1,5 km. Faute de fontaines, nous irons donc à la cave nous ravitailler. Les 12 derniers kilomètres se feront sans encombre. A l'arrivée, nous piquons une tête dans la piscine avant de chercher la trattoria la plus proche.

JEUDI 28 JUILLET, 106 KM — 35° : MONZAMBANO - VICENZA

Petit déjeuner frugal aujourd'hui. Nous planifions une pause à Vérone vers 10h30 dans 30 km. Sur la route, nous ne rencontrons quasiment personne avec cette chaleur. Derrière les arènes et les décors utilisés pendant la saison lyrique, les café-croissants à l'ombre d'une ruelle nous font du bien. Nous parcourons les 25 km suivants à travers les vignes pour aller nous rafraîchir aux thermes de Junon à Caldiero. L'eau de la fontaine est fraîche et nous nous aspergeons à n'en plus finir. La pause déjeuner se fait à Soave (autre vin d'appellation D.O.C.).



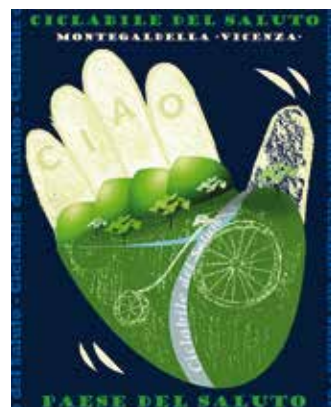
C'est à Olivier d'avoir un petit coup de mou après avoir avalé la spécialité de pâtes au canard avec un verre de vin blanc local. La remise en route est plus difficile et nous remplissons nos gourdes à un distributeur d'eau fraîche près des murailles qui datent de 1379. 40 km à travers la campagne et les petits villages nous séparent encore de Vicenza. Nous prenons notre temps pour traverser la ville et rejoindre notre logement, qui malheureusement ne dispose pas d'air conditionné. La nuit sera chaude.

VENDREDI 29 JUILLET, 104 KM — 35° : VICENZA — LIDO DI VENEZIA



Après avoir quitté Vicenza en suivant la rivière Bacchiglione, notre arrêt petit déjeuner se fait à Longare où la cuisinière prépare les épinards sous la pergola pendant que ses amies finissent leur cappuccino. Ici tout le monde est de bonne humeur malgré la chaleur.

Un peu plus loin, à Montegaldella, nous empruntons la première voie italienne piétons-cyclistes dédiée au « salut » (le fait de saluer, lorsque l'on croise quelqu'un). Le village est fier de son monument au « Ciao » inauguré en 2003. Cette voie unit deux provinces mais se veut aussi être un lien entre le nord-est de l'Italie et l'Europe.



Elle accueille les cyclistes qui descendent d'Allemagne et se dirigent vers l'Adriatique. Vingt totems nous font découvrir l'origine et l'histoire de la salutation à travers les siècles.

L'arrêt suivant est Padova, avec une place étonnamment vide de touristes pour cette période de l'année. Nous visitons la Basilique et faisons le plein de glucides lents. A la sortie de Padova, nous admirons les magnifiques villas palladiennes le long du canal de la Brenta qui nous mène à Marghera. Cette dernière abrite le point noir de la lagune de Venise : un des plus grands pôles chimiques européens. Heureusement, la cyclable évite cette zone industrielle. Elle nous permet de traverser Mestre en toute sécurité et d'arriver à Venise par la via della Libertà, le pont de 4 km reliant Venise au continent.

Venise étant interdite aux vélos, nous embarquons donc directement sur le ferry qui nous conduit sur l'île du Lido et à notre hôtel. Du ferry, la vue sur Venise, ses palais, ses clochers et la place Saint-Marc est magnifique. Nous avons hâte de revenir ce soir en vaporetto pour y goûter la cuisine locale. Au retour, nous subissons une faible averse qui nous rafraîchira.





**SAMEDI 30 JUILLET, 108 KM – 32° :
LIDO DI VENEZIA – MUZZANA DEL TURGNANO**

De bon matin, un bateau-bus nous fait traverser l'embouchure du Lido et nous dépose à la Punta Sabbioni. Jusqu'à Jesolo nous parcourons une des plus belles pistes cyclables de la Lagune et les amateurs d'avifaune trouveront ici un coin de paradis. De Jesolo à Caorle, à côté de la piste cyclable, les touristes qui veulent accéder aux plages sont plus nombreux. Le vélo nous permet d'éviter les quelques bouchons.

A mi parcours, nous quittons la côte adriatique pour rentrer dans les terres où la culture est majoritairement le soja. L'absence totale de relief, de paysage, le gravier et la chaleur nous font paraître les kilomètres plus longs, beaucoup plus longs. Après 108 km, nous apprécions à sa juste valeur l'Agriturismo «La Di Anselmi», son pro-secco millesimé et son énorme planche d'affettato misto (charcuterie mixte).

**DIMANCHE 31 JUILLET, 79 KM , 34° :
MUZZANA DEL TURGNANO – GORIZIA/DUINO,**

Aujourd'hui, c'est la dernière étape du voyage. Dans sa première moitié, elle est la réplique exacte de la fin de journée précédente.

Après 40 km, la visite des ruines d'Aquileia (le site archéologique le plus important de l'Italie du Nord) vaut la peine. Elle fut une des villes les plus importantes de l'Empire romain et un grand foyer du christianisme, mais ne résista pas à Attila.

Après un repas bien mérité et un dernier ravitaillement en eau, Olivier et moi nous séparons. Nous partons chacun rejoindre notre moitié, lui à Gorizia et moi à Duino un peu plus bas, et pensons déjà au prochain voyage.

Fabrizio Podrecca

Pistes cyclables suivies :

- *Ciclovía pedemontana alpina -BI 12*
- *Ciclovía dei laghi Nord – Bgclo*
- *Ciclovía Brescia – Paratico (OG3)*
- *Ciclovía Aida (Alta Italia Da Atraversare) – BI 20*
- *Eurovélo 8 – Ciclovía adriatica – BI 6*
- *Ciclovía del saluto*

Pour visionner la vidéo du voyage, recherchez : YOUTUBE / Ciclovie RPA





LA MAISON DE LA MONTAGNE

info@lamaisondelamontagne.be
www.lamaisondelamontagne.be

TROUVEZ L'INSPIRATION POUR VOS VACANCES À LA MONTAGNE ET À LA MER

En collaboration avec la Fédération Francophone Belge du Cyclotourisme et du VTT,

Quand le rêve devient réalité *pour des vacances au cœur* **du Pays du Mont-Blanc**



Imaginez un petit village de montagne, qui prend tranquillement ses aises à 900 mètres d'altitude, en déroulant, à hauteur d'homme, ses champs, ses routes et ses chemins, autour de chalets traditionnels et de fermes, vieilles parfois de plus de 200 ans... Un village authentique, à la qualité de vie préservée, dont le rythme est donné par les saisons.

Face à lui, la chaîne du Mont Blanc qui déploie toute sa splendeur, c'est pourquoi ce village est surnommé à juste titre le « balcon du Mont Blanc ». A l'arrière, la chaîne des Aravis... Vous ne rêvez pas, vous êtes à Cordon !

Le village est situé à moins de 4 km de Combloux et de Sallanches et à 10 km de Megève. Un village qui cet été vibrera sous les roues du Tour de France et de la MB Race 2023. En effet, le 18 juillet le contre-la-montre du Tour de France 2023 se disputera sur 22 kilomètres entre Passy et la station haut-savoyarde de Combloux et la MB Race (coupe du monde de VTT), se tiendra du 30 juin au 2 juillet 2023 entre Combloux et Megève.

Un lieu pour les passionnés de vélo et de VTT

- I Faire du vélo est l'une des meilleures façons de découvrir la nature et la région. La Haute-Savoie propose une quarantaine d'itinéraires routiers balisés pour vélo sous forme de boucle permettant de diversifier les paysages.
- I La « Boucle noire cyclotouristique au Pays du Mont Blanc », N°43 sur le terrain (Sallanches – Cordon – Combloux – Saint Gervais) vous emmène à la découverte des villages traditionnels du territoire du Pays du Mont Blanc, au patrimoine riche. De nombreux itinéraires sont disponibles : les circuits Route de Vaudagne – Col des Montets (1461 m), le Pont de Saint-Martin – Lac de Passy, le Col de la Ramaz – Vue sur Mont Blanc... pour ne citer qu'eux.

Un Chalet Hôtel - Restaurant - Spa avec le label « Accueil vélo »

L'hôtel Chamois d'Or**** vous accueille dans une ambiance chaleureuse et conviviale. L'hôtel dispose de 28 chambres, dont une Suite, toutes avec balcon. La grande piscine extérieure chauffée l'été offre une vue imprenable sur le Mont-Blanc, visible également depuis le court de tennis.

| L'hôtel a reçu le label « Accueil Vélo » et met à disposition de ses hôtes en location, des VTT électriques, un garage fermé, des kits de réparation et des informations pratiques sur les itinéraires et les meilleures balades cyclotouristiques du coin.

| Le Vertigo Spa de l'hôtel est un espace de détente qui propose des expériences et des soins multi-sensoriels, notamment grâce au Cocooning Bed et au lashi Dome, idéal après le sport.

| Le restaurant vous met en bouche grâce à une cuisine savoureuse à base de produits frais et locaux, sans oublier les spécialités régionales. Les grandes baies vitrées du bar et du restaurant vous offrent une vue sur les plus beaux sommets des Alpes : le Mont-Blanc, l'Aiguille du Midi, l'Aiguille Verte, les Drus...



Infos et réservations :
Hôtel Chamois d'Or****

4080 route de Cordon - F-74700 CORDON - T. +33 (0)4 50 58 05 16

www.hotel-chamoisdor.com

info@hotel-chamoisdor.com

COMMANDEZ MAINTENANT VOTRE EQUIPEMENT VELO-LIBERTE sur eshop.velo-liberte.be

**VOS COMMANDES SONT REGROUPEES TOUS LES TRIMESTRES
ET PASSEES A DATES FIXES CHEZ BIORACER :**

PROCHAINES COMMANDES : 31/03 - 30/06 - 30/09 - 31/12



Délai de livraison : 6 à 8 semaines
Frais de livraison non compris = +7,00euros
Paiement effectué à la réservation sur le compte de la FFBC.
Equipelement ni échangé - ni repris.

Maillot MC été	45,00€
Cuissard été	65,00€
Maillot ML HIVER	65,00€
Collant long HIVER	85,00€
Body coupe-vent	60,00€
Manchettes	25,00€
Tour de cou	20,00€

MAILLOT - CUISSARD HIVER



Voir guide des tailles Modèle HOMME



	Shoulder (cm)	Waist (cm)	Hip (cm)
XS	34-35	34-35	34-35
S	35-36	35-36	35-36
M	36-37	36-37	36-37
L	37-38	37-38	37-38
XL	38-39	38-39	38-39
2XL	39-40	39-40	39-40
3XL	40-41	40-41	40-41
4XL	41-42	41-42	41-42
5XL	42-43	42-43	42-43

Voir guide des tailles Modèle FEMME



	Shoulder (cm)	Waist (cm)	Hip (cm)
XS	32-33	32-33	32-33
S	33-34	33-34	33-34
M	34-35	34-35	34-35
L	35-36	35-36	35-36
XL	36-37	36-37	36-37
2XL	37-38	37-38	37-38
3XL	38-39	38-39	38-39
4XL	39-40	39-40	39-40
5XL	40-41	40-41	40-41

MAILLOT - CUISSARD ETE



MANCHETTES



TOUR DE COU



COUPE-VENT



EN 2023 PLUS QUE JAMAIS, JOUONS LE JEU !

PAR PHILIPPE COLLART / REDACTEUR EN CHEF PASSION VTT

Être affilié à une Fédération est avant tout un signe distinctif par rapport aux autres pratiquants d'une même discipline qu'elle soit sportive ou non. En rejoignant la FFBC, vous devenez un ambassadeur tant au niveau individuel qu'au niveau de votre club. Sans pour autant prendre des responsabilités au sein d'une association, nous pouvons chacun à notre niveau promouvoir les richesses de notre mouvement et surtout en faire profiter les autres.

Dans cette optique, rejoindre un club organisateur permettra de pouvoir créer un calendrier attractif tout au long d'une saison mais aussi et surtout engendrera des échanges entre clubs régionaux et la découverte d'autres horizons sur des tracés de qualité.

Consacrer un à deux week-end par an à la mise en place d'une manifestation vous permettra de donner du plaisir à la communauté et durant le reste de la saison vous pourrez pleinement profiter du bonheur de pédaler et surtout de retrouver d'autres adeptes tout comme vous passionnés par le « vélo-liberté »

Bien conscient que tout a un prix mais également qu'au sein de notre communauté nous tentons de ne pas le faire payer exagérément à nos camarades, votre Fédération préconise la mise en place d'une double participation aux frais justifiée par le fait d'une part de mettre votre club à l'abri par rapport aux pratiquants non affiliés en cas d'accident mais également en y ajoutant une petite marge bénéficiaire pour votre club (0,80€ assurance + 0,70€ pour le club organisateur).

Pour ce faire, nous avons émis depuis plusieurs années le souhait de voir apparaître deux prix différents. Trop souvent le concept n'est pas bien compris auprès de notre communauté. La différence demandée n'est pas une majoration mais bien une ristourne pour nos affiliés par rapport aux autres participants.



Dans ce sens, nous vous demandons de communiquer de manière lisible le prix « non membre » sur vos outils de communication et en plus petit celui des membres FFBC. les tarifs « à afficher » sont mentionnés sans la revue calendrier jointe. En agissant de cette manière, la personne se rendant sur votre organisation comprendra nettement mieux le rôle d'un club organisateur lié à une fédération motivée et surtout prévoyante envers les risques encourus et pas toujours connus par le pratiquant.

Enfin lors de la mise en place de votre agenda de sorties en clubs ou en individuel, privilégiez avant tout des randonnées de notre calendrier et surtout n'oubliez pas de porter haut les couleurs de votre club ou de votre fédération afin que le comité organisateur se sente gratifié du travail accompli.

En ces temps difficiles, nous nous devons avant tout de nous serrer les coudes et surtout de pérenniser la force qui est en nous et qui nous permettra de vivre à nouveau une magnifique saison 2023.

C'est en tout cas notre vœu le plus cher et vous souhaitons de nombreuses heures de plaisir en selle...

L'équipe de la rédaction

DERNIERS CLUBS ARRIVÉS... SUR-MOTIVÉS !

PAR PHILIPPE COLLART - VTT@VELO-LIBERTE.BE

L'occasion ici nous est donnée de vous présenter les derniers clubs VTT arrivés qui pour certains ont déjà organisé une première randonnée en 2022 : bienvenue à nos nouveaux clubs : VTT Club des Collines et Evasion VTT, tous deux en Province du Hainaut.



EN PROVINCE DU HAINAUT

VTT CLUB DES COLLINES

Après plusieurs belles années passées au sein du club de Lamain Sport, une bande de copains vététiste grandissante a décidé de sauter le pas et de lancer leur propre club près de leurs racines "les collines" !

Déjà bien présent sur les nombreuses organisations régionales mais également sur certains grands rendez-vous en Wallonie tels que le Roc Ardenne ou le Raid des Pénitents, nous devrions très vite porter nos nouvelles couleurs.

Chaque saison, nous programmions également une sortie annuelle au départ de Frasnes-Lez-Buissenal vers Ostende que nous comptons bien perdurer.

Au début du printemps nous comptons organiser un souper steak afin de trouver les premiers fonds nécessaire au bon fonctionnement de notre nouvelle structure.

Dans le cadre d'une fête de village fin juin, nous devrions organiser un VTT nocturne sans oublier bien sûr notre organisation du mois d'octobre dans la région des collines. Mathieu Devos et le comité

EN PROVINCE DU HAINAUT

EVASIONS VTT, UN CLUB NÉ POUR L'AVENTURE.

En 2020, un groupe d'amis, fan de voyages, de sport et notamment de VTT, décidait de créer une structure. Son but est résumé par les deux mots qui composent son nom : « s'évader pour rider - Rider pour s'évader ».

Partir un week-end dans les Vosges, une demi-semaine dans les Alpes ou une semaine en Espagne, telles étaient les premières intentions.

L'étape suivante fut la mise en place de la première édition de la rando « Mons & Légendes » en mars 2022 au départ d'Havré à travers les bois, campagnes et terroirs du Grand-Mons mais également, pour le côté insolite, le centre-ville et son magnifique patrimoine qui rencontra un beau succès avec ses 350 participants.

Motivé par cette belle réussite, l'idée de rejoindre une Fédération ne s'est pas faite attendre et après mûre réflexion ce fut la FFBC qui fut choisie vu le côté récréatif et non sportif de la pratique entre amis.

Janvier 2023 verra l'ouverture d'une école VTT basée à Havré, elle accueillera les jeunes à partir de 8 ans. Des groupes seront créés, des stages seront également proposés en période de congé scolaire et des sessions pour adultes-débutants seront aussi proposées ponctuellement.

Des sorties en petit groupe, pour adultes ayant une première base de pilotage, sont également proposées, souvent prolongées d'un repas convivial.





2023, UNE ANNÉE BIEN REMPLIE ET DIVERSIFIÉE, OUVERTE À TOUS LES VÉTÉTISTES

- **18 ET 21 JANVIER**, de 14h à 16h : **portes ouvertes de l'école**. Essai gratuit lors des 2 séances. Ateliers variés et guidés.
- **25 JANVIER** : clôture des inscriptions pour les **4 jours dans les Alpes du Nord, à Châtel, 23-24-25 juin**. Hébergement en demi-pension et inscription à la randonnée « **la Passe-Portes du Soleil** » - 80 km de ride pour s'en mettre plein les yeux et revenir avec des souvenirs. Accessible à tous, membres du club ou pas. Cette année, possibilité de participer aux parcours Gravel, E-bike ou VTT. Les personnes accompagnantes sont les bienvenues à tarif adapté. Le transport n'est pas inclus (possibilité de covoiturage).
- **2 AVRIL** : rando « **Mons & Légendes** ». Trois boucles au départ d'Havré : un parcours-découverte (débutants et familles) de 28 km, la Procession du Car d'Or (42 km), le Combat dit Lumeçon (65 km). Préinscriptions via le site velo-liberte.be avec plaque de cadre personnalisée et un galopin de bière offert à l'arrivée. Inscription possible sur place au même tarif mais sans plaque/bière.
- **Mercredi 31 mai à 18h** : **sortie groupée** pour l'ouverture du Doudou à Mons.
- **Du 23 au 25 juin** : déplacement à Châtel, Alpes du Nord, randonnée de la passe-portes sur le fabuleux domaine des Portes du Soleil.
- **Du 28 octobre au 4 novembre** : la semaine épicurienne. Au sud de Barcelone, dans les montagnes ensoleillées, les vignes de Montsant et du Priorat permettent de coupler les sorties à des visites et des dégustations de vins de haute renommée. Le club organise les activités pour les participants, sans obligation car tout le monde n'aime pas forcément le vin. Mais quoi qu'il en soit, la région, méconnue du monde vététiste -et c'est tout ce qui en fait son intérêt à nos yeux- vaut la peine d'être ridée une fois dans sa vie. Des groupes par niveau seront organisés. Le trajet n'est pas organisé mais tout le séjour sur place est aux petits oignons.

Envie d'en savoir plus ?
<https://evasionsvtt.be>

Pour l'information au jour le jour,
 abonnez-vous à notre page Facebook :

<https://www.facebook.com/Evasions.VTT>

Des idées ou une question ?

<https://www.facebook.com/groups/454574689648589>



CELA N'ARRIVE PAS QU'AUX AUTRES...

PAR PASCAL VEYS - DELEGUE VTT

Une belle matinée en forêt ardennaise au début de l'automne. Une fraîcheur de saison soulignée par une légère brume émanant d'un soleil timide dardant ses rayons. Le doux susurre d'une Semois dont le débit en cette année est exceptionnellement bas. En sous-bois, les premiers cèpes invitant à la dégustation. Une bande d'amis sinuant sur un single surplombant la rivière à proximité d'Herbeumont. Les plaisirs sains d'une sortie VTT. Se vider la tête après une semaine de taf intensif. La dimension d'un bonheur simple. Soudain tout bascule.

Un des vététistes, on l'appellera Maxime, un peu moins aguerri et suivant le groupe dans le single n'a pas conscience de l'étroitesse de la trace, d'un léger devers et du danger que constituent les racines glissantes et traversantes. Il ne pratique que rarement.

La roue avant de Maxime décroche sur une racine. Le film passe en slow-motion devant nos yeux : il plonge. Passe par-dessus la potence et fait un soleil. Il chute. La pente est trop abrupte et rien ne peut l'arrêter. Après avoir heurté violemment un arbre, il se retrouve inconscient et continue de glisser sur les plaques de schiste... 3 mètres, 5 mètres, 10 mètres, 20 mètres plus bas avant d'enfin s'immobiliser entre deux rochers.

Immédiatement le groupe met pieds à terre. On l'appelle « Max ? Ca va ?... » Pas de réponse, il est out. Deux d'entre nous essaient de descendre pour le rejoindre et lui porter assistance. Impossible c'est trop pentu. A plusieurs nous faisons une chaîne humaine et descendons prudemment en se tenant aux arbres et aux rochers... Ce n'est que 20 mètres, mais c'est technique et personne ne veut se blesser... Rapidement Maxime est rejoint. Parmi les amis descendus se trouve fort heureusement un médecin. Maxime revient à lui. Il est commotionné, heureusement il portait un casque ! Mais c'est son bras qui inquiète. Il présente une excroissance anormale... Rapide diagnostic par le médecin de la bande : soit fracture de l'humé-

rus, soit épaule démise... Plus, c'est difficile à dire. Par chance pas de grosses plaies ouvertes. Immédiatement le groupe se rend cependant bien compte qu'il n'arrivera pas à remonter Maxime, son état rend la chose impossible. L'ami médecin sort son GSM et tente d'appeler les urgences. Impossible, pas de réseau dans cette vallée encaissée. C'est un autre copain, resté sur les hauteurs, qui réussit à appeler les secours. On donne la localisation exacte (vive le GPS !). Il mentionne à l'opérateur qu'un médecin est au côté de la victime et qu'apparemment ses jours ne sont pas en danger... On s'organise : un petit groupe part rejoindre la route la plus proche en vue de guider les secours prévenus.

Vingt minutes plus tard, une ambulance arrive sur les lieux. C'est rapide ! Le véhicule doit s'y prendre à plusieurs reprises pour monter dans les bois par un chemin glissant. Ensuite encore 200 m le long du sentier pour arriver à l'endroit. La première équipe d'infirmiers appelle en renfort une seconde... L'état du blessé est stable mais les ambulanciers ne sont pas équipés pour le remonter. Ce sont donc les pompiers qui sont appelés. Un premier véhicule arrive, les pompiers s'équipent, avec cordes et baudriers, et descendent ensuite avec une coque. Ceux-ci évaluent la situation. Ils excluent une évacuation par le dessus : trop risqué car trop d'obstacles, hors de question de prendre cette responsabilité ! Les protocoles imposent de descendre Maxime jusqu'à la Semois, la rive est 3 à 4 mètres plus bas. A partir de là il sera transporté par l'eau jusqu'à un endroit dégagé d'où il pourra être transféré en ambulance pour un aller vers l'hôpital... C'est donc un autre appel à l'unité des plongeurs de la zone de secours qui suit ! Et oui, deux véhicules supplémentaires doivent encore être dépêchés sur place. On ne badine pas avec la sécurité. Entre-temps Maxime est mis sous morphine car la douleur se réveille. Enfin les plongeurs arrivent et le transport du blessé peut se faire... dans 30 cm d'eau. Au total l'opération aura duré



3 heures et mobilisé pas moins de 7 véhicules avant que notre vététiste soit embarqué pour l'hôpital le plus proche, celui de Libramont en l'occurrence.

Rassurez-vous Maxime est revenu le soir même au gîte avec son épaule immobilisée en bandoulière. C'était bien une épaule démise sans autre blessure plus grave si ce n'est les jambes lacérées et remplies de fragments de schiste. De belles cicatrices en perspective ! Il l'a échappée belle, mais notre ami est bon pour une révalidation bien suivie.

L'aventure rapportée est certes épique mais bien réelle. Jamais nous n'aurions imaginé une telle tournure d'évènements au départ de notre sortie VTT ce samedi matin de septembre.

Plusieurs conclusions et réflexions s'imposent. Cela s'est passé dans nos Ardennes. Ce n'était pas la jungle et nous étions dans un pays disposant de toutes les modalités en matière de secours et pourtant... Que se serait-il passé si Maxime avait fait la sortie seul ? Blessé dans le fond d'une vallée où aucune couverture réseau ne permettait d'appeler ne fût-ce qu'un proche. Seul, il lui aurait été impossible de remonter avec son épaule démise. Combien de temps aurait-il dû attendre avant que quelqu'un ne passe et puisse l'entendre pour l'aider ? Maxime n'avait même pas de sifflet d'alerte accroché à son sac à dos, ni de couverture de survie...

La roue de la fortune a voulu qu'il ne soit pas seul, qu'il ait porté un casque, que nous ayons des moyens de communication, que nous connaissions exactement notre position (GPS et cartes), que nous disposions de vivres et de quoi le réchauffer, que nous ayons enfin eu la chance d'avoir un médecin parmi nous. Nous avons fait ce qu'il fallait tous ensemble.



Question assurances, à ce jour il n'a toujours pas reçu le décompte des frais d'intervention des sept véhicules mobilisés pour son sauvetage. Maxime malheureusement était un des seuls du groupe à ne pas être affilié à la Fédération. La note sera sans aucun doute très salée mais c'est cependant futile par rapport à ce qui a été évité.

L'image d'Epinal du biker solitaire avait soudainement disparu parmi l'ensemble des amis présents. Prise de conscience d'un sport qui présente des dangers réels et dont les risques doivent être évalués, même pour les plus aguerris de la pratique. Moralité, ne sortez jamais seul ! L'union fait la force dit-on. Dans le cas présent l'union fût un gage de survie.

Sur ce bikez safe... à deux de préférence et en ordre d'affiliation à notre Fédération !

Votre délégué VTT (témoin de la mésaventure)

CYCLES AU LIEGEOIS

25 GRAND PLACE - Mail : contact@infobike.org
 7370 DOUR
 065/65.37.35
 f cycles au liégeois

Horaires:
 Du mardi au vendredi de 9h00 à 12h30
 et de 13h30 à 18h30
 Le samedi de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 18h

DE LA PASSION NAISSENT DE GRANDES AVENTURES.

PAR PASCAL VEYS - DELEGUE VTT

En 2019 nous publions dans Passion VTT le premier bilan de la Kid's Academy du club Fernelmontainbike et laissons la parole aux enfants qui avaient participé à la première année d'existence de cette école de VTT.

Parmi ceux-ci, Théodore (11 ans à l'époque) nous avait expliqué sa passion nouvelle du VTT et le souhait qu'il avait de faire un voyage en VTT... Un sacré gamin qui n'avait pas froid aux yeux et qui débordait d'énergie pour emmener ses amis à VTT.

Nous avons retrouvé en septembre notre Théodore qui visiblement a réussi à communiquer sa passion du VTT à sa famille. Si tout d'abord le club a eu la chance de voir son papa, Darryl, nous rejoindre de temps à autre pour des sorties, l'engouement ne s'est visiblement pas arrêté là.

Toute la famille s'est convertie !

Ses parents, Florence et Darryl, ainsi que son petit frère Ulysse se sont lancés dans le pari d'un petit voyage à vélo, un peu dans le genre Gravel Tour si ce n'est qu'eux ont décidé d'une distance légèrement supérieure : Fernelmont (Belgique) – Le Cap (Afrique du Sud) !

Soit une aventure de plus de 13000 km à vélo... Bien entendu tout ne se fera pas en selle, mais quand même faut le faire. Bon il est vrai que Darryl est Sud-Africain et que ce projet n'est donc pas tombé de la lune, mais de là à vivre ce rêve cela a demandé une solide préparation.

C'est début septembre qu'ensemble ils ont démarré leur fantastique aventure qui durera plus ou moins une année. Nous avons déjà reçu des nouvelles de nos bourlingueurs en Italie, en Turquie et, à l'heure où je vous écris, c'est avec immensément de bonheur que des T-shirts Fernelmontainbike traversent le désert égyptien en mouvement vers le Soudan ! Une fameuse épopée que voilà et que tous leurs amis et proches suivront avec intérêt au long de ses prochains mois.

Nous souhaitons good luck à nos nomades. Profitez-en bien tous et continuez à nous faire rêver! Et que le dieu Rustine vous accompagne...

Si vous voulez les suivre, voici le lien vers leurs péripéties :

www.polarsteps.com/TheodoreDias/5648752-on-the-road-to-africa





Crédit Photos : Eric D'Hoe



Discipline en vogue, l'enduro a également sa place au sein de notre fédération et ce grâce à une équipe de passionnés composant le club MountainBike Anduroxc.

Pour son retour après deux années de pandémie, la randonnée physique et technique « De Chaîne En Chêne » a dû subir un lifting pour coller aux attentes du plus grand nombre et surtout afin de s'adapter aux contraintes liées aux nouvelles zones privées, aux chasses et autre passages devenus inaccessibles.

Cette année, les organisateurs ont proposé à nouveau quelques modules bien sympathiques en vue d'agrémenter le parcours « endurando » avec du technique et de l'aérien pour les participants les plus audacieux mais totalement déconseillé aux débutants ou hésitants.

Avec une météo estivale, la grande foule présente a fait de cette 10^e édition une véritable réussite et les nombreux commentaires élogieux ont réellement donné du baume au coeur aux organisateurs après le laborieux travail de préparation que demande ce genre de manifestation.

Aux dires des participants, un fléchage efficace et surtout de superbes traces leur ont permis de réellement s'éclater dans cette région vraiment propice à la discipline.

Fait non négligeable, les ravitos 5* ont également largement contribué à l'apogée de cette magnifique journée dédiée à l'enduro.

Dès à présent, bloquez déjà la date du 26/04/2023 dans vos agendas et surtout surveillez bien la page Facebook de ce club dynamique car leurs membres sont déjà à pied d'oeuvre pour vous en mettre à nouveau plein les yeux

VTT DES CARRIÈRES

ANTOING 11/11/2022



Randonnée qui n'est certainement plus à présenter et une fois de plus qui a fait le carton plein avec ses 1964 vététistes et 1281 marcheurs !

Plutôt qu'un long discours, voici quelques échos de nos voisins français venus en très grand nombre :

« Ce vendredi 11 novembre direction «La rando des carrières» du C.t. Antoing . Je suis allé là bas pour voir les carrières...bah!! Je les aient vues. Une rando de fou, des paysages magnifiques, parfois lunaire, du single... Du VTT quoi... Je suis rentré lessivé, pas spécialement par les kilomètres ou le D+, mais par la nature du terrain. Une impression de rouler dans de la glaise bien collante en permanence, mais finalement que du bonheur, une rando a conseillé. Un grand bravo, nous reviendrons... »

« Retour sur la rando organisée par le C.t. Antoing dans une des plus grande carrière à ciel ouvert d'Europe. Nous étions 4 à y poser nos crampons ce 11 novembre. Quelle rando des paysages de Ouf des singles en veux tu en voilà ! Un superbe ravito à mi parcours et leur traditionnel breuvage à l'arrivée. Encore un week end aux petits oignons »

« Encore un super moment que cette rando du C.T. Antoing, sans nul doute elle fait partie du Top 10 des Randos au Nord de la France et c'est un Français qui le dit ! »

Avec une telle réputation hors frontières, le staff de ce club très actif ne peut qu'être satisfait de cette nouvelle belle réussite. Bravo à vous les gars du C.T. Antoing





MBF-BELGIUM

BELGIUM

ENSEMBLE ON EST PLUS FORT

En 2023, **MBF-Belgium** et **FFBC** uniront à nouveau leur force pour la défense du « **VTT Durable et Responsable** » en Wallonie. Que ce soit sur le terrain ou lors de concertations, nous serons présents afin de préserver un maximum de voiries partagées dans le plus grand respect de tous les usagers.

Pour ce faire, nous avons depuis un certain temps rejoint l'**asbl Chemins de Wallonie** militant pour la défense des chemins et sentiers publics fréquemment oubliés ou usurpés. Cette association regroupe des représentants de nombreuses Fédérations ou autres comités d'utilisateurs de ces voiries et c'est donc en totale entente que nous défendons la pérennité de leur usage pour tous les usagers de la mobilité active. Mieux encore depuis quelques années, en collaborant sur le terrain avec d'autres usagers à l'entretien et la réhabilitation de cheminements lors d'actions



du type « **Semaine des Sentiers** », le dialogue s'est beaucoup plus ouvert sur les demandes et attentes de chacun d'entre nous.

Néanmoins les meilleurs ambassadeurs de notre devise restent chacun d'entre nous qui de par notre comportement véhiculons la meilleure image d'une cohabitation harmonieuse.

PLUS QUE JAMAIS APPLIQUONS LE « BE NICE SAY HI » AFIN QUE NOUS PUISSIONS ENCORE TOUS ENSEMBLE CONTINUER À ÉVOLUER DANS CETTE BELLE NATURE MISE À MAL CES DERNIERS TEMPS.



© O. Béart

Si pour nous cela ne faisait aucun doute depuis de nombreuses années, le tourisme-vélo est devenu un incontournable depuis le confinement. Partir à la découverte d'une nouvelle région avec son vélo était dans les moeurs du cyclotouriste depuis de nombreuses années mais avec l'arrivée de l'assistance électrique, de plus en plus de touristes utilisent ce moyen de locomotion pour découvrir de nouveaux horizons sur leur lieu de destination.

Paradis du vélo, la **Wallonie** n'échappe certainement pas à cette nouvelle demande et avec son terrain accidenté attire de plus en plus d'adeptes plus musclés envisageant de découvrir notre région hors des sentiers battus mais en toute légalité.

Les Cantons de l'Est ont été les premiers à le comprendre en mettant en place le **Stoneman Arduenna** qui au terme de sa 3^e saison est une véritable réussite tant au niveau récréatif que touristique aux dires des responsables de l'**Agence du Tourisme des Cantons de l'Est**.

Le **Commissariat Général au Tourisme** s'est donc penché sur la question et a développé un nouveau balisage physique de circuits plus adapté aux différentes pratiques et surtout uniforme dans toute la Wallonie niveau difficulté en se basant sur le code couleur bien connu dans le domaine du ski.

Axé principalement sur l'Enduro au départ avec la création de 4 Trails Centers, c'est au tour des autres disciplines de voir renouveler leurs tracés permanents wallons.

Pour ce faire **VISITWallonia (Wallonie Belgique Tourisme)** avait besoin d'experts de terrain et c'est tout naturellement qu'ils se sont tournés vers notre Fédération en vue de mettre en place des parcours de qualité.

Fort de notre belle réussite du **Wallonia Gravel Tour Bikepacking**, un 1^{er} partenariat a été signé avec d'ici peu l'arrivée de traces GPX Gravel permanentes téléchargeables sur le site officiel de cette structure.

Par la suite il sera encore nécessaire de promouvoir le XC (cross-country) via les **Maisons du Tourisme, Office du Tourisme et autres Syndicats d'Initiative** ce qui devrait sans nul doute être de belles opportunités de collaboration pour nos clubs locaux.

Le cyclotourisme sur route ne sera pas oublié : dans le futur, nous proposerons à notre partenaire les plus belles randonnées de notre calendrier et ainsi d'y associer les challenges BAD et BCCB de la Fédération. Les nombreux challenges ne manquent pas afin de visiter notre belle Wallonie : Tour des Provinces, Tour de Belgique, Flèches et relais, Diagonales et Triangles royaux, etc... En tout état de cause, cette coopération est une belle reconnaissance pour notre Fédération.



LE TOURISME WALLON
MISE BEAUCOUP SUR LE VÉLO
POUR DÉVELOPPER DAVANTAGE
L'ATTRACTIVITÉ DE NOTRE RÉGION.
DE NOMBREUSES INITIATIVES EXISTENT DÉJÀ ...
DES DÉVELOPPEMENTS FUTURS SONT EN CHANTIER.

PARTENARIAT



VISITWallonia.be

Comme mentionné dans l'article précédent, vous découvrirez sur le site www.visitwallonia.be toute l'offre existante : RAVel, Réseau points-nœuds, Route Unesco, balades familiales, E-bike,... avec les offres de services sur les parcours (hébergement, visites,...).

UNE MINE D'INFORMATIONS QUI S'ENRICHIT CHAQUE JOUR!

Un zone est dédiée au vélo sportif intitulée « Le Paradis du vélo sportif », vous pourrez prendre connaissance des différents circuits balisés ou non (VTT enduro, VTT descente, VTT cross country, cyclotourisme, randonnées cyclosportives,...).

Deux pratiques cyclistes sont en plein boum actuellement sur le plan touristique : le **vélo électrique** qui permet à davantage de personnes de (re)découvrir nos régions. Les chiffres sont impressionnants. L'autre discipline est le **Gravel** sous ces diverses formes.

Il y a une volonté affirmée de WBT (Wallonie Belgique Tourisme) de proposer aux voyageurs cyclistes wallons et étrangers des parcours de grandes randonnées Gravel sur tout le territoire wallon. Ils perçoivent tout le potentiel de cette nouvelle pratique qui va s'installer durablement. Nous partageons cette vision au sein de la FFBC.

Dans ce contexte et faisant suite à la belle réussite du Wallonia Gravel Tour Bikepacking en août 2022, la FFBC a été sollicitée par WBT pour mettre son réseau GR² à

disposition du public. Cela s'est concrétisé récemment via une convention qui lie la FFBC et WBT.

A terme, un balisage spécifique sera mis en place par des acteurs locaux (Maisons et Offices du Tourisme,...).



NOTRE RÉSEAU GR² (voir carte page 57)



Télécharger les parcours ?

Dès à présent, vous pouvez télécharger gratuitement les traces GPS de tous les parcours du réseau GR2 via le site www.visitwallonia.be/velo-gravel

Homologuer les parcours ? Les parcours téléchargés et roulés par les membres de la FFBC pourront être homologués pour la participation à nos challenges gravel. Les grandes boucles et diagonales peuvent être adaptées selon votre volonté.

Dans les prochaines éditions de notre revue, vous pourrez découvrir ces différents parcours. Vous n'avez plus aucune excuses pour ne pas tenter l'aventure.

PARTENARIATS AVEC DES OPÉRATEURS DU TOURISME WALLON.

VISITWALLONIA - LES AUBERGES DE JEUNESSE - LE STONEMAN ARDUENNA - OSTBELGIEN - ...

Pleinement satisfaites de la collaboration de 2022 avec notre Fédération, **Les Auberges de Jeunesse** reconduisent leur partenariat en 2023. Vous découvrirez dans ce numéro leur implication dans le **2ème Wallonia Gravel Tour Bikepacking** organisé du 12 au 15 août.

L'**Agence du Tourisme des Cantons de l'Est** plus connu sous la dénomination **Ostbelgien** (www.ostbelgien.eu) nous a également approché en vue de promouvoir son incontournable **Stoneman Arduenna** preuve supplémentaire que notre Fédération est l'outil idéal en matière de communication en ce qui concerne la promotion du « Vélo-Liberté » en Wallonie.





STONEMAN ARUENNA

by Roland Stauder

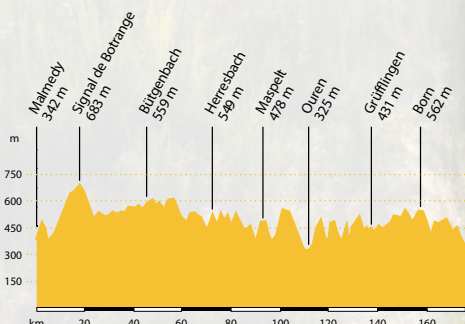
powered by

BIKE24



176 KM

3.900 HM



ACTIVITÉS FÉDÉRALES / PARTENARIAT

2023 : L'ANNÉE DU DÉFI

Pour sa 4^e année d'existence, le Stoneman Arduenna est devenu une référence en matière de défi pour tous les vététistes belges mais également étrangers ! Avec ses 176km et 3900m de D+, il te permettra de découvrir le plus beau profil de nos Cantons de l'Est sans nul doute une des plus belles régions de notre « plat » pays en ce qui concerne la pratique du VTT.

Au détour de sentiers naturels à travers les forêts denses, tu trouveras des ascensions à te couper le souffle mais surtout des paysages qui t'en mettront plein la vue !

Grâce à ses 8 points de contrôle, le Stoneman Arduenna t'offrira en plus la découverte des nombreuses attractions culturelles que compte cette région située à l'intersection des Ardennes et de l'Eifel.

Sur le Stoneman il n'y a pas de stress de compétition et chacun y établit ses critères de réussite : que ce soit en 1, 2 ou 3 jours, le principal est de parcourir cette superbe région à ton propre rythme et grâce à des partenaires locaux de planifier tes étapes dans un ou plusieurs des 16 hébergements entièrement adaptés aux vététistes offrant même un service de transfert de bagages pour le plus grand confort des participants.

« 2023 s'annonce vraiment comme l'année de ton premier exploit (ou pas) et pourquoi pas après tout dans notre beau pays dès l'ouverture de la nouvelle saison le 15 avril. La description complète te sera présentée dans notre prochaine édition CYCLO/Passion VTT 2023-002 »



Envie de tout savoir sur ce défi :

www.stoneman-arduenna.com

Voyagez éco, écolo, à petits prix, dans une ambiance sympa !

BIENVENUE EN AUBERGE DE JEUNESSE



Cyclo, ravito, repos

Au programme

- ✓ Convivialité
- ✓ Confort
- ✓ Simplicité



Info : lesaubergesdejeunesse.be

Crédit photo : François Struzick

CYCLES
AU LIEGEOIS
www.infobike.org
DOUR



Les
**Auberges
de Jeunesse**
Belgium

2^{ème} édition



Du 12 au 15 août 2023
Au départ d'Enghien

Exclusivement en
Province du Hainaut
Sur les traces du

RÉSEAU



Grandes Randonnées GRavel
en WALLONIE

500m de petites
routes et chemins
D+ 4500m

Une organisation de



FÉDÉRATION FRANCOPHONE BELGE DU CYCLOTOURISME ET DU VTT

RÉSEAU GR2

Grandes Randonnées GRavel
en WALLONIE



ACTIVITÉS FÉDÉRALES / GR²

SURTOUT NE CHANGEONS RIEN !

Après une première année de partenariat, les Auberges de Jeunesse et la FFBC Vélo-Liberté ont décidé de prolonger la belle aventure : qui a-t-il de plus sympathique que de se «pauser» dans un endroit «cosy» entre deux étapes d'un périple à travers le sud de la Belgique !

En solitaire, entre amis ou pourquoi pas en clubs, les Auberges de Jeunesse vous offriront le confort nécessaire pour vous et votre monture le temps de vous ressourcer. Idéalement placées aux quatre coins de notre belle Wallonie, leurs dix établissements vous offriront un accueil des plus chaleureux et ce pour un prix démocratique. Inutile de vous rappeler qu'ils sont labellisés «Bienvenue vélo».

De ce fait, vous pourrez aisément gérer votre groupe sans devoir prévoir une intendance et anticiper les complications que cela comportent.

Après l'effort, grâce à leur formule demi-pension, vous n'aurez plus qu'à reprendre les forces nécessaires afin d'enfourcher à nouveau votre vélo pour une nouvelle étape et non pas sans avoir effectué une petite vérification de votre vélo et de ses diverses fixations de matériels et autres sacs avant de partir.

N'hésitez plus un seul instant, inscrivez-vous pour une ou plusieurs boucles GR2 ou pourquoi pas l'entièreté à réaliser à votre convenance, en toute saison et à votre rythme. Aussi, inscrivez-vous dès maintenant au Wallonia Gravel Tour 2023, du 12 au 15 août, et réaliser une expérience hautement humaine afin de boucler ce défi cette nouvelle saison.

Envie de réserver une ou plusieurs nuitées dans un de nos établissements:

<https://lesaubergesdejeunesse.be/>



LES POINTS D'ACCUEIL GR²

Au fil des prochains numéros, nous viendrons vous présenter une à une les boucles qui forment ce réseau Gravel à travers la Wallonie.

Mieux encore, nous comptons sur votre collaboration afin de les illustrer et surtout les commenter avec vos propres expériences comme l'a si bien fait l'un de nos randonneurs du WGT 2022 sur son blog personnel :

<https://www.myatlas.com/OnceUponABike/wgt>



Le réseau GR² étant devenu la propriété de VISITWallonia, tous les parcours seront mis gratuitement à disposition du public via leur site et les traces sont téléchargeables dès à présent sur leur page [VISITWallonia.be/velo-sportif](https://www.visitwallonia.be/velo-sportif).

Néanmoins n'oubliez pas que si vous souhaitez homologuer vos kilomètres, il vous faudra toujours nous les faire parvenir au secrétariat de la Fédération.

Afin de mieux préparer votre périple, nous comptons également comme l'a si bien fait Thierry Michel établir pour chacune boucle un mini road-book répertoriant cimetières, boulangeries, supérettes, ... et abris éventuels afin de prévoir les ravitaillements ou pourquoi pas faire honneur à nos points d'accueil GR² dont la liste sera fréquemment mise à jour dans nos prochaines revues.

Comme vous pouvez le constater, le Gravel a encore de longs beaux jours en perspective et c'est à nous tous de le faire évoluer au sein de notre Fédération.

LISTE DES POINTS RELAIS ACTUELS :

Auberges de Jeunesse

- 7000 Mons : Rampe du Château, 2
- 6830 Bouillon : Route du Christ, 16
- 6971 Champlon : Rue de la Gendarmerie, 3
- 4960 Malmedy : Bévercé – Route d'Eupen, 36
- 5000 Namur : Avenue Félicien Rops, 8
- 7500 Tournai : Rue Saint-Martin, 64
- 6000 Charleroi : Rue du Bastion d'Egmont 3

Hainaut

- 7822 Isières : Café Belle-Vue – Chemin Cambry, 9
- 7000 Mons : Brasserie de Londres - Av. Frère Orban, 3
- 7860 Lessines : Zoning O 8

Namur

- 5550 Bohan/s/Semois : Café des Ardenne - Pl. Henri de la Lindi, 33

Luxembourg

- 6600 Bastogne : Chez Bouchat - Rue Pierre Thomas, 9

Brabant Wallon

- 1420 Braine-L'Alleud : Butte du Lion – Route du Lion, 1815
- 1380 Plancenoit : Le Gros Vélo - Place de Plancenoit, 22

GRAVEL

GR-1

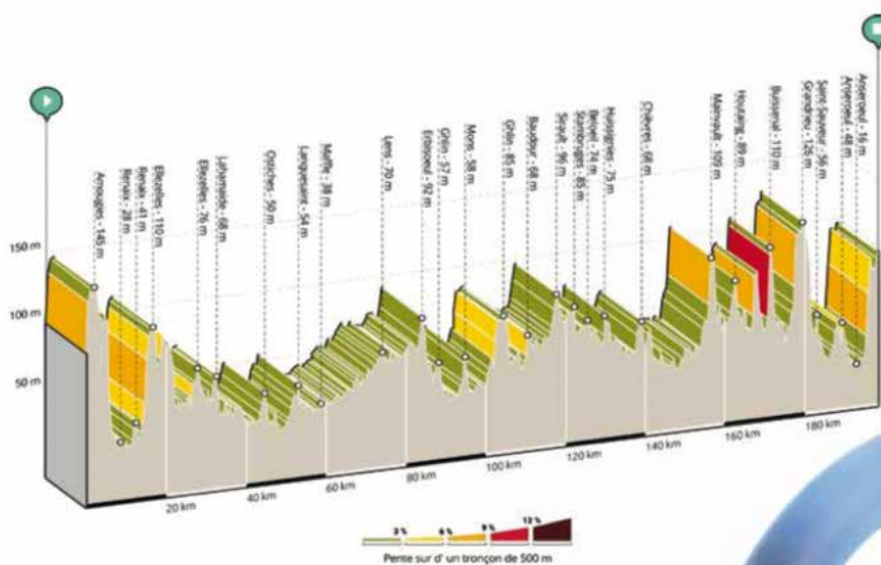
BE CREATIVE

Choisissez vos propres couleurs

www.thompson-bikebuilder.be

Frame Carbon / Fourche Carbon / Fully Integrated Cable Routing
groupes Full Shimano / Roues Rodi Airline Corsa - Miche R-DX ou
TRC FCG035 Full Carbon Gravel Tubeless Ready

prix à partir de 3149 €



Pour plus d'informations :
www.velo-liberte.be/gravel



WALLONIA GRAVEL TOUR 2023

PARTICIPEZ À CETTE BELLE AVENTURE HUMAINE DU 12 AU 15 AOÛT 2023
AU DÉPART DE ENGHEN - PROVINCE DE HAINAUT

480KM DE PETITES ROUTES ET CHEMINS — 4500M D+

Après le succès de la première édition du Wallonia Gravel Tour Bikepacking, l'équipe de la FFBC et les Auberges de Jeunesse remettent le couvert en 2023. Ne ratez pas cette 2ème édition !

LE PITCH !

En 2023, la FFBC a sélectionné une province, le Hainaut avec le projet d'explorer une autre province à chaque prochaine édition.

Le parcours vous fera (re)découvrir le patrimoine naturel et culturel de la province de Hainaut par les petites routes, chemins de traverse et single tracks.

Le parcours est donné sous forme de trace GPS. Il ne comporte pas de difficultés techniques majeures. Enghien accueille le siège social de la FFBC, ce sera également la ville de départ du 2ème WGT.

Le départ sera donné à Enghien le samedi 12 août à 9h.

3 FORMULES SONT PROPOSÉES :

TOURISTE : 4 étapes de 115-125km pour être de retour à Enghien le mardi 15 août. Cette formule accueille 80 participants maximum avec hébergement et repas en Auberges de Jeunesse.

RANDONNEUR : Chacun établit son plan de route, ses étapes, sa durée totale en autonomie bikepacking en 4 jours maximum.

CURIEUX : vous pouvez effectuer une ou plusieurs étapes, voire la totalité selon votre désir de voyager.

Départ chaque jour à 9h d'un des 4 points-relais.



POUR ÊTRE "FINISHER" :

**Il faut effectuer le parcours complet
comme Randonneur ou Touriste
en 4 jours maximum**

LES 4 ÉTAPES :

SAMEDI 12 AOÛT : ENGHIEU - CHARLEROI

DIMANCHE 13 AOÛT : CHARLEROI - MONS

Via la Botte du Hainaut

LUNDI 14 AOÛT : MONS - TOURNAI

La Wallonie Picarde

MARDI 15 AOÛT : TOURNAI - LESSINES - ENGHIEU

L'étape Thompson

COMBIEN ÇA COÛTE ?

TOURISTES : 160€

(170€ pour les non-membres FFBC)

Comprenant l'hébergement en ½ pension dans les Auberges de jeunesse de Charleroi, Mons et Tournai, les traces GPS, la plaque de guidon, la feuille de route, le tee-shirt collector pour les finishers, la cérémonie de clôture et le verre de l'amitié à l'arrivée.

RANDONNEURS : Tour complet 40,00€

(50,00€ pour les non-membres FFBC)

Comprenant les traces GPS, la plaque de guidon, la feuille de route, le tee-shirt collector pour les finishers, la cérémonie de clôture et le verre de l'amitié à l'arrivée.

CURIEUX : 10,00€/étape

(12,50€ pour les non-membres FFBC)

Comprenant les traces GPS, la plaque de guidon, la feuille de route, la cérémonie de clôture et le verre de l'amitié à l'arrivée.

La plaque de guidon et le carnet de route vous sont envoyés par voie postale. Vous recevrez la trace GPS par courriel quelques jours avant le départ. Le carnet de route vous renseignera sur les possibilités et services en chemin.

COMMENT S'INSCRIRE ?

Les inscriptions débuteront

le samedi 21 janvier à 9h

à l'occasion de Velofolies à Courtrai :

Stand 507 de la FFBC - HALL5 à Velofolies

Inscriptions en ligne (2 possibilités) :

www.velo-liberte.be/gravel

www.velo-liberte.be/calendrier

Attention pour la catégorie Touriste, maximum 80 participants (capacité d'accueil des logements) par ordre d'inscription.

Coordinateurs : Philippe Collart et Marc Menu

Contact : ffbc@velo-liberte.be

L'ARRIVÉE :

A l'arrivée, cérémonie d'accueil à Enghien. Les finishers recevront le tee-shirt « WGT 2023 finisher » collector. Verre de l'amitié. Soirée de clôture...

Ne ratez pas cette belle aventure !

**POUR ÊTRE LA PLUS BELLE ET/OU
LE PLUS BEAU SUR ET APRES LE VELO,
VOICI LA CASQUETTE GRAVEL WGT-GR²**



**AU PRIX DE 10€ (ENVOI COMPRIS)
SUR ESHOP.VELO-LIBERTE.BE**





DANS LE RÉTRO : 4^{ÈME} GRAVEL RAID 2022

Pour la 4^{ème} fois non consécutive (merci Covid...), le club Velaventure a organisé son événement phare, le Gravel Raid. Pour cette édition, retour aux sources avec un départ des Pyrénées françaises pour une incursion en Aragon et le désert des Bardenas Reales.

Oloron sainte Marie dans le Béarn a été choisie comme ville de départ. Au confluent des gaves d'Aspe et d'Ossau, elle est idéalement située au pied de grands cols transfrontaliers : le Somport et le Pourtalet. Le col de Marie Blanque n'est pas loin.

Un véhicule d'assistance transportait les bagages, les ravitaillements, la trousse à outils et la trousse de secours (heureusement inutilisée).



La période choisie, fin septembre, est idéale pour la météo et la faible fréquentation touristique. De toute façon, il n'y a pas de tourisme de masse dans les régions visitées...



Le Gravel Raid est essentiellement une aventure humaine où se côtoient des cyclistes de tous les horizons avec comme point commun le goût de la découverte et des rencontres. Dès les premiers kilomètres, la sauce prend et l'ambiance conviviale est présente. Parmi les participants, des habitués bien sûr mais aussi des « newcomers » immédiatement séduits par la bonne ambiance et le dévouement du staff organisateur.

En ce qui concerne le parcours, Velaventure évite les passages gravel trop techniques et l'alternance route-gravel a été appréciée. On a recensé juste un ou deux passages plus empierrés difficiles à éviter sur de telles distances. La reconnaissance du parcours effectuée par le staff en 2021 a permis d'éliminer les endroits trop cassants

AU PROGRAMME, 5 ÉTAPES VARIÉES DU 19 AU 23 SEPTEMBRE

1^{ÈRE} ÉTAPE : OLORON SAINTE MARIE - JACA VIA

LE COL DU SOMPORT. 100KM, 2000M D+ AVEC 24% DE GRAVEL

Descente du Col du Somport côté espagnol 1er tronçon gravel

Le 1er contrôle de passage a lieu au col du Somport. Une fois franchi le col, on accède à des paysages différents beaucoup plus arides.



2ÈME ÉTAPE : JACA — SADABA**117KM, 1400M D+, 3 COLS DE MOYENNE MONTAGNE ET 26% GRAVEL**

On s'éloigne petit à petit des Pyrénées pour l'Espagne profonde

**3ÈME ÉTAPE : SADABA — SADABA****112 KM, 1020MD+ ET 75%GRAVEL**

C'est « l'étape reine », une immersion dans le désert des Bardenas Reales et leur décor de western.

L'étape reine, les Bardenas Reales 1

**4ÈME ÉTAPE : SADABA — JACA****120KM, 1700M D+ ET 30% GRAVEL**

Encore une belle étape vallonnée. Arrivée à Jaca. Une bonne recette pour la caisse du bar proche de l'arrivée...



5ÈME ÉTAPE : JACA - OLORON SAINTE MARIE

120KM, 1700M D+ AVEC LE COL DU POURTALET, 15% GRAVEL

Une belle étape de montagne avec hélas un peu de pluie de courte durée au col du Pourtalet mais pas de quoi ternir l'ambiance. Retour dans le Béarn pour la cérémonie de clôture à Oloron suivie d'un repas festif ...

Déjà les souvenirs s'échangent et on pense aux prochains voyages. Merci à tous.



ET EN 2023 ?

Le 5ème Gravel Raid organisé du 18 au 22 septembre 2023 change de cap, direction le Piémont (Italie du Nord). Le départ sera donné à Turin et toujours 5 étapes de routes sinueuses, strade bianche, chemins de vigne dans la région des Barbera. Une grande région gastronomique et viticole...

Informations et inscription : www.velaventure.org



5 jours d'aventure cycliste dans l'esprit Gravel

Gravel Raid 2023





www.velaventure.org

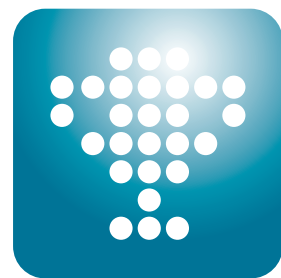
Départ: Turin (Italie) du 18 au 22 septembre

Véhicule d'assistance, ravitaillements, road-book, GPX, pension complète, transport des bagages,...

Concentrez-vous sur l'amélioration de votre record personnel...

... **arena** se charge du reste. Cela fait à présent de nombreuses années qu'**arena** est le partenaire en assurances par excellence de très nombreuses fédérations sportives. Avec nous, vous avez donc l'assurance de toujours pouvoir compter sur le soutien d'une équipe qualifiée dans les moments plus délicats de votre loisir sportif.

N'hésitez pas à surfer sur www.arena-nv.be pour de plus amples informations ou conseils.



arena

YOUR COACH IN SPORTS INSURANCE

Part of The StarStone Group



Le paradis du vélo sportif

Amis **sportifs**, alliez plaisir et activité physique à travers les magnifiques **paysages** de Wallonie !
C'est le terrain de jeu parfait pour ceux qui veulent pratiquer le **vélo** de manière intense.

VTT enduro, gravel ou encore vélo de route...
Il y a de quoi satisfaire tous les **adeptes de sport et découvertes**.

Téléchargez gratuitement vos itinéraires sur
VISITWallonia.be/velo-sportif



Tout pour s'évader !