

CYCLO

VIE

**VERS DE NOUVEAUX
HORIZONS EN 2024**

GRAVEL



EDITEUR RESPONSABLE BERNARD TONON - PRÉSIDENT FFBC - CHAUSSEE DE BRUXELLES 441 BTE 5 B-7850 ENGHIEW PÉRIODIQUE TRIMESTRIEL NUMÉRO D'AUTORISATION P201039 - 1^{er} TRIMESTRE 2024

velofollies

Le salon du cyclisme et des passionnés du vélo.



KORTRIJK XPO

19, 20 & 21 JANVIER 2024

De 10h à 18h, le vendredi jusqu'à 21h — En prévente en ligne: € 15 (adultes), € 10 (enfants < 12 ans)

velofollies.be

FFBC - HALL 5 : STAND N°501B

*Le Président et les Membres
du Conseil d'Administration
vous adressent leurs*

Meilleurs Voeux



EDITO

OPTIMISTE OU NAÏF MAIS ACTIF !

Printemps 2023 caniculaire, été 2023 pluvieux venteux peu propice à la rando, automne 2023 sombre et humide, qu'importe, rouler entre les gouttes, ça nous rend heureux ! Après la pluie vient toujours le beau temps....

Hiver 2023, la COP 28 à Dubaï sensée débattre du dérèglement climatique. Laissons ça aux dirigeants qui s'y rendent en jet privé dans des bâtiments climatisés sur 200 étages, allant même à réguler la température des stades et des abris-bus : au vue du niveau du progrès de cette ville ultramilliardisée mais tellement superficielle (bâtie sur du sable!)

Même si le dérèglement climatique apparaît de plus en plus comme une évidence, inutile de chercher à nous culpabiliser, la base du cycliste c'est de faire du vélo et pi c'est tout : ou l'on veut, quand on veut qu'il fasse venteux ou caniculaire, en connaissance de son état de forme, de sa monture, et surtout du terrain abordé... J'oublie peut-être d'autres paramètres, à cela ne tienne, c'est qui les experts? einh ? C'est nous les Cyclotouristes, Vététistes, Graveleux nous sommes maitres sur notre vélo et personne ne peut nous montrer du doigt, nous dénigrer, nous enlever cette envie de réaliser nos défis personnels.

SOMMAIRE

CYCLO - EDITO	3
CYCLO - ASSEMBLÉE GÉNÉRALE 2024	5
CYCLO - ACTIVITÉS FÉDÉRALES	9
VTT - DIVERSITÉ DE NOTRE PATRIMOINE	23
VTT - ACTIVITES DES CLUBS	24
GRAVEL - WALLONIA GRAVEL TOUR 2023	33
GRAVEL - ACTIVITES PROVINCIALES	40

2023

"CYCLO-VTT-GRAVEL" Périodique trimestriel officiel de la Fédération Francophone Belge du Cyclotourisme et du VTT
Tirage : 8000 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

Compte bancaire: BE72 0682 5083 1216 (FFBC)

www.velo-liberte.be - ffbcc@velo-liberte.be

Editeur responsable : Bernard TONON - ffbcc@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 : «La Deren' 2023» du CC Habay

© Les photos du sommaire : Facebook.com/Velotaf Belgique Luxembourg

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.

Gardons nos privilèges, épanouissons-nous sportivement et en toute sympathie envers d'autres usagers de la route et des chemins forestiers. Certains ne seront pas tendres envers nous ou nous empêcherons de passer mais je veux ici ne leur donner aucune importance. Restons attentifs, quoique c'est déjà une réponse de les ignorer, mais avec quelques explications et notre traditionnel optimisme, il doit être facile de tolérer leur incompréhension.

2024 s'ouvre à nous ; le début d'une nouvelle saison est l'occasion de faire découvrir notre optimisme et notre passion à des personnes en quête d'activité physique de plein air. Se faire connaître et faire savoir que nous organisons des randonnées ouvertes à tous est la bonne manière pour s'ouvrir aux autres et assurer la pérennité de nos clubs. Avec les réseaux sociaux les médias traditionnels ne sont plus incontournables pour la diffusion de nos activités. Alors n'hésitez pas à partager vos rendez-vous club et à inviter les nouveaux ou nouvelles à intégrer vos groupes, toujours dans un esprit de convivialité et de vélo-liberté !

En fait faire du vélo c'est simple, non ? Il suffit de monter sur deux roues pour aller à la rencontre de personnes, visiter des contrées inconnues et pas obligatoirement loin de chez soi, souvent dans son propre village ou sa commune, de re-découvrir une nature pleine de vie, de faune et de flore... Bon c'est un peu «fleur rose ou bleue» tout ça mais moi ça me convient. Et tout cela je le (re)découvre à chaque sortie en vélo, soit le matin pour me rendre au boulot et surtout sur une organisation FFBC bien ficelée. Des clubs qui ont tout mis en place pour me divertir et assouvir ma soif de kilomètres.... Au diable le charbon, le pétrole, les messages toxiques ! Bin oui je vois et j'entends tout ça sur mon vélo alors que suis incapable de vous dire à quoi j'ai pensé après une sortie et l'effort fourni. J'ai juste profité d'un grand bol d'air, avalé à grandes bouffées oxygénées malgré les côtes programmées. Justement ça ventile, je peste parfois même, mais j'arriverais toujours au bout de ces kilomètres au combien interminables mais tellement épanouissants. Mais je ne pense pas mettre tout ça sur le compte du dérèglement climatique.

JE ROULE AVEC MA FÉDÉRATION

Très rapidement, dans les prochaines années, voire demain, aujourd'hui même, ai-je vraiment besoin d'être assisté par une AI «Intelligence Artificielle» ou par «TchatGPT»? Une solution informatique qui me trouvera un texte sorti de nulle part pour illustrer notre revue dont voici un exemple. Un texte sorti d'un simple question à un ordinateur :

«Pédaler au-delà des clichés : Devenir Reporter Photo, une Aventure Accessible à Tous»



Dans le tourbillon de notre monde moderne, où le rythme effréné de la vie semble dicter nos choix, le cyclisme émerge comme une bouffée d'air frais. Au-delà de la simple pratique sportive, il devient une invitation à l'exploration, à la découverte, et surtout, à la capture d'instantanés uniques qui racontent des histoires fascinantes.

Devenir reporter photo pour une revue cycliste peut sembler réservé à l'élite de la photographie, mais c'est une aventure qui, en réalité, est à la portée de chacun. La magie réside dans la capacité de chacun à saisir la beauté de ces deux-roues et à partager ces moments avec le monde.

Le monde du cyclisme offre un terrain fertile pour l'expression artistique. Chaque virage, chaque descente, chaque ascension, est une toile sur laquelle se dessine l'énergie, l'effort et l'euphorie des cyclistes. Le reporter photo devient ainsi le narrateur visuel de ces périples, immortalisant l'essence même de la passion cycliste.

Vous n'avez pas besoin d'un équipement professionnel coûteux pour commencer. Un simple smartphone peut devenir votre allié pour capturer ces moments fugaces. C'est la perspective unique, l'œil attentif et la passion pour le vélo qui transforment une image en une histoire captivante.

Les revues cyclistes ont besoin de ces conteurs visuels, de ces passionnés qui transmettent l'émotion à travers chaque photographie. Chaque lecteur devrait se sentir transporté sur la selle, ressentir le vent et partager l'excitation des trajets.

Alors, que vous soyez un cycliste occasionnel, un amateur de photographie ou simplement curieux, le monde du reportage photo cycliste vous ouvre grand ses portes. Relevez le défi, saisissez l'opportunité de capturer l'instant parfait, et devenez le narrateur visuel d'une communauté qui pédale au rythme de la vie.

Embarquez dans cette aventure, et découvrez que derrière chaque cliché se cache une histoire, une passion, et une invitation à partager l'amour du cyclisme avec le monde.

Parfaitement explicite, qu'en pensez-vous? Une intelligence artificielle vient de nous vendre notre passion mais cela est-il bien du «vécu»? Ca ressemble plus à une dissertation, qu'en pensez-vous ? La Fédé a besoin de toi pour nous raconter tous tes exploits réalisés à vélo et surtout vrais, vécus «le uc sur la selle» «le guidon entre les dents» ou simplement «la tête dans les étoiles» !

A nous de jouer, c'est nous les experts en la matière ! Ne laissons pas cette chance de nous exprimer...

Frédéric Coulon, délégué Provincial Luxembourg



AG FFBC 2024
Samedi 3 février
Louvain-la-neuve
Complexe sportif «Blocry»
Place des Sports 1
Facebook.com/BlocrySportsBarLLN

OYEZ OYEZ CHERS AFFILIÉ(E)S

L'Assemblée Générale de la FFBC aura lieu ce samedi 3 février 2024 à Andenne, au Complexe sportif «Blocry» - Place des Sports 1 à Louvain-la-Neuve. Et nous, administrateurs et délégués provinciaux, comptons bien sur votre présence!

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. C'est une année d'élection et de renouvellement des Administrateurs et Délégués Provinciaux. Chaque membres effectifs ont été conviés à envoyer leur candidature et se présenteront à vous pour valider ou non leur mandat au sein du Conseil d'Administration pour 3 années à venir.

On vous y attend, au plaisir de préparez l'avenir ensemble à l'AG !

Les membres du CA de la FFBC

PROGRAMME DU JOUR

- 8h30** Déjeuner offert café + viennoiseries
- 9h30** Ateliers - Débats (voir page suivante)
- 12h00** Repas 3 services
- 13h30** Enregistrement des présences,
- 14h30** Ouverture de l'Assemblée Générale, Bilan financier 2023 / Budget 2024, Bilan moral 2023 et statistiques. Présentation des projets 2024,
- Election des Administrateurs et Délégués Provinciaux pour les 3 ans à venir**
12 postes au total sont à pourvoir
- 15h30** Votes,
- 16h00** Remise des coupes aux lauréats des challenges fédéraux,
- 16h45** Questions – Réponses
- 17h15** Verre de l'amitié

REPAS DU JOUR

(3 services)

Toast au saumon fumé
Rôti de dinde à l'estragon,
pommes Duchesse et chicons
Bavarois aux fruits rouges.

30,00€

THÈMES DES ATELIERS LORS DE L'AG DE DISCUSSIONS ENTRE PASSIONNÉS



ATELIER 1 : LE CODE LA ROUTE

PAR WILLIAM DEFRISE, ADMINISTRATEUR

Nous ferons comme à l'accoutumée le point sur les mises à jours et les changements à venir du code de la route concernant les cyclistes et piétons, usagers de la route que nous sommes.

ATELIER 2 : LES ASSURANCES

PAR GEORGY CORNET, ADMINISTRATEUR ET DÉLÉGUÉ AUX ASSURANCES

Venez vous joindre à nous et participer à l'atelier "Assurances" que je vous propose en cette matinée d'assemblée générale. Ce ne sera pas du temps perdu !

Je tenterai de vous éclairer :

- Sur les démarches à effectuer en cas d'accident ?
- Sur l'organisation des interventions des différentes assurances que nous avons contractées pour nous protéger ?
- Sur la définition d'usager faible ?
- Sur ce qui ne sera pas indemnisé par les assurances ?

Je répondrai à vos questionnements et serai à l'écoute de vos expériences. Vous repartirez avec un guide pratique des démarches à accomplir en cas d'accident.

ATELIER 3 : CHALLENGE/VOYAGE/ COMMUNICATION/STRATEGIE/BÉNÉVOLAT/....

PAR JEAN-LOUIS VERSCHURE, ADMINISTRATEUR ET SECRÉTAIRE DE LA FÉDÉRATION
ET FRÉDÉRIC COULON, DÉLÉGUÉ COMMUNICATION & PARTENARIAT

Nous aborderons les challenges CYCLO/VTT/GRAVEL, les voyages et la longue distance, le bénévolat, la communication et les stratégies pour motiver de nouveaux membres à rejoindre un club cycliste. Cela fait beaucoup sur deux heures mais priorité à vos idées : Et comme lors d'une COP28 ne vous attendez pas à une révolution ou à signer un traité mais si ça peut faire avance le «shimmillibiillick» !

Découvrez ci-dessous quelques stratégies efficaces que nos clubs savent déjà faire au sujet de challenges à promouvoir et/ou à innover, en déclin voire à l'abandon. Nous en discuterons selon le temps imparti. La parole est à vous!

1. ORGANISEZ DES ÉVÉNEMENTS D'ACCUEIL :

Proposez des sorties conviviales et/ou des événements d'introduction pour permettre aux nouveaux membres de rencontrer les membres existants, partager des expériences et sentir l'ambiance du club. Votre randonnée fait-elle partie d'un challenge existant (BAD/BPF/BCCB/BRM/...)? Faut-il encore créer des challenges? Ont-ils encore beaucoup de succès vu la diversité des offres actuelles existantes et concurrentielles?

2. COMMUNIQUEZ LES AVANTAGES DU CLUB :

Mettez en avant les avantages de faire partie du club, tels que des partenariats avec des magasins de vélo, des ateliers de réparation gratuits, des conseils d'experts, ou encore des réductions sur les équipements.

3. PROPOSEZ DES NIVEAUX D'ADHÉSION VARIÉS :

Offrez différentes options d'adhésion pour accueillir divers niveaux de compétence et d'engagement, permettant ainsi à chacun de trouver sa place au sein du club, que ce soit pour des sorties décontractées ou des sorties plus sportives et physiques.

4. CRÉEZ UNE PRÉSENCE EN LIGNE DYNAMIQUE :

Utilisez les médias sociaux et un site web attractif pour mettre en valeur les activités du club, partager des réussites, des conseils et des événements à venir. Impliquez les membres dans la création de contenu. Mettez en valeur votre appartenance à votre Fédération via l'affichage de son logo sur votre communication.

5. PROPOSEZ DES FORMATIONS ET DES ATELIERS :

Organisez des sessions de formation pour les débutants, des ateliers mécaniques ou des conférences sur la nutrition et la préparation physique. Montrez que le club s'investit dans le développement des compétences de ses membres.

6. FAVORISEZ L'INCLUSIVITÉ :

Créez une culture accueillante où chacun se sent à l'aise, quel que soit son niveau de compétence ou son type de vélo. Encouragez l'échange d'idées et de conseils, et assurez-vous que chacun se sente valorisé.

7. PROPOSEZ DES CHALLENGES AMICAUX :

Organisez des défis internes ou participez à des événements cyclistes locaux en équipe. Les objectifs communs lors des voyages ou les longues distances renforcent le sentiment d'appartenance.

8. METTEZ EN PLACE UN PROGRAMME DE PARRAINAGE :

Associez les nouveaux membres à des membres plus expérimentés pour favoriser l'intégration et créer des liens dès le début. En combinant ces stratégies, vous pouvez créer un environnement attrayant et stimulant qui attirera de nouveaux membres et les incitera à s'investir dans le club cycliste.

Alors si cela vous parle, inscrivez-vous à cet atelier de discussion, faites-le nous savoir par mail à communication@velo-liberte.be ou inscrivez vous directement au secrétariat à ffbc@velo-liberte.be.

ATELIER 4 : VTT/GRAVEL 2024 : A LA DÉCOUVERTE DU GÉOPORTAIL DE LA WALLONIE

PAR PASCAL VEYS, ADMINISTRATEUR

Cette année notre atelier VTT se penchera sur l'utilisation de l'outil cartographique de la Région Wallonne, le Géoportail. Après une introduction générale présentant cette plateforme et les avantages qu'elle permet de fournir aux organisateurs d'événements outdoors, une démonstration détaillée du portail sera offerte aux participants avec quelques cas d'école très pratiques.

Ce portail développé par le SPW et accessible à tous offre une multitude de fonctionnalités sur un nombre large de thématiques. Effectivement le portail met à disposition plus de 560 services différents relatifs aux données géographiques de base, à la mobilité, au tourisme, à l'aménagement du territoire, à la nature et l'environnement, à la société et à l'économie, et ainsi de suite.

C'est un outil exclusif et incontournable pour l'organisation de randonnées VTT et gravel. Celles-ci empruntent souvent des voiries peu fréquentées, mais surtout des zones de quiétude et une nature qui doivent être respectées. Des chemins et des sentiers que souvent des propriétaires privés ou une administration peu encline à la pratique de nos disciplines nous interdisent d'utilisation. Grâce à la richesse de service et les multiples couches de visualisation, le géoportail constitue une arme stratégique à tout club désireux d'organiser dans les règles de l'art et de la législation des randonnées sans encombre aucune ni mauvaises surprises. Faire connaître le géoportail et apprendre à l'utiliser fait partie intégrante de notre mission de formation des clubs au sein de notre fédération.

Attention, cet atelier, destiné aux responsables de clubs VTT et gravel mais aussi à tout à chacun souhaitant parfaire ses connaissances, sera animé exclusivement à l'occasion de notre Assemblée Générale ! Il n'y aura pas d'autres dates et il ne sera pas exporté dans les comi-



tés provinciaux comme ceux des années précédentes... Donc prévoyez de vous inscrire à temps à l'atelier pour en profiter pleinement. Le nombre de place sera limité !

Venez-y avec quelques exemples concrets de difficultés rencontrées sur le terrain, ensemble nous consacrerons le temps nécessaire à essayer de résoudre ceux-ci à l'aide de cet outil précieux.

ATELIER 5 : GRAVEL

PAR MARC MENU, ADMINISTRATEUR

Plusieurs sujets seront abordés en fonction de la demande des participants.

- Présentation de la diversité de la pratique (randonnées, tourisme, voyages, ultracyclisme, compétitions,...)
- Calendrier Gravel de la FFBC
- Présentation du Wallonia Gravel Tour Bikepacking 2024 (WGT)
- Présentation du réseau GR²(Grandes Randonnées GRavel) de la FFBC
- Conseils aux organisateurs
- Créer un parcours Gravel et l'intégrer dans un GPS
- Equipement du vélo, du cycliste
- Echanges d'expériences entre les participants

ATELIER 6 : CARTOGRAPHIE

PAR JEAN-PIERRE HANOTIER - GRAVEL@VELO-LIBERTE.BE

Il existe pléthore d'applications faisant plus ou moins le même boulot, à commencer par celles des fabricants de GPS : créer ou modifier une trace pour obtenir un fichier GPX qui vous guidera sur votre sortie . Certains utilisent une appli qu'ils connaissent bien et il est difficile d'en changer. Bien qu'ouvert à toutes et tous, il sera sans doute utile aux novices qui cherchent comment préparer leurs sorties.

Les principales fonctions d'une application (VisuGpx) pour créer (modifier) une trace seront présentées et sa conversion en fichier GPX. Comme la majorité des applis, la version gratuite est utilisable mais pour quelques euros (12), on accède à des outils facilitant la création de la trace : fonds de carte, routage selon vélo, L'appli autorise aussi la recherche et la visualisation d'autres traces, qui sont évidemment modifiables.

Le fichier GPX doit être installé dans un GPS ou un smartphone pour l'utiliser : pour ce faire, venir avec votre portable et votre GPS (et son câble pour le raccorder).

A PROPOS DE LA REMISE DES TROPHÉES.

A chaque AG, il est de tradition de remettre les récompenses suite à la participation réussie des différents challenges organisés au sein de la FFBC. Et parfois, bien qu'invités, certains récipiendaires sont absents. Un ami se charge de le(s) récupérer mais dans la confusion de la fin l'AG, il y peut avoir des petits soucis.

A partir de l'AG de février 2024, de dispositions sont mises en place pour éviter toute contestation(s) ultérieure(s).

- 1) La remise des trophées se fera à l'issue de l'AG.
- 2) Dans l'impossibilité de récupérer votre trophée, vous mandatez un ami grâce à un mail envoyé (gravel@velo-liberte.be) jusque la veille au soir. Il est indispensable : nous ne ferons plus suite à une demande verbale.
- 3) Les trophées non-réclamés sont récupérables dès le début du mois suivant l'AG et jusqu'au 31 décembre : soit personnellement en prenant RV auprès du secrétariat de la FFBC (02/ 520 95 12 - ffbcc@velo-liberte.be - Chaussée de Bruxelles, 441/5 à Enghien) ou en mandatant par écrit un ami. Passé cette date, un courrier vous sera adressé avec le récapitulatif de votre challenge, accompagné de la plaquette qui aurait été collée sur le socle du trophée.

Merci d'en prendre bonne note.

Jean-Pierre Hanotier, Administrateur

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 3 février 2024 au «Blocry» à Louvain-la-Neuve**
et **souhaite le matin participer à l'atelier n°**

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

Je paie x 30,00eur = eur
sur le compte de la FFBC BE72 0682 5083 1216
avec référence REPAS AG NOM+PRENOM

A renvoyer avant le 18/01/2024 à la FFBC
Chaussée de Bruxelles 441bte5 - 7850 ENGHIEU
ou par mail à ffbc@velo-liberte.be

 (faire photocopie)



FLÈCHES, RELAIS, TOURS ... DE BELGIQUE ET DE PROVINCE, BPB : PENSEZ-VOUS QUE LA SAISON ÉCOULÉE AIT ÉTÉ PROLI-FIQUE EN « EXPLOITS » DE TOUTES LES CATÉGORIES ?

PAR WILLIAM DEFRISE

Vous le savez l'année 2023 était une année PBP mais nos « petits » défis personnels à la fédération ne sont pas passés inaperçus quand même ! Donc pour ceux qui avaient parfois oublié nos belles contrées belges, c'était le moment soit de s'y préparer, soit de redécouvrir des paysages tantôt disparates, tantôt vierges d'activités humaines ou industrielles.

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 je rappelle que celui-ci n'est pas uniquement destiné aux affiliés FFBC mais ouvert à toute la population mondiale, hi! Comme je vous l'annonçais ici même l'an dernier, les nouvelles formules de tours sont parues et ont déjà été testées .

Quoique de plus logique que notre secrétaire et past-président de la fédération s'élance sur la version « frontières » pour l'inaugurer. Jean-Louis Verscheure accompagné de son coreligionnaire de club Kris Vanderhauwaert ont donc réalisé cette nouvelle version de près de 1200km durant l'été. D'autre part, l'éternel Antonio Moreno Casas (photo) s'est amusé aussi à refaire ce tour, dit des relais, de 1000km à contresens de son expérience précédente. Félicitations à ces trois baroudeurs .



Mais dans cette catégorie de randonneurs au long cours, notre habituée Chantal Sellekaerts n'a pas voulu se laisser en reste et comme petit entraînement de début de saison elle a parachevé son challenge des tours de province en roulant les deux dernières boucles, après les 7 de 2022, devenant un(e) des rares détenteur(rice)s du challenge complet. Tout cela avant cet été, de réaliser le Tour de France frontières de nos collègues de la FFC d'une distance - excusez du peu - non stop de 5.000 km.

Je m'en voudrais de ne pas citer malgré tout Sven Coryn, un pur randonneur néerlandophone, qui s'était aussi mis au défi de réaliser cette année l'ensemble des provinces mais qui, à l'heure d'écrire ces lignes est en train de reparcourir deux d'entr'elles, s'étant fourvoyé dans les lieux de pointage.

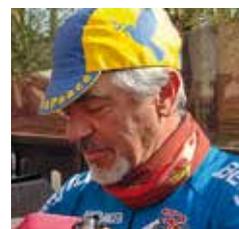
Notons aussi que notre compatriote bruxellois Pierre Delvaux a pour sa part réalisé un Tour des Brabants et un Tour de la région de Bruxelles-Capitale avec ses 19 communes.

Et comme dans toute promenade, on trouve des merveilles, cette année je vous partage une des plus récentes et belles réalisations architecturales sur l'Escaut : Un pont cyclable réservé exclusivement aux modes doux , comme nous ! A découvrir !



Venons-en au challenge qui rencontre le plus de participants , en l'occurrence le challenge des Flèches et Relais.

C'est encore Antonio qui remporte le trophée cette année (photos de l'intéressé par tous les temps en annexes) mais il a de la concurrence avec Luc et Didier. Ce dernier qui semble être le seul depuis sa création à avoir parcouru toutes les distances s'est mis en tête de refaire de même avec la nouvelle version . Présageant sans doute une baisse de forme avec l'âge Didier Collart, comme expliqué l'an dernier dans ces pages, a parcouru 8 des plus longues pour débiter. Gageons que « Dieu lui prête vie » pour réaliser son rêve.



Vous découvrirez ci-contre 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.

Vous constaterez que de nouveaux adeptes s'attèlent à cette discipline chaque année.

2023 FFBC	Membres	Nombre	Km total
1 92980353	Moreno Casas Antonio	26	1940
2 92115809	Thienpont Luc	23	1210
3 92115841	Collart Didier	8	1615
4 92081747	Loison Pascal	8	630
5 92031353	Defrise William	4	270
6 92031526	Gillis Alain	4	220
7 92130218	Prodecca Fabrizio	2	160
8 92180451	Carette Jean-Luc	2	160
9 92081479	Vico Michaël	2	120

Je dois encore ajouter que bien que des nouvelles cartes m'aient été commandées, je n'ai personne à citer pour les BVP qui pour rappel pour ce brevet il s'agit, par pur plaisir touristique, d'immortaliser des endroits prédéfinis pour leur qualité de vie ou des paysages bucoliques sans délai de temps, donc proposés au plaisir de vos promenades.

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 Louvain-la-Neuve le 3 février prochain.

William DEFRISE, Administrateur et gestionnaire FRTB



LES «6PHONNÉS» DU MONT BROUILLY AVEC LE TEAM FAULX NAMUR.

PAR PIERRE DEMEFFE.

Depuis plusieurs années déjà, nous avons pris l'habitude de proposer aux membres de notre club, un périple qui sorte un peu des chemins battus.

Cette année, notre choix s'est porté sur le défi des 6phonnés du mont Brouilly qui fait partie du challenge des fous avec les fadas du Puy Mary et les fêlés du Grand Colombier. Tout un programme !

En l'occurrence, il « suffit » de gravir 6 fois le mont Brouilly, situé à une cinquantaine de kilomètres au nord de Lyon, pour rejoindre les 6 villages qui l'entourent en faisant valider à chaque étape un carnet de route. Le parcours, au départ de l'hôtel, fait 104 km pour 2235 mètres de dénivelé positif.

Le départ des 8 membres du TFN est prévu le vendredi 22 septembre au matin, pour une arrivée 6 heures et demi plus tard au pied du mont Brouilly.

A notre descente de voiture, quel n'est pas notre étonnement de constater que l'hôtel est désert et que même les gérants sont aux abonnés absents.

Ce n'est que vers 16 heures que nos hôtes réapparaissent et que nous pouvons prendre possession de nos chambres, après quand même une petite bière roborative pour nous remettre de nos émotions.

Afin de ne pas succomber à la tentation d'une piscine qui nous tend les bras, nous décidons de faire un premier décrassage d'une bonne quarantaine de kilomètres avec au menu une première montée du mont Brouilly par le côté le moins difficile.

Contrairement à ce que certains d'entre nous pensent, le mont Brouilly n'est pas une montagne escarpée mais plutôt un mamelon qui semble n'avoir rien d'effrayant...il faut se méfier des apparences car la pente ne livre ses

secrets que lorsque le cyclo s'y trouve confronté et tout le parcours qui y mène n'est qu'un casse patte sans nom au milieu des vignobles de Gamay.

Forts de cette mise en garde, nous rentrons méfiants, pour reprendre des forces autour d'un bon repas où nous attendent les édailes locales pour la remise des carnets de route.

Ce qui doit être une réception un peu protocolaire tourne rapidement à la gaudriole et les tables voisines s'en souviendront encore longtemps. Preuve s'il en est besoin que l'humour ne connaît pas de frontières...

Le samedi matin, dès potron minet, une fois les effluves de la soirée dissipés, nous allons renifler une deuxième fois ce fameux mont Brouilly, en en faisant, cette fois le tour dans un parcours « plus plat » de 45 kilomètres, mais avec 500 mètres de dénivelé tout de même). Nous profitons alors pleinement de la beauté des paysages sous un beau soleil de fin d'été.

L'après midi est consacrée à une dégustation des vins de Brouilly et des environs (Morgon, Chiroubles, Fleurie, Régnié...) et à une marche digestive dans les vignobles.

Enfin, le grand jour était arrivé ! Et ce n'est pas sans une certaine appréhension que nous nous rendons au départ à Saint Lager pour valider notre premier passage sur notre carnet de route.

La pente la plus rude que nous devons escalader 2 fois dans la journée, nous attend sous le soleil qui perce la brume matinale : de toute beauté !

Il est vrai que c'est du sérieux et si vous n'êtes pas muni d'un petit 32 à l'arrière, vous savez que vous allez en bavarder avant de mériter le réconfort du ravitaillement.

Au sommet, il nous faut encore faire valider notre sésame pour recevoir un autographe d'Antonin Rolland, le plus ancien maillot jaune (1956 et 1957) encore en vie, aujourd'hui âgé de 98 ans et du sympathique jeune champion Mattéo Vercher de la TotalEnergie.

A peine le temps de se remettre de ses émotions, qu'il nous faut dévaler la pente de l'autre côté pour rejoindre Saint Etienne la Varenne. Ensuite nous alternons les montées et les descentes pour rejoindre Quincié en Beaujolais, Cercié, Odenas et enfin Charentay toujours en repasant par le sommet.

MAIS À QUOI PENSE LE CYCLO AU PLUS FORT DE LA PENTE ?

La première envie est d'abord d'essayer de suivre le groupe toujours composé au moins de quelqu'un de plus fort que vous qui vous fera exploser rapidement.

Une fois que vous vous serez rendu à l'évidence, essayez de reprendre calmement votre souffle en pédalant moins vite et remettez une dent, s'il vous en reste.

Lorsque vous aurez retrouvé une certaine contenance, ne vous embarrassez pas de la fille qui vous double en souriant et dont vous ne reverrez plus le cuissard vous narguer comme un fruit bien mûr pour irrémédiablement disparaître à l'horizon.

Pour oublier la douleur, concentrez vous sur la beauté du paysage, les odeurs de sous-bois qui vous montent aux narines... Très rapidement, vous verrez votre vie défilier et arrêtez vous sur un moment heureux de votre existence. Cet état second peut vous aider à passer la bosse, ou pas... dans la deuxième hypothèse, le retour à la réalité peut s'avérer pénible et la dernière partie de la montée peut devenir un véritable chemin de croix. Vous n'aurez alors qu'à espérer le soutien grimaçant d'un autre compagnon d'infortune, c'est tellement mieux quand on est deux .

Votre calvaire prendra fin lorsque le sommet sera en vue et vous pourrez enfin bomber à nouveau le torse devant vos admirateurs ébahis, votre fierté retrouvée, en pleine lumière !

Enfin, nous dévalons la pente la plus raide direction Saint Lager pour le dernier pointage et la remise de la carte qui



nous donne droit au précieux diplôme et surtout au titre de 6phonné du mont Brouilly !

Ensuite, c'est le débriefing devant une bonne bière de chez nous, avant la douche revigorante dont nous avons tous rêvé au cours de la journée.

La dernière dégustation des vins de Brouilly d'un viticulteur sponsor de l'événement, accompagnée du mâchon traditionnel (saucisson cuit dans le moût de raisin) servi d'habitude aux vendangeurs, achève de nous requinquer.

Alors, bien sûr, il y a la performance cycliste qu'il faut sans doute saluer, mais l'essentiel ne se trouve pas là.

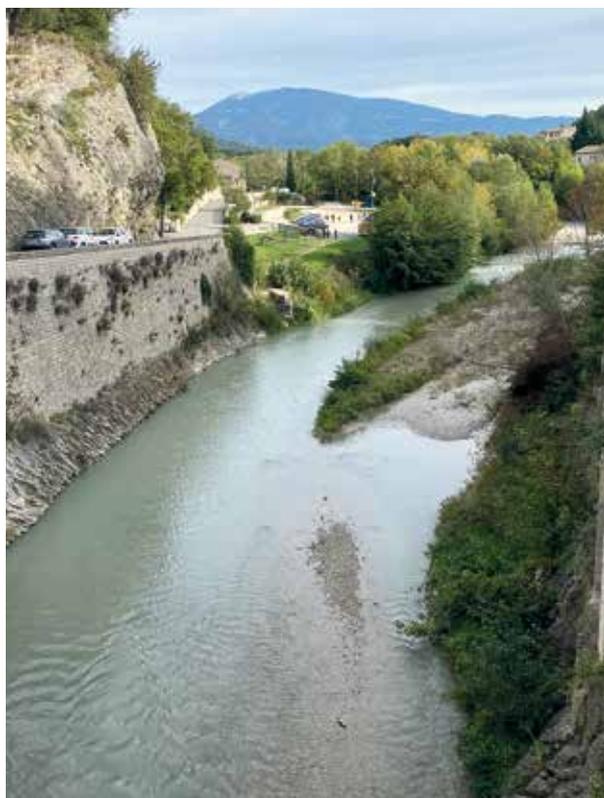
Le véritable bonheur, c'est d'y être arrivé tous les 8, en équipe, sans avoir laissé aucun membre du TFN au milieu de la pente et c'est là certainement notre plus belle victoire !



SEJOUR FFBC À VAISON-LA-ROMAINE EN 2024 : CE SERA ÇA !

POUR VOUS DONNER L'EAU «ET LE VIN» À LA BOUCHE

PAR FRÉDÉRIC COULON, ORGANISATEUR DU SÉJOUR POUR LA FFBC



fique. Les paysages d'automne autour du ventoux et la quiétude des villages traversés à vélo en valent la peine. Seul le sommet du ventoux est réfrigérant mais à l'unanimité, nous ne voudrions pas grimper ce géant en plein «cagnard» d'été ! Alors on en profite jusqu'au bout à cette saison en Provence, sous 15 à 20 degrés, le tout étant d'éviter la neige qui y est toujours tombée la semaine suivante notre séjour. La bonne ambiance du groupe constitué permet rapidement de faire connaissance pour des balades allant de 50 à 100km.

Deux groupes sont constitués naturellement «On part ensemble, on rentre ensemble» selon l'état de forme de chacun(e)s. Les plus sportifs n'hésitent pas à se lancer, seul ou en groupe sur une plus longue distance et se fixer leur allure sportive. Il n'y a rien d'imposé, chacun y trouve son rythme. Certains peuvent gravir à multiples reprises le ventoux, en avertissant un copain ou en l'emmenant mais jamais de force !

Des traces GPS sont proposées chaque soir. Lors du briefing avant le repas du soir, le parcours et la journée suivante est annoncé et en téléchargement par tous. Ainsi en connaissance des kilomètres et du dénivelé car c'est bien cela qui est souvent demandé et selon leur état de forme ils choisirons d'y participer ou pas. Alors ils préféreront une promenade à pied ou une visite de cave viticole : les excursions sont nombreuses dans la région !

Du gigondas au vacqueyras, du rastau au chateaufort, du beaume de Venise au vu le nombre de bouteilles dégustées et achetées, certains descendront encore le ventoux cette hiver autour d'une bonne table familiale !

UN RENDEZ-VOUS EN FIN DE SAISON DEVENU INCONTOURNABLE !

C'était la deuxième année que la FFBC organisait son séjour «au pied du ventoux» au Village Vacances Leo Lagrange à Vaison-la-Romaine, réservé à ses affiliés. Certain(e)s ne manquent d'ailleurs pas de s'affilier à notre Fédé rien que pour y participer : c'est aussi pour cela que le séjour est toujours au programme pour 2024 !

Dans les pages suivantes, les participants ne manqueront pas de vous donner l'eau à la bouche mais aussi le vin car, au départ de Vaison-la-Romaine et au fil de la semaine, nous empruntons tous les jours des circuits dénommés «sur la route touristique des Cotes du Rhone» .

Certains diront qu'il est trop tard dans la saison, je dirais qu'il ne faut pas tarder pour s'y inscrire car cela fait deux ans que nous y connaissons une arrière saison magni-





QUELQUES QUESTIONS-RÉPONSES :

Pour le groupe des 50km, ça fonctionne comment lors des sorties? Le capitaine de route dépose «un drapeau», cyclo qui le suit et qui s'arrête à chaque changement de direction. Celui-ci attend le passage du dernier cyclo qui a été déterminé au départ et reprend sa route jusqu'à revenir derrière le capitaine qui a continué sa route. Il peut ainsi réguler son allure en fonction des deux meneurs. Afin que le groupe ne s'allonge trop, des arrêts sont effectués pour le bon rythme de chacun et éviter l'essoufflement des derniers. Le tout étant bien sûr que nous roulions sportivement en levant les yeux vers les paysages traversés, aucune moyenne ne doit impérativement être tenue et pourtant celle-ci se situera entre 20 et 23km/h au retour du plus petit groupe pour le repas de midi (restaurant ouvert jusque 14h)

Après une première approche le premier jour et pour éviter les discordances, on règle cette allure en débriefing chaque soir lors de l'annonce de la trace prévue la journée suivante.

Des activités libres sont également au programme : balades à pied, soirée karaoké et dansante, dégustation de produits locaux, visite de cave viticole et pourquoi pas faire un plongeon dans la piscine extérieure... (BRRRRR qu'il nous a donné froid celui-là, on a du reprendre plusieurs diplomatio pour nous réchauffer - avec modération bien sûr - il se reconnaîtra !)

Et le VTT et le Gravel, est-ce possible ? A noter qu'un participant était venu pour faire du GRAVEL. Des traces GPS nombreuses sur certains sites dédiés ont été explorées à son rythme. En 2024, si demandes il y a, il faudra qu'un capitaine de route se désigne pour préparer ces circuits aptes à réaliser par tout le monde : sportif ou non, courtes et lognues distances, etc... comme sur la route. Cela demand eun peu de préparatif mais avec internet il est facile de trouver des suggestions.

Le principal étant que le séjour soit ouvert à l'initiative de chacun et chacune pour que tous et toutes y trouvent leur compte. J'y suis attentif pour une bonne cohésion du groupe.

EN RÉSUMÉ CE QUE LA FFBC VOUS PROPOSE :

Une exploration des charmes de la Provence aux abords du mythique sommet que ce parcours honore : en quelques jours et à 360° autour du «Mont Chauve», pédalez sur des routes sinueuses dans une succession de panoramas sur les plus beaux paysages alentours, entre villages perchés et champs de lavande, falaises et vignobles de renom. Chaque étape révèle son lot de lieux insolites : points de vue sur le Mont Ventoux - bien sûr ! - mais aussi les impressionnantes Dentelles de Montmirail, les spectaculaires Gorges de la Nesque ; sans oublier la sauvage vallée du Toulourenc. Après ces quelques jours à tourner autour du «Géant de Provence», résisterez-vous à l'irrésistible envie d'une inoubliable ascension ?



RETROSPECTIVE 2023

SEJOUR FFBC À VAISON-LA-ROMAINE - DU 21 AU 28 OCTOBRE 2023

PAR MICHEL MALCORPS, NIL-SAINT-VINCENT.



C'est une première pour notre petit groupe du Brabant wallon composé de Jean-Pierre, Luc, Didier, Jean et moi-même (Michel) de participer à une organisation de la FFBC. On ne sait pas du tout ce qui nous attend .

Le rendez-vous est fixé vers 17 h le samedi 21 et d'emblée nous sommes chaleureusement accueillis par Frédéric et Bélanda à la réception du centre de vacances Léo Lagrange de Vaison-la-Romaine. Nous découvrons rapidement les

lieux , les installations, les logements et faisons rapidement quelques connaissances. Ça se présente bien.

Dimanche 22. Petit déjeuner copieux (comme chaque jour d'ailleurs) et le premier départ groupé nous attend à 9h. Photo générale et c'est parti! Quelques petits tâtonnements mais il ne faudra pas attendre longtemps pour que spontanément, des groupes se forment en fonctions des niveaux et surtout des attentes de chacun ; le tout minutieusement orchestré par Fred. Nous parcourons les 60 premières bornes de notre semaine en passant par Gigondas (ça donne déjà soif !), Beaumes-de-Venise et le savoureux col de Suzette, 7 km et 295 m de dénivelé. Pas si mal pour un premier contact ! Nous rentrons vers 12h30 et après le repas, Jean et Jean-Pierre ont « des fourmis dans les jambes », ils s'offrent un petit plus de 70 km pour déjà terrasser le Ventoux via Malaucène. Un bel exploit malgré un retour quelque peu crépusculaire.

Lundi 23. Une nuit de repos et c'est reparti. A la découverte de la vallée de l'Eygues et ses jolies petites cascades, nous atteignons Nyons avec son pont roman et ses charmantes ruelles accompagnés d'un vent bien soutenu. Belle ascension vers Ventérol pour rejoindre l'Eygues en traversant le joli village de Vinsobres. Au passage, nous ne manquons pas de flairer un cru au caractère bien marqué qui chatouille nos papilles. Nous rentrons à Vaison via St-Maurice-sur-Eygues et Buisson. Avec Jean-Pierre et Luc, nous profitons d'un après-midi plein soleil pour une petite balade pédestre et découvrir le somptueux site antique de Vaison-la -Romaine. On comprend maintenant pourquoi « romaine » ! Ambiance assurée en soirée par les Lidgeux et par Bart... pas besoin de le comprendre pour rigoler !

Mardi 24. Matinée pluvieuse annoncée. Ça tombe bien, c'est le jour du marché à Vaison-la-Romaine et c'est, paraît-il, un des plus anciens et plus animés des marchés de Provence. Dans une

ambiance chaleureuse et provençale, nous en profitons. Dans l'après-midi, le soleil est de retour et Jean-Pierre, qui connaît la route sur le bout des doigts, m'emmène vers Malaucène et le pied du Ventoux. Nous rebroussons chemin car les heures avancent et 27 km pour garder le rythme, c'est très bien ! Soirée bien animée par un karaoké proposé par le centre de vacances.

Mercredi 25. Belle journée ensoleillée. Départ à 10 h. Très joli parcours, mon préféré ; 55 km et 1000 m de dénivelé vers Faucon, le col de Propiac entouré de ses vignes et de ses oliviers, Mollans-sur-Ouvèze et le petit col de Vaux. Des descentes magiques vers les splendides gorges de l'Ouvèze et de Toulourenc. Des paysages à couper le souffle ! Une organisation parfaite: Fred en tête groupe et Luc qui ferme la marche ; entre-eux un va-et-vient des seconds jouant le rôle de signaleurs ; et arrêts pour resserer les rangs au besoin. Bélanda nous attend à Malaucène : petite pause repas sympa avant le retour à Vaison dans l'après-midi. Jean se joindra, pour cette journée, à un petit groupe de téméraires pour sa seconde escalade du Ventoux de la semaine au départ de Sault : 87km et 1907m de dénivelé positif.



Jeudi 26. Objectif du jour : le Ventoux. Déplacement en voiture pour démarrer de Bédoin vers 10 h. Quelque peu brumeux au départ et copieuse mise en jambes avec les majestueuses gorges de la Nesque. Un canyon spectaculaire percé de grottes, un patchwork de paysages impressionnants. Pause-repas à Sault où le soleil refait son apparition et s'est parti à l'assaut du mythique et légendaire géant chauve de Provence. Chacun son rythme, petite pause au chalet Reynard où Bélinda nous encourage avec un petit réchauffement-café et une « petite laine ». Le vent est soutenu et froid, les nuages sont au rendez-vous au sommet mais n'arrêtent pas les plus audacieux, dont Didier, pour effectuer les 6 derniers km et les 450m de dénivelé restants. Descente très prudente pour tous vers Bédoin. Pas de chance pour Luc, bris de rayon ; il doit attendre le dépannage de Bélinda. Rendez-vous à Bédoin et journée bien remplie.

Vendredi 27. Du tranquille pour la dernière escapade de notre séjour, 58 km et à peine 390 m de dénivelé. Une descente douce vers Buisson avant de passer à Visan, Bouchet pour arriver à Suze-la Rousse et admirer au passage son célèbre château médiéval. Nous plongeons ensuite, à perte de vue, à travers des vignes du Vaucluse : la petite commune de Sainte-Cécile-les-Vignes réputée pour ses vignobles et surtout Rasteau et son cépage rigoureux du même nom, bien connu des fervents de rouge. Une allure soutenue pour la finale vers Vaison-la-Romaine et une après-midi ensoleillée qui nous



permet de passer un agréable moment de convivialité autour d'un petit verre, d'en profiter avec une petite partie de pétanque avec les liégeois et les sambriens et pour taquiner la balle de ping-pong avec Jean. Et pendant tout ce temps, Jean-Pierre, notre amoureux du Ventoux, se paie en solo, au départ de Vaison, la montée par Malaucène, la descente jusque Bédoin ; demi-tour et regrimpée via Chalet Reynard pour rentrer à Vaison par Malaucène. (107 km et ± 3400m de dénivelé positif). Incroyable Jean-Pierre !

Conclusion : je ne savais pas du tout ce qui m'attendais, mais je peux certainement me faire l'interprète de mes coéquipiers et certainement aussi de la majorité des participants pour affirmer que j'ai été comblé par les bons moments d'amitié partagés, par la grande convivialité rencontrée tout au long de cette semaine, comblé aussi par les itinéraires empruntés, riches de leurs paysages variés, comblé aussi par le choix de l'hébergement et de son infrastructure accueillante, et comblé aussi par l'organisation de la FFBC, minutieuse et en même temps suffisamment souple permettant à chacun un planning personnalisé. Tous les ingrédients d'une organisation comme on les aime ! Un énorme merci à tous pour votre convivialité et tout particulièrement à Frédéric, cheville ouvrière de cette passionnante semaine.



ACTIVITES FEDERALES / VOYAGES ET SEJOURS

PAR DIDIER SEHA

C'est une première pour moi en tant que membre de la Margelle (BW) de participer à une organisation de la FFBC Vélo-Liberté en compagnie de 4 amis de notre entité (Michel, Jean, Jean-Pierre et Luc). Je profite surtout de l'occasion qui m'est donnée d'enfin réaliser un séjour à l'étranger ; mes enfants en vacances scolaires pouvant s'occuper de mon épouse.

Le rendez-vous est fixé au centre de vacances Léo Lagrange de Vaison la Romaine à partir de 17 h le samedi 21 octobre. Nous sommes chaleureusement accueilli par Frédéric Coulon, responsable voyages et séjours FFBC et sa compagne Bélanda. Je retrouve également sur place Patrice (rencontré la 1ère fois lors du séjour dans les Pyrénées en 2019) qui roule maintenant avec le cyclo club sambrien.

Dimanche 22 . Le premier départ groupé nous attend à 9 h. après une photo générale. Il ne faudra pas attendre longtemps pour que spontanément, des groupes se forment en fonction des niveaux ou d'autres groupes choisissent de rouler entre eux. Le groupe que j'ai choisi (avec l'organisateur) parcourt les 60 premiers km de notre semaine en partant direction Malaucène mais en évitant la départementale D938 pour rejoindre le col de Suzette (7 km et 295 de dénivelé). Entre Vacquerras et Gigondas, nous avons pu admirer les « Dentelles de Montmirail » Retour vers 13h00, 60km et 863 dénivelé. Bon début.

Lundi 23. Découverte de la vallée de l'Eygues et ses jolies petites cascades, nous atteignons Nyons avec son pont roman et ses charmantes ruelles accompagnés d'un vent bien soutenu. Belle ascension vers Ventérol pour rejoindre l'Eygues en traversant le joli village de Vinsobres très connu pour sa cave à vin qui sera visitée le lendemain. Retour à Vaison via St-Maurice-sur-Eygues et Buisson. 55km et 747 dénivelé Merci Monsieur Eole.

Mardi 24. C'est le jour du marché à Vaison-la-Romaine, un des plus anciens et plus animés des marchés de Provence

ET il a plu. Dans une ambiance chaleureuse et provençale, nous en profitons. L'après-midi visite de Vaison ... en vélo et son magnifique site gallo-romain pendant que d'autres visitent la cave à vin de Vinsobres ou d'autres continuent de rouler. Ambiance assurée en soirée karaoké avec en vedette Bart... et ... Frédéric !

Mercredi 25. Départ retardé à 10h. suite à la soirée d'hier qui en aura marqué plus d'un. Incursion dans la Drôme. Faucon, Propiac, le pont et les gorges de Toulourenc.

Petite pause repas (et oui la fête de la veille a fait quelques dégâts « physiques » Retour à Vaison via Saint Marcelin lès Vaisons. 55km 1.000 dénivelé En bref, l'apéro pour demain vers le mont chauve.

Jeudi 26. (anniversaire de mon épouse) Déplacement en voiture vers Bédoin. Vers 10 h. départ vers les magnifiques gorges de la Nesque. Repas (lunch paket) à Sault où le soleil refait son apparition et c'est parti à l'assaut du mythique et légendaire Ventoux chacun à son rythme. Pause prévue au chalet Reynard où Bélanda nous attend bien au chaud. J'avais emporté une veste thermique laissée dans la camionnette. Après cette petite pause, en route vers le sommet mythique du mont chauve. Au début le vent n'est pas trop soutenu mais les nuages menacent, brouillard et quelques gouttes de pluie font leur apparition. Ca promet au sommet Et effectivement, dans le dernier virage menant au sommet, une bourrasque de +de 100km/h a raison de moi et mon destrier. C'est donc à pied que je franchis les 10 derniers mètres dans le brouillard, la pluie, le froid (3 degrés) et les bourrasques de vent. Retour tranquille vers Bédoin sous une excellente température (18) qui contraste avec le sommet. 86km 1.895 dénivelé

Vendredi 27. Malheureusement, retour en ce qui me concerne (devoirs familiaux imprévus) ... mais avec des souvenirs inoubliables dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Seul petit bémol peut-être : le moment tardif pour une telle semaine en fin de saison. Didier de la Margelle



IL FAUT UN DÉBUT À TOUT : MES PREMIERS 100 KM. PAR MAX AMBECK

PAR JULIEN MAJKOWSKI

Je m'appelle Max, j'ai 16 ans. J'habite à Woluwe Saint Pierre, pas loin de la maison d'enfance d'Eddy Merckx.



Moi, devant l'ancienne stèle d'Eddy Merckx en 2017



Eddy M. devant son ancienne maison le jour de l'inauguration de la nouvelle stèle.

Dès que l'opportunité se présente, je file dehors sur mon vélo et pédale le plus possible peu importe la destination.

Aussi loin que je me souviens, j'ai toujours aimé le vélo. On pourrait dire que je grandis sur mon vélo. J'ai toujours

eu envie de dépasser mes limites mais ce n'est que depuis quelques années que j'ai commencé à me concentrer sur mes capacités physiques en vélo. Petit, je ne faisais que des sorties en vélo avec ma famille. En grandissant, celle-ci se sont multipliées. Et à ceux-ci ce sont ajoutés mes trajets journaliers vers l'école.

Alors que le confinement se terminait, j'ai, pour la première fois tenté une balade avec mon ami qui est aussi passionné par le vélo. Celle-ci a eu lieu dans le parc à proximité en raison des règles liées au Covid toujours en vigueur. De plus en plus d'amis « cyclistes » ce se sont joints à nous et nos balades ont progressivement gagnées en longueur. J'ai également durant cette période, pris énormément de plaisir à apprendre à une amie très proche à rouler en vélo. Elle a très vite appris et a rapidement éprouvé la même envie de rouler que moi.

Nous profitons souvent des vacances pour sortir en vélo soit en petits groupes, soit plus rarement un grand groupe. En fonction du groupe, nous privilégions la convivialité ou la performance mais dans tous les cas le plaisir est toujours là.

J'ai aussi la chance d'avoir un papy lui aussi passionné du vélo. C'est peut-être lui qui m'a transmis cet amour du vélo. Malgré son handicap à une jambe, un infarctus et 80 piges au compteur, comme moi rien ne l'arrête. Avec lui, j'ai découvert la région liégeoise et le Condroz et ses côtes, comme la côte de la Roche aux Faucons (en plus des belles petites côtes bruxelloises ☐).



Ci-dessus, mon petit frère et moi dans la Roche aux Faucons en 2017.

ACTIVITES FEDERALES / JEUNES



Sur le ravel Huy-Ciney en 2022

Nous avons pas mal roulé, du côté de Neuville. Quel plaisir de rouler avec mon papy, il connaît la région comme sa poche, et me raconte des anecdotes liées au paysage. Nous avons fait 50 km en utilisant entre autres le Ravel Huy-Ciney. Quelques mois plus tard 70, puis 85 km.

Cela faisait longtemps que je rêvais de faire 100 km et donc battre mon record de distance. Nous avions projeté de faire une sortie de 100 km ensemble, en août 2023. Pour se préparer, mon papy a fait le tour dont il ne cesse de me faire les éloges : L'Eiffel Trophy organisé par le club de Dolhain. 90 km et plus de 1000 m de dénivelé. Mais pas de chance, je me fais une entorse puis peu de temps après papy se casse la rotule de sa bonne jambe. Cette sortie devra donc être remise à plus tard.

Entre temps, de mon côté, avec mes amis, j'ai continué à faire des tours de plus en plus grands. Par exemple ;

- La promenade verte autour de Bruxelles (60 km)
- Bruxelles – Louvain-la-Neuve – Bruxelles
- Bruxelles – Leuven – Bruxelles

Mes amis et moi avons en tête de faire 100 km durant

les vacances d'automne. Un d'entre eux proposa d'aller à Boom en longeant le canal et en passant derrière Maline. Le chemin était facile à trouver car il suffisait de suivre le canal. L'excursion était prévue le 10 Novembre 2023. Malédiction, quelques jours avant j'attrape un gros rhume. Je me suis reposé un maximum pour ne pas raté l'évènement. Le jour venu j'ai failli renoncé. J'y suis quand même allé mais j'ai mis du temps à vraiment me mettre en route. Puis après 10 km, ça alla mieux et je pu profiter autant que je l'espérais de ce tour.

Ce fût, donc, notre premier tour de 100 km (Bruxelles – Boom – Bruxelles).

Le trajet a débuté à 10 heure et nous sommes revenu à 18h30 avec une bonne pause Pique-nique à midi. Notez que nous n'avions pas de vélo adapté car nous roulions tous en VTT.

Un bon déjeuné et le pique-nique ont suffi à nous donner assez d'énergie. Mon papy était très impatient d'entendre de mes nouvelles. J'étais heureux d'en faire le récit à mon retour. La prochaine fois ce sera avec lui.

Max

INSOLITE

PAR JULIEN MAJKOWSKI - PARTIE XII

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.

LES CHIENS

Par rapport aux chats, sujet au combien délicat. J'entends déjà les défenseurs des chiens dire « On va en prendre plein la..... ». Rassurez-vous, j'aime les chiens, même si.

Enfants quand je me rendais à l'école, je passais devant une maison où il y avait un gros chien. Parfois il s'approchait de la grille en aboyant très fort, cela me faisait tellement peur que pour finir j'ai changé d'itinéraire. Pour m'aguerrir, mes parents m'ont acheté un beau berger allemand, Fig 12.1. On l'appelait « Naironne »

Il était très intelligent. Mon père s'amusait à faire le test suivant. Après avoir conduit les chèvres dans un champ situé à environ 500 m de la maison, il y laissait son chapeau, et



ACTIVITES FEDERALES / INSOLITE

en polonais, il lui demandait de le ramener à la maison à son coup de sifflet. Et ça marchait...au fait, en plus d'être intelligent, il était bilingue !

Quand je rentrais de l'école, il était tellement content de me voir qu'il mettait ses pattes avant sur mes épaules et me léchait les joues. Mais avec son poids, il me faisait tomber. C'est au point que, parfois je n'osais plus franchir la barrière de ma maison. Mes parents ont dû se mettre à l'évidence, et ils ont décidé de le vendre à un fermier de Termes. (A propos du village de Termes, il y a le gag classique : « Où êtes-vous né ? » Réponse : « A Termes », suivi de « Je ne vous demande pas quand, mais où » !!!!!)

Quelques années plus tard, je lisais une BD où le petit héros de l'histoire avait un chien qui s'appelait « Néron ». Drôle de nom pour un chien ne suis-je dit. Puis après quelques secondes la pièce est tombée... Mon brave « Naironne », en fait, c'était « Néron » prononcé à la polonaise....

La première édition de la course Bordeaux-Paris eut lieu le 23 mai 1891. Vingt-huit coureurs prirent le départ de la course, dont un à tricycle. Le gagnant fut l'Anglais George Pilkington Mills, qui termina le trajet en 26h34. Parmi les incidents ayant émaillé la course, on peut noter la chute de coureurs à cause d'un chien, commentée ainsi dans La Nature : « dans notre pays, les chevaux et les chiens ne sont pas encore assez habitués aux vélocipèdes [...]. Aussi le chien français est-il la terreur des vélocipèdistes, heureux encore quand ce n'est pas le propriétaire de l'animal qui l'excite contre eux ainsi que cela s'est vu trop souvent.

Je repense souvent à cette scène. Le long du Canal Albert, sur une partie « Tolérée » aux voitures, un conducteur au volant de la voiture tenait son chien par une longue laisse. Et de loin, j'avais l'impression que c'était le chien qui remorquait la voiture

Venons-en aux cyclistes et aux chiens. Sans statistiques, je dirais que 99,9% des chiens et leur maître ont un bon comportement vis-à-vis des cyclistes.

Ci-contre fig 12.2 , Klem et son maître attendent patiemment que je passe. Merci Joseph et Klem pour la pose

Et comme souvent ce sont les 0,01 % qui font parler d'eux. Fig 12.2 Klem



Durant ma vie de cyclo, j'ai connu personnellement deux cyclos qui se sont fait mordre le bas du mollet, et l'un d'eux a même dû être hospitalisé suite à l'infection provoquée par la morsure.

Il y a le cas classique du gros chien en liberté dont le maître crie de loin « N'ayez pas peur, il est gentil ». N'empêche, ça fait quand même peur

Les petits cabots. Une fois à Noisieux, j'ai été poursuivi sur près de 100 m par un petit cabot en liberté, et qui en voulait à mon mollet. J'ai tout essayé, accélérer, zigzager, taper du talon, puis pour finir il est retourné chez lui...

L'habituel. Le pire, c'était du côté de « Warzée » dans la descente de Beemont vers Seny. Durant plus d'un an chaque fois que je passais près de cette maison, le chien quittait la cour, se précipitait vers moi et me poursuivait en essayant d'attraper mon mollet. Tous les cyclos que je connaissais et qui passaient par là avait le même problème.

Chacun avait sa solution. Une baguette, un bâton, un petit fouet. Personnellement j'ai fabriqué un générateur à ultrason, sans effet. J'ai acheté un sifflet à ultrason, sans plus de succès. Heureusement après un an, on n'a plus revu ce chien.

Qu'est-il devenu ? Peut-être que suite à des plaintes les propriétaires se sont résolus à l'attacher, ou s'est-il fait écraser par une voiture ???, Ce qui compte pour moi c'est qu'il ne m'a plus embêté.

Le gag cinématographique. Plus narrant cette fois. Sur un Ravel, je roulais en file indienne avec un ami. On arrive à la hauteur d'un chien tenu par une TRES longue laisse. Le maître à droite et le chien à gauche

Le maître rappelle son chien qui docilement va près de son maître.

- Mon ami passe.
- Je ne sais pas ce qu'il lui prend, mais le chien retourne à gauche.
- Le maître tire sur la laisse et rappelle son chien.
- Je me retrouve face à une laisse tendue devant moi.
- Toujours docile le chien retourne vers son maître, mais en passant derrière moi.
- Je me suis retrouvé pris comme dans un lasso....

Heureusement vu la faible vitesse il ne s'est rien passé, sinon le maître qui s'est fondu en mille excuses.

Le défenseur du logis. Et un peu comme le chat agressif de Modave. Un beau jour à l'orée d'un bois le long de la route un chien en liberté se trouvait devant une maison qui semblait abandonnée.

A mon approche le chien s'est mis à aboyer, avec le message « Ne t'approche pas de ma propriété ! ». Que faire ? Alors je suis parti des principes suivants.

- Chien qui aboie ne mord pas.
- Le chien aboie et la caravane passe.

Bon, ben j'ai continué mon chemin, et lui, il a continué à aboyer, puis satisfait de sa mission accomplie il s'est tue. Ouf !, cette fois les proverbes se sont révélés exacts.

Dans un autre style. Vers 2010, je roulais cool relax à travers bois en direction de S'rin (Seraing). Au loin j'entendais de petits aboiements, ressemblant presque à des paillements !

Dans un semblant de petite clairière, une dizaine de petits chiots criaient leur désespoir. Le long de la route, deux voitures dont le ou les passagers ont eu pitié choisissaient le ou lesquels ils pouvaient sauver de ce « crime ». Que dire de ces propriétaires si peu scrupuleux !!!

ACTIVITES FEDERALES / INSOLITE

Le chien perdu sans collier. Une histoire émouvante, à faire arracher des larmes de crocodiles.... J'étais en direction de Laroche, de loin j'aperçois un pauvre chien tout crasseux et avec les poils en pétard, avec l'air penaud, la queue pendante et les oreilles rabattues, se dandinant péniblement sur ses pattes.

En m'apercevant, ses oreilles et sa queue se sont redressées, j'ai deviné que dans sa tête il y voyait une lueur d'espoir. Sa démarche est devenue plus franche. Au fur et à mesure de l'approche, son regard se fixait sur moi, avec l'air de me dire « Est-ce que tu peux me conduire chez toi ». A vélo, pas évident, et quand je l'ai dépassé, il était tout déçu.... J'espère pour lui qu'il n'a pas fini dans une fourrière.

Depuis en observant les chiens en liberté, je fais vite la distinction entre un chien abandonné ou un chien en prise de liberté.

En conclusion, je peux dire qu'il y a beaucoup de chiens abandonnés !!

La récompense au retour. Et sur une note plus gaie, il y a le chien, ou plus précisément ici la chienne qui saute de joie au retour du cyclo. N'est-ce pas Molie !

Merci Olivier pour cette jolie photo suivante.

Fig .12.3 Molie est contente

Et pour clôturer, comme il n'y a pas trop de choses à dire sur les chiens. Alors finissons par une petite blague.

Sur un circuit cycliste permanent, il y a un petit café tenu par une charmante Madelon. Les cyclos peuvent s'y désaltérer avec une bonne boisson fraîche, eau ou bière c'est selon.. Sur la porte d'entrée sur un grand écriteau il est mis « Attention au chien ».

Craignant de me trouver face à un molosse menaçant, j'avance prudemment et je me suis retrouvé face un tout petit chihuahua qui me regardait tendrement.. Intrigué j'ai demandé à Madelon la signification de l'écriteau. C'est simple m'a-t-elle répondu, « Il faut faire attention à ne pas écraser le chien ».



IL Y EN AVAIT PARTOUT !

PAR BERNARD BACHELART - BERNARD.BACHELART@GMAIL.COM

Plusieurs inconnues se posaient à l'ouverture de cette nouvelle édition de la journée annuelle « sans voitures ». La popularité de la manifestation reprendrait-elle sa hausse après l'interruption due à la covid ? Le soleil viendrait-il le dernier dimanche d'été encourager les Bruxellois à sortir leurs vélos ?

Ce 17 septembre 2023, la lumière solaire était bien présente mais diffuse du fait d'un voile nuageux persistant. La météo décourageait donc de tenter des photos avec des effets spectaculaires de luminosité, de contrastes ou d'ombres. En revanche, il était possible de choisir l'angle de prise de vue en ne tenant compte que de la position des cyclistes. Ceux-ci affluaient partout, en tous sens, sur les chemins aussi bien que sur l'asphalte du boulevard. Le photographe missionné par la rédaction n'avait donc que l'embaras du choix.





En plus de l'image sympathique de la cycliste à l'avant-plan, la photo dans la colonne de gauche donne un exemple d'aménagement irrationnel d'un carrefour. Les deux artères qui se croisent disposent de pistes cyclables à double sens. Elles coupent les trottoirs aux sorties du carrefour. Bref, cet aménagement routier fort compliqué favorise les accidents.

Tiens, ce cycliste paraît bien pressé en ce jour où l'esprit de flânerie règne. La vision de l'arrière-plan et de ses rayons montre bien sa grande vitesse. En réalité, il avançait au même rythme que le participant moyen. Non, la photo n'a pas été truquée. Simplement, elle a été prise à 1/60e de seconde, temps fort long pour un cliché d'action. Pour obtenir cet effet, il faut se tenir latéralement par rapport au vélo et suivre son mouvement au rythme exact de celui-ci, surtout au moment de déclencher. C'est une des méthodes photographiques qui permet à certains de faire passer une interprétation fautive d'une scène...



À l'image du réseau Ravel, une ancienne voie ferrée à l'Est de l'agglomération bruxelloise est devenue un chemin cyclo-piétonnier. Bien caché entre les taillis, il est pourtant fort utilisé en semaine pour se rendre à l'école ou au travail car il se trouve plusieurs institutions d'enseignement et entreprise sur ses côtés au fil de son long trajet. Ce dimanche, ce furent les promeneurs qui l'envahirent au point qu'à certains croisements des bouchons se formèrent.



La photo ci-jointe, nous montre une cycliste isolée dans une végétation colorée. Pourquoi ce sympathique chemin asphalté était-il délaissé par la très grande majorité des participants à ce dimanche sans voitures ? On comprend cette désaffection en examinant les itinéraires liés à ce passage : ils sont tortueux pour les cyclistes.

La cycliste ci-contre a été choisie non pour sa pittoresque tenue mais bien pour ses lunettes qui empêchent de l'identifier, dans son intérêt. En effet, les autorités ont interdit ce tronçon aux vélos, alors qu'il constitue un maillon dans un enchaînement de passages très pratiques pour les cyclistes. Malgré une volonté affichée de promouvoir l'usage du vélo, les responsables de la mobilité ne parviennent pas à proposer partout des itinéraires pratiques et sûrs pour les cyclistes.



Le succès inédit de cette édition de la journée sans voitures est un encouragement à croire au développement du vélo mais aussi un rappel de la nécessité d'adapter des voiries pensées originellement pour la voiture à la circulation cycliste.

UNE TRANSITION SANS RUPTURE



Ce dernier dimanche de l'été offrait aux participants de très belles vues sur la végétation et les meilleurs yeux purent admirer les butineuses occupées à leurs dernières tâches de la saison.

Quelques semaines plus tard, le vent et la pluie ont en bonne partie dépouillé les arbres de leurs parures. Les regards des cyclistes ne cherchent même plus à voir des fleurs. La seule chose colorée qui attire mes yeux est la lumière des chiffres affichés sur la borne de comptage (voir photo à droite) sur la piste cyclable : 223 cyclistes y sont déjà passés à 8 h 23. Il s'agit donc d'utili-



ACTIVITES FEDERALES / TECHNIQUE

sation purement utilitaire de cette piste que les cyclistes dominicains parcouraient dans un but de détente, souvent en famille, à la fin de l'été. L'on constate toutefois que la circulation des vélos augmente tout au long de l'année dans la région, ce qui fait penser qu'une partie des cyclistes cumulent les deux activités. Bref, l'usage utilitaire favorise le passage du pratiquant au cyclotourisme et inversement.

BILAN DE LA JOURNÉE

Ce dimanche 17 septembre fut une journée sans voitures dans plusieurs grandes villes du pays : Bruxelles (toute la région), Anvers, Gand, Bruges etc. En Wallonie, Ath (Hai-

naut) et Ans (Liège) furent complètement interdites aux véhicules à moteur ainsi que quelques centres-villes. Le mouvement n'est pas aussi général au Sud du pays qu'au Nord.

Par rapport à un dimanche « normal », les concentrations de NO₂ (dioxyde d'azote) ont diminué à Bruxelles de 44 à 77 % selon les endroits. Pour l'année 2020, l'agence européenne de l'environnement attribua 49.000 décès prématurés à ce gaz, issu de la combustion. On savait que pédaler entretient la santé du cycliste, on apprend que ça contribue aussi à préserver celle d'autrui.

Bernard Bachelart, alias Cyclober

C'était le samedi 19 août, les conditions étaient correctes et Jean-Marie enfourchait son vélo pour se rendre à Meux à 12 km de son domicile. Peut-être, un voisin dans son jardin ou à sa fenêtre l'a-t-il vu partir pour cette nième randonnée et s'est-il dit en lui-même : Ah, ce Jean-Marie, bientôt 80 ans et toujours cette vigueur, cette santé, cet enthousiasme intact, cette jeunesse quoi ! C'est vrai qu'il en a fait des tours de la terre sur son vélo depuis qu'en 1977, avec un groupe d'amis, il fonda le Vélo Club VEDRIN. Très vite, il roula son premier Namur-Bouillon-Namur, épopée héroïque de néophytes aussi intrépides qu'inexpérimentés qui se termina à l'épuisement mais aussi en apothéose par un accueil triomphal au café RADAR, QG du club à l'époque.



Ce jour-là, le virus du vélo avait fait son œuvre car, des Namur-Bouillon-Namur, l'ami Jean-Marie en enchaîna au total pas moins de 28 dans toutes les conditions atmosphériques possibles et imaginables. C'était le rendez-vous de l'année à ne manquer sous aucun prétexte !

A côté de cela, son palmarès s'étoffait de la plupart des grandes classiques cyclistes : Milan – San Remo, Liège – Bastogne – Liège, le tour des Flandres et surtout la mythique Paris-Roubaix, chasse gardée de son idole, Roger De Vlaeminck, le Gitan, Monsieur Paris-Roubaix. S'y ajoutent aussi plusieurs cyclosporives, l'ardéchoise, d'innombrables participations à la semaine fédérale française et bien entendu les rendez-vous hebdomadaires dans les clubs namurois et d'ailleurs.

Ce 19 août, ce brave voisin était loin de se douter qu'il voyait partir Jean-Marie à vélo pour la toute dernière fois. Ce jour-là, Jean-Marie n'est pas rentré chez lui ! Pris de douleurs assez intenses tout au début de son trajet de retour, il préféra mettre pied à terre. Il reçut tout de suite l'assistance d'un bénévole du club de Meux, mais fut finalement transporté aux urgences par son épouse, non sans avoir chargé lui-même son vélo dans la voiture. Le malaise fut jugé sérieux mais la situation était sous contrôle et le pronostic optimiste. Hélas, une dizaine de jours plus tard, une complication inattendue survint et provoqua l'issue fatale le 15 septembre au bout d'un processus de dégradation progressive de l'état général.

Pendant toutes ces années d'activité, il est toujours resté fidèle à son club et n'a cessé de se mettre à son service de toutes les manières possibles (Organisation de voyages et séjours, animations cyclos dans le cadre du jumelage Vedrin-Longue-nesse, multiples services lors des organisations, principalement le fléchage, membre du comité, secrétaire et président de 2004 à 2011).

Au-delà de tout cela, Jean-Marie DE GROOTE, c'était la truculence, la convivialité, la camaraderie, la rencontre de l'autre, la fidélité, la Leffe blonde de la « 3ème mi-temps », tous traits de sa personnalité qui ont fait de lui un personnage reconnu et apprécié dans de très nombreux clubs.

Son départ inattendu provoque un grand vide bien entendu d'abord dans sa famille et dans son club mais aussi dans le village de Vedrin et dans toute la communauté du cyclotourisme namurois.

Repose en paix l'ami, tu l'as bien mérité !

CIRCUIT ITINÉRANT 25 ANS CYCLOCOEUR

A l'occasion de ses 25 ans Cyclocoeur a proposé à ses membres un circuit itinérant faisant la part belle aux « Plus Beaux Villages de Wallonie » des provinces de Liège et de Namur.

15 tandems, 2 signaleurs et 2 véhicules pour l'assistance et le transport des bagages ont participé à ce périple.

Du 27 août au 1 septembre, le peloton a ainsi arpenté les routes et les ravelés de ces deux provinces pour rallier les villages labellisés « Plus Beau Village de Wallonie » : ont ainsi été mis à l'honneur les villages de Falaën, Sosoye, Soulme, Celles, Chardeneux, My, Limbourg, Clermont-sur-Berwinne, Soiron, Olné, Thon-Samson, Mozet et Crupet.

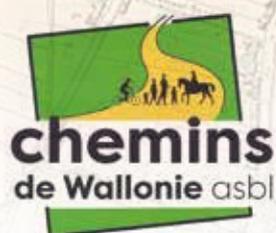
En 6 jours, le peloton de tandems a parcouru 400 km au départ de Flawinne et avec Crupet comme point d'arrivée. Nous avons ainsi fait étape à Matagne-la-Petite, Moressée, Ayrifagne, Wégimont et Mozet.

La météo nous a généralement été favorable sauf entre Jalhay et Battice où nous avons eu droit à des trombes d'eau.

Pour mener à bien ce projet, Cyclocoeur a pu bénéficier du soutien des Rotarys de Dinant Haute Meuse, d'Amay-Villers-le-Temple et de l'administration communale de Limbourg pour des repas de midi. La Ligue Handisport Francophone nous a assisté par le biais du prêt d'un véhicule.

Matélé nous a fait l'honneur d'un reportage sur notre défi. Il est disponible sur notre site (Cyclocoeur.be).

Pour conclure, 400 km de partages, de bonne humeur, de convivialité et de solidarité tant sur les tandems que lors des différents arrêts et soirées.



SAUVEGARDONS LA DIVERSITÉ DE NOTRE PATRIMOINE

CHEMINS DE WALLONIE ASBL



Mes randonnées pédestres, mes sorties VTT, et plus récemment, GRAVEL m'ont fait prendre conscience de la richesse de notre patrimoine en termes de possibilités de découverte de nos régions, mais également, à bien des égards, à l'abandon, la dégradation voire l'accaparement de l'espace public par des riverains peu scrupuleux ou peu enclin à partager cet héritage que nous ont laissé plusieurs générations qui ont utilisé ces voies alternatives par le passé.

Qui ne s'est pas trouvé un jour face à un obstacle entravant le passage, une interdiction de passage sous prétexte de domaine privé, voire de graves dégradations du fondement de certains chemins consécutifs aux passages intensifs d'engins d'exploitation surdimensionnés défonçant ses bases et le rendant impraticable pour l'usager piéton, cycliste ou cavalier.

C'est ainsi que, m'étant souvent interrogé sur mes droits à fréquenter certains chemins, ou indigné de voir avec

quelle désinvolture certains de ces chemins étaient sacagés, que je me suis mis à écrire au service Voiries de communes que je parcours, et qui, j'en ai vite pris conscience, avaient une responsabilité dans la gestion, la défense et l'entretien de ce patrimoine. C'est ainsi, que fis connaissance de l'association « Chemins de Wallonie » anciennement « Itinéraires Wallonie asbl », fondée en 1995, et leur publication trimestrielle « Chemin Faisant » à laquelle j'ai adhéré immédiatement pour une modeste cotisation annuelle de € 20,00 et que j'utilise aujourd'hui régulièrement leur application au cours de mes randonnées hors routes.

Cette association est animée par des personnes brillantes et particulièrement motivées pour la défense et la promotion des voies douces, chemins, sentiers et petite voirie du domaine public ou bénéficiant d'une servitude héritée des usages historiques. Outre le recensement, reposant essentiellement sur l'Atlas des chemins vicinaux, l'association participe activement avec les autorités à la concertation dans le cadre de l'élaboration des lois et textes encadrant le sujet, et l'exploitation positive de la jurisprudence se rapportant à la mobilité lente et à cette petite voirie.

Car oui, il existe un cadre légal et une jurisprudence en la matière, même si les décrets d'application ne suivent pas toujours le rythme souhaité, et que notre société, dite en transition, est en droit d'attendre.

C'est la raison pour laquelle, je vous invite tous à devenir ACTEUR, et peut-être membre de cette association en visitant, pour plus d'information, leur site « chemins.be »

Bien cordialement,

Roland PRIEM, Membre de ARONA B.C. HUY

MOBILITÉ ACTIVE EN MILIEU NATUREL

CONSEIL ASSOCIATIF - NAMUR - 20/11/2023



Vu le temps compté, chaque groupe avait 2 cas à analyser avec une légère modification des groupes entre afin de permettre un meilleur brassage des opinions.



Au terme de ces débats, une mise en commun fut effectuée par les chargé.e.s de mission de Canopea suivie d'une discussion entre les participant.e.s autour de plusieurs aspects soulevés par certains groupes durant leur analyse.

Comme il fallait s'y attendre, le planning un peu serré de la rencontre n'a pas permis d'aboutir à un réel consensus et une deuxième rencontre a été programmée au jeudi 25/01. Il va de soi que nous vous tiendrons informé en continuant à défendre l'intérêt du « Vélo-Liberté » en milieu naturel

Suite au mouvement « Non au béton dans notre bois » dans le cadre de la construction du Vicigal (<https://vicigal.be/>), la Canopea (ex Inter Environnement Wallonie) a souhaité remettre à jour sa position par rapport au Réseau Autonomes des Voies Lentes (RAVeL) datant de 2001.

Dans le même esprit que les « Assises de la Forêt », les différentes associations citoyennes concernées (naturalistes, mobilité et loisirs) furent conviées à une rencontre afin d'analyser les différents enjeux et de créer un nouveau cahier de charges proposant des recommandations (conditionnelles ou non) de bonnes pratiques en aménagement des voiries en milieu naturel.

Après une brève introduction du contexte autour de l'évènement, un tour de présentation des invités a permis d'avoir les différents centres d'intérêts de chacun et chacune.

Vint ensuite l'activité principale consistant en une analyse hypothétique de l'installation d'infrastructures dédiées à la mobilité active en milieu naturel.

Celle-ci ayant pour objectif principal d'identifier les points de convergence et de divergence entre les représentant.e.s des différentes associations.

Pour analyser de manière cohérente les 4 cas présentés, des groupes de 4 à 5 personnes furent formés de manière à intégrer un maximum de diversité d'opinions dans chaque groupe.



CAS #1 : CYCLOSTRADE EN FORÊT LE LONG D'UNE NATIONALE

Usage	Utilitaire
Mode(s) cible(s)	Cyclistes
Milieu traversé	Forêt sans enjeux biologiques
Fréquentation	Grande



Conception	<ul style="list-style-type: none"> Sur un accotement routier 4m de large en enrobe bitumineux Réservé aux cyclistes
Phase préliminaire	<ul style="list-style-type: none"> Pas de demande de permis Consultation des CCATM Aucune étude d'incidence
Construction	<ul style="list-style-type: none"> Abattage d'arbres sans mesure compensatoire
Usage et entretien	<ul style="list-style-type: none"> Fauche de la zone de sécurité 2 à 3 fois par an et du talus 1 fois par an Taille systématique à 0,5m sur une hauteur de 2m20 Nettoyage des feuilles régulier Eclairage entre 6h et 22h Réenduisage tous les 2 ans
Fin de vie	<ul style="list-style-type: none"> Aucune mesure prévue

CAS #2 : LIAISON FONCTIONNELLE SUPRA-LOCALE SUR UN CHEMIN AGRICOLE

Usage	Utilitaire
Mode(s) cible(s)	Cyclistes
Milieu traversé	Agricole sans enjeux biologiques
Fréquentation	Moyenne



Conception	<ul style="list-style-type: none"> Sur un chemin agricole existant 3m de large en béton hydraulique bi-bande, sans accotement Voirie partagée (F99c)
Phase préliminaire	<ul style="list-style-type: none"> Demande de permis Consultation via l'OCBM Etude d'incidence
Construction	<ul style="list-style-type: none"> Pas d'abattage d'arbres
Usage et entretien	<ul style="list-style-type: none"> Fauche du talus 1 fois par an Nettoyage des feuilles annuel Pas d'éclairage Pas de maintenance
Fin de vie	<ul style="list-style-type: none"> Déconstruction prévue

CAS #3 : CHEMIN CYCLO-PIÉTON EN ZONE NATURA 2000

Usage	Loisir
Mode(s) cible(s)	Piétons, cyclistes
Milieu traversé	Réserve naturelle
Fréquentation	Faible



Conception	<ul style="list-style-type: none"> Sur un chemin forestier existant 2,5m en empierrement stabilisé, accotement non aménagé Voirie partagée (F99a) réservée aux cycles et piétons
Phase préliminaire	<ul style="list-style-type: none"> Procédure voirie Pas de consultation Inventaire des espèces
Construction	<ul style="list-style-type: none"> Taille d'arbres sans élagage Taille systématique à 0,5m sur une hauteur de 2m20
Usage et entretien	<ul style="list-style-type: none"> Eclairage par détection de mouvements Maintenance tous les 5 ans
Fin de vie	<ul style="list-style-type: none"> Désimpermeabilisation prévue

CAS #4 : ELARGISSEMENT D'UN SENTIER EN LISIÈRE DE FORÊT

Usage	Loisir
Mode(s) cible(s)	Piétons, cavaliers
Milieu traversé	Lisière de forêt à enjeux biologiques
Fréquentation	Faible



Conception	<ul style="list-style-type: none"> Sur un sentier forestier existant Terrassement pour passage de 0,7m à 3m sans revêtement Chemin partagé
Phase préliminaire	<ul style="list-style-type: none"> Enquête publique (voirie) Consultation des communes Aucune étude d'incidence
Construction	<ul style="list-style-type: none"> Elagage d'une haie de noisetiers Replantation d'arbres endémiques
Usage et entretien	<ul style="list-style-type: none"> Pas d'entretien Pas d'éclairage
Fin de vie	<ul style="list-style-type: none"> Aucune mesure prévue



ÉVASIONS VTT

POUR UNE ÉQUITÉ DES GENRES DANS LE MONDE DU VTT

Le club Evasions VTT, fort de son engagement en faveur de la diversité et de l'égalité, met en lumière les femmes qui repoussent les limites du VTT.

Dans un monde traditionnellement dominé par les hommes, le club Evasions VTT se démarque en promouvant activement la participation des femmes dans le VTT, un sport exigeant et passionnant. Avec quatre femmes au sein du club, Evasions VTT brise les stéréotypes et s'efforce de créer un environnement inclusif pour tous les amateurs de VTT.

Ces cinq femmes dynamiques ne sont pas simplement des membres du club, elles sont des véritables pionnières du VTT. Elles participent avec enthousiasme aux stages techniques et aux randonnées organisées par le club, démontrant à tous que le VTT n'est pas réservé à un genre en particulier.

Leur présence au sein du club a suscité l'admiration de leurs homologues masculins, qui ont été impressionnés par leurs performances et leur esprit de dépassement. Les membres masculins du club ont rapidement compris que le VTT ne connaît pas de genre et qu'il s'agit d'une passion partagée par tous, indépendamment du sexe.

Evasions VTT prend cet engagement envers l'équité des genres encore plus loin en associant Think Pink à sa randonnée annuelle «Mons et Légendes». Cette randonnée, prévue pour le dimanche 7 avril 2024, mettra en avant les femmes et leur lutte pour la sensibilisation au cancer du sein. Le club est fier de soutenir cette noble cause et d'encourager la participation active de femmes dans le monde du VTT.

Le président d'Evasions VTT, Vincent Guglielmi, déclare : «Nous croyons fermement en l'égalité des genres et en l'inclusion de tous. Le VTT est un sport qui transcende les différences de genre, et nous sommes ravis de voir nos membres féminines exceller dans ce domaine. Nous sommes également honorés de nous associer à Think Pink pour notre randonnée annuelle. C'est une étape importante pour notre club, et nous espérons que cela encouragera

davantage de femmes à se joindre à notre passion.»

Evasions VTT démontre ainsi son engagement envers l'égalité des genres et son désir de célébrer les femmes qui se distinguent dans le monde du VTT. C'est un pas de plus vers un avenir où le VTT sera véritablement un sport pour tous, quel que soit le sexe.



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>

MONS ET LÉGENDES, LA RIPOSTE DES ANGES

UN RENDEZ-VOUS VTT ENGAGÉ ET PASSIONNÉ

PAR VINCENT GUGLIELMI, CLUB EVASIONS VTT

LE VTT AU FÉMININ, ENGAGÉ ET PASSIONNÉ

La ville de Mons s'apprête à vibrer au rythme des pédales lors de la troisième édition de «Mons et Légendes, la Riposte des Anges», une randonnée VTT qui transcende les frontières du sport pour embrasser la passion, la fierté locale, et l'égalité des genres. Organisée par le club Evasions VTT, en association avec Think Pink, l'organisation nationale de lutte contre le cancer du sein, cet événement unique aura lieu le dimanche 7 avril 2024.

UNE ALLIANCE POUR L'ÉGALITÉ DES GENRES : LE VTT AU FÉMININ

Le choix audacieux de s'associer à Think Pink témoigne de notre volonté de développer une image paritaire du VTT. «Mons et Légendes» s'engage à mettre les femmes à l'honneur afin qu'elles puissent relever ce défi sportif et s'épanouir encore davantage dans le monde du VTT.

PLUS DE 1000 PARTICIPANTS ATTENDUS : UNE CROISSANCE FULGURANTE

Après le succès des deux premières éditions qui ont réuni respectivement 350 et 610 participants, «Mons et Légendes, la Riposte des Anges» vise à dépasser toutes les attentes avec la participation attendue de plus de 1000 passionnés de VTT en 2024.

ITINÉRAIRES INÉDITS AU CŒUR DU PATRIMOINE MONTOIS

Cette année, nous vous invitons à découvrir Mons comme jamais auparavant avec trois itinéraires passionnants de 28, 42 et 65 kilomètres. Les participants auront le privilège de traverser des passages inédits en plein cœur du centre-ville, offrant des vues époustouflantes sur le riche patrimoine de la région. Et nouveauté en 2024, une marche familiale de 10 kilomètres rejoint l'aventure !

SERVICE DE QUALITÉ ET EXPÉRIENCE EXCEPTIONNELLE

Nous mettons l'accent sur la qualité de service avec des vestiaires, des douches, un barbecue orchestré par le chef principal du restaurant gastronomique «La Cour des Dames» à Obourg, et un bike-wash artisanal avec 8 postes de lavage. Trois postes de ravitaillement seront également disposés stratégiquement pour assurer le confort des riders.

INSCRIPTIONS OUVERTES : SOUTENEZ THINK PINK ET LA

RECHERCHE SCIENTIFIQUE

Les inscriptions à 8 euros sont ouvertes via le site du club evasionsvtt.be/mons. Le montant sur place est de 9 euros, et les marcheurs participeront à hauteur de 4 euros. 25% du montant des inscriptions seront reversés à Think Pink pour financer la recherche scientifique et soutenir les projets d'aide aux personnes touchées par la maladie. Pour en savoir plus sur les missions et projets de Think Pink, rendez-vous sur www.think-pink.be.

Rejoignez-nous pour une journée inoubliable où la passion du VTT se mêle à l'engagement en faveur de l'égalité et du soutien à une noble cause.

RANDO VTT
MONS & LÉGENDES
«LA RIPOSTE DES ANGES»
DIM. 07/AVRIL/2024

EVASIONS VTT

Bar et Petite restauration | Stand technique | Bike park de 500 m² | Ravitots : 28km : 2 / 42km et 65km : 3 |
Bike wash 8 places | Poste de secours et ambulance | Vestiaires et douches

EN PARTENARIAT AVEC
think pink
DANS LA LUTTE CONTRE
LE CANCER DU SEIN.

ORGANISATEUR
Evasions VTT asbl
Vincent Guglielmi
+32 (0)477/635.008
evasions.vtt@gmail.com

DÉPART
de 07h30 à 10h30
« Hainaut Sports »
Rue de Saint-Antoine, 1
7021 Havré

8€ PRÉINSCRIPTION
9€ SUR PLACE
scannez pour plus d'infos

partnamut | CÔTE & LOS | REPAMINE | LAND-ROVER | XTZ | FCP | AGICOLA | CAN TRAIL

Pour plus d'informations, visitez notre site web evasionsvtt.be/mons ou contactez-nous au +32-477/635008.

Evasions VTT - Ensemble, changeons la donne et pédalons pour un avenir sans risques !

#MonsEtLégendes2024 #VTTauFéminin #ThinkPink

NOS CLUBS S'ACTIVENT POUR VOUS !

PAR PHILIPPE COLLART - VTT@VELO-LIBERTE.BE

Aux 4 coins de notre belle Wallonie, nos clubs s'organisent afin de vous offrir des randonnées de qualité à la découverte des endroits les plus insolites de leur région.

BIENVENUE AUX TRB « TOUS RISQUES BIKERS »



Depuis 2015, 4 passionnés de VTT participaient régulièrement à différentes randonnées dans leur région (Hainaut, Namur, Brabant Wallon,...).

En 2017, Jean-François, Fabian, Thibaud et Sébastien décidèrent de devenir les Tous Risques Bikers (TRB). Grâce au soutien de partenaires locaux (Fiducia, Menuiserie Quertinmont, Snack de la Drève, EGD, MJ Cycles et G-Skin), ils purent même se payer un superbe équipement personnalisé.

Au fil du temps, le groupe s'est agrandi et compte à ce jour une dizaine d'adultes rejoints par les premiers ados (Eliott, Arthur, Thibaud, Colin).

Le but de ce groupe étant avant tout de prendre un maximum de plaisir dans notre passion du VTT mais pas que...

Depuis 2020, l'idée de porter un projet par an pour des enfants est né dans l'esprit des responsables et à ce jour c'est plus de 17.000€ qui ont été reversés à différentes associations, écoles ou mouvement de jeunesse.

Si l'idée fut en fait la mise en place d'une organisation, elle revêt un concept particulier qui a porté de suite ses fruits avec 1.604 participants en 2021, 1.008 en 2022 et un recul en 2023 vu la présence importante de boue (818 VTTistes).

Présentée sous forme de boucles de 4 couleurs différentes (d'où son nom « Les boucles VTT ») cette randonnée permet à chaque participant de composé son propre circuit avec un seul ravito central qui de + se trouve sur le lieu de départ.

Tracées autour de l'Abbaye d'Aulne, cette randonnée de 15 à 70km vous permettra de découvrir la région de Thuin, Ragnies, Leernes, Hourpes... en version Soft ou Hard au niveau D+

Au plaisir de vous rencontrer/croiser lors de notre prochaine édition (26 mai 2024) ou d'ici là sur les organisations des autres clubs FFBC.



ACTIVITES PROVINCIALES / HAINAUT

VTT « LES BOUCLES » ÉDITION : 26 MAI 2024

Au départ de la BRASSERIE de l'Abbaye d'Aulne située dans le superbe cadre des ruines, cette édition proposera de nouveaux parcours.

Une plaque de cadre personnalisée (Nom et prénom) sera remise à tous les pré-inscrits

En + d'une superbe région pour la pratique du VTT, nous mettrons à votre disposition différents services :

un stand technique (by MJ cycles), une voiture-balai (merci Le Centre Automobile), un poste de secours, 3 infirmier(e)s, BBQ, Flammekueche, Bar (Taverne/Brasserie de l'Abbaye d'Aulne), Bike-park, Bike-wash (by BIKE 7) ...

Cette année, une partie des bénéfices sera versées aux Guides de Montigny-le-Tilleul.

ENVIE DE NOUS REJOINDRE ?

Voici déjà un avant-goût des possibilités qui vous seront offertes afin que vous puissiez déjà planifier votre choix de parcours selon la forme du jour (Distance – D+)

- 1 boucle : Orange : 16 km – D+ : 240m
Verte : 17,5 km – D+ : 270m
Bleue : 20 km – D+ : 400m
Rouge : 15 km – D+ : 340m
- 2 boucles : Orange + Rouge : 31 km – D+ : 580m
Rouge + Verte : 32,5 km – D+ : 610m
Orange + Verte : 33,5 km – D+ : 510m
Rouge + Bleue : 35 km – D+ : 740m
Bleue + Orange : 36 km – D+ : 640m
Verte + Bleue : 37,5 km – D+ : 670m
- 3 boucles : Rouge + Orange + Verte : 48,5 km – D+ : 850m
Bleue + Rouge + Orange : 51 km – D+ : 980m
Verte + Rouge + Bleue : 52,5 km – D+ : 1.100m
Verte + Orange + Bleue : 53,5 km – D+ : 910m
- 4 boucles : Orange + Bleue + Rouge + Verte : 68,5 km – D+ : 1.250m

Ou plein d'autres combinaisons:
MAX de D+ en min de km : 4 x Rouge : 60km – D+ : 1.360m
Min de D+ en 64km : 4 x orange : 64km et D+ : 960m
Etc... Bon amusement !



Réalisez votre Parcours !



CYCLO BOL D'AIR - 26/11/2023

LA GADOUZIENNE



Cette année, pour sa 31^è édition, jamais la Gadouziennne n'aura porté si bien son nom ! Avec les pluies incessantes des semaines précédant l'événement, les chemins étaient bien gorgés d'eau vite transformée en boue après le passage des premiers vététistes du jour. Malgré les prévisions météo mitigées, ils furent quand même près de 400 à s'être déplacés dans la Cité d'Arenberg, en cette avant-midi qui, finalement, aura été épargné par la pluie, et c'est tant mieux !

Pour rentrer dans le bain – de boue -, c'est le parc d'Enghien qui a servi d'écrin pour les participants répartis sur les 4 distances proposées, et le chemin de la « Porte de Bois » qui longe le Golf était déjà bien technique, diront la plupart d'entre eux.

L'ancienne ligne de chemin de fer - ligne 123 – est vite avalée (dénivelé 0), et plusieurs chemins de campagnes menaient au grand ravito situé à l'entrée de la Ferme de Balingue. Crêpes, soupe, bodings, cakes « maison », fruits et friandises de toute sorte - salées et sucrées - ... comme à chaque édition, les participants se sont régalés et nous en feront part lors du débriefing à l'arrivée. Les ravitos, c'est un peu notre marque de fabrique...

Il est vrai que notre club se mobilise avec pas moins de 60 membres qui sont actifs sur tous les fronts et nous voudrions spécialement mettre à l'honneur ici toutes les personnes qui travaillent dans « l'ombre », avant, pendant et après l'événement. Un exemple parmi tant d'autres : le dé-

fléchage commence déjà l'après-midi du dimanche, conformément au contrat passé avec les différentes instances qui nous donnent l'autorisation de passage (DNF, communes, particuliers).

Après le ravito et le passage dans les bois d'Enghien, Ligne et Silly, les parcours se séparaient et le plus long (68 km) allait jusqu'au bois de la Provision tout proche de Pairi Daiza. Plusieurs vidéos prises par des participants circulent sur YouTube (vous les trouverez aisément en tapant « Gadouziennne 2023 ») et donnent un très bel aperçu des chemins parcourus et de la difficulté parfois à s'extraire de la boue collante ! Il fallait être très agile pour garder l'équilibre sur son vélo ! Mais voilà, une Gadouziennne sans boue, c'est comme une bière sans mousse, ça n'a pas de saveur...

Quoi qu'il en soit, les mines réjouies à l'arrivée témoignaient de la satisfaction générale sur la qualité des services offerts par notre club, ...et pour bien terminer la rando, après un bon bike-wash, vous étiez nombreux à refaire le film de la rando devant une Double d'Enghien, buée avec modération bien sûr !

Merci à tous les participants de nous avoir fait l'honneur de votre visite et vivement l'année prochaine pour la prochaine édition, année 2024 qui marquera le cinquantième anniversaire de notre club.

De bonnes fêtes de fin d'année à vous toutes et tous !

Pour le Cyclo Bol d'Air,

Pascal



RIDEZ, DÉTENDEZ-VOUS ET EXPLOREZ !

DÉCOUVREZ LA CATALOGNE À VÉLO AVEC EVASIONS VTT

Le printemps approche, et avec lui, l'opportunité d'une expérience VTT inoubliable en Catalogne. Le club Evasions VTT est ravi de vous inviter à son séjour VTT du 28 avril au 5 mai 2024, une semaine qui promet d'allier aventure sur les sentiers, détente sur la plage et exploration de joyaux locaux.

VTT dans le Montsant et le Priorat Situées dans la région viticole de Montsant et du Priorat, ces régions offrent des sentiers exigeants au milieu de paysages à couper le souffle. Vous découvrirez les magnifiques montagnes, les vignobles en terrasses et les forêts luxuriantes, le tout avec un guide francophone expérimenté pour vous accompagner en toute sécurité.

Un Avantage Familial L'un des atouts majeurs de notre séjour est que le logement est situé sur la côte, dans des appartements réservés par famille. Cela signifie que vous pouvez emmener votre femme, vos enfants et même vos amis pour profiter pleinement de la plage, des restaurants locaux et du tourisme, tout en vous adonnant à vos sorties VTT.

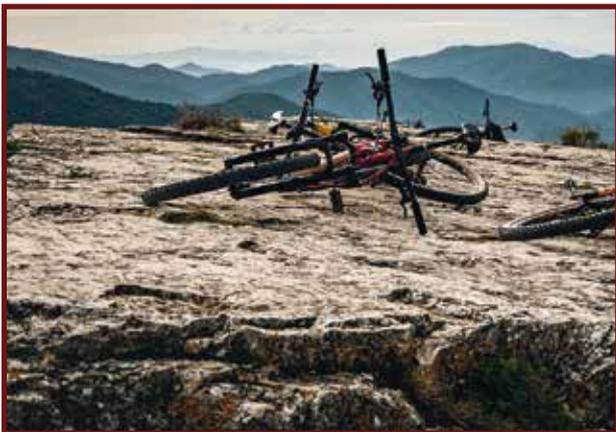
Plus que du VTT Ce séjour ne se limite pas qu'au VTT. En plus de rouler sur les pistes palpitantes, nous avons

prévu de nombreuses visites locales. Vous aurez la chance de découvrir l'unique musée dédié à Gaudi, d'explorer les fascinantes mines de plomb de Bellmunt, et de visiter les caves et coopératives vinicoles renommées de la région.

Facilité de Voyage Nous avons pensé à tout ! Vous n'avez pas à vous soucier de transporter votre VTT. Les vélos seront acheminés en Catalogne par le club et ramenés en Belgique, vous permettant de voyager en avion sans tracas.

Ce séjour est ouvert à tous, moyennant l'affiliation au club Evasions VTT. Ne manquez pas cette occasion de vivre une aventure inoubliable alliant le meilleur du VTT, de la détente en bord de mer et de la découverte locale.

Pour plus d'informations et pour réserver votre place, rendez-vous sur evasionsvtt.be/priorat. Nous sommes impatients de partager cette incroyable expérience avec vous. Rejoignez-nous pour une semaine de pur plaisir sous le soleil catalan !





BIENVENUE AUX «BIKERS ARDENNAIS»

Les Bikers Ardennais est un club de VTT basé à Martelange composé par une vingtaine de membres âgés de 16 à 70 ans.

Le club a pour vocation de vivre ensemble sa passion pour le VTT. Aucun impératif, chacun à son niveau et à son rythme. Les sorties se font essentiellement le dimanche matin et toujours dans une excellente ambiance. Quoi de plus logique que de rejoindre une Fédération qui partage les mêmes valeurs. Depuis peu, le club compte également quelques traileurs parmi ses membres.

Evènement phare annuel des Bikers Ardennais, la Sangli'Sûre, une rando VTT et trail à Martelange. La course se déroule dans le courant du mois de mars depuis le complexe Im Whor. Après plusieurs contacts depuis plusieurs années, les Bikers Ardennais viennent de rejoindre la FFBC afin d'inscrire leur randonnée bien connue de tous au calendrier 2024. Bien connue de tous car la randonnée approche les vingt années d'existence. Le but de leur randonnée est également de rencontrer les membres et d'obtenir d'éventuels renseignements sur le club. En attendant l'édition 2024, la 19ème, le pas et la jonction ainsi faite entre le club et la Fédé, celle-ci ne manquera pas de promouvoir leurs organisations futures et fêter leur vingtième anniversaire en 2025 avec vous.



PETIT COMPTE-RENDU DE L'ÉDITION 2023 : 290 PARTICIPANTS À MARTELANGE LE 02/04/2023

Après de la pluie sans interruption depuis mercredi soir, le temps était redevenu sec ce dimanche matin pour La 18ème SANGLI'SURE (TRAIL et VTT) à Martelange ce 02/04/2023

En plus du dénivelé comme à chaque randonnée dans la cité des ardoisiers, des sentiers boueux et glissants durant une grosse partie de la rando, avec un endroit encore plus boueux que les autres en arrivant au ravito (à 2 reprises au même endroit pour les 42 et 50 Km) étaient au programme.

Et que d'eau, à certaines places il fallait rouler ou marcher dans 30 cm d'eau pour accéder sur des ponts ou simplement suivre la trace.

La dernière boucle proposée comme «circuit technique» était encore plus difficile avec des chemins en pente et en dévers des passages au dessus d'arbres couchés sur le sentier et deux belles bosses avant de plonger pour retrouver le pont de départ du syndicat d'initiative «IM WHOR»

Comme chaque dimanche depuis le début de l'année 2023, la participation était minimale, seuls les mordus étaient présents.





Nature ou ville, vous décidez !

Envie de vibrer au rythme trépidant de la ville ?

Dormez au pied du beffroi de Mons, visitez les musées célèbres de Bruxelles, le patrimoine de Tournai classé à l'Unesco, parcourez le pays noir de Charleroi ou vibrez aux rythmes des spécialités et célèbres fêtes de Liège !

Besoin d'un grand bol d'air frais en pleine nature ?

Déjeunez en face du château de Godefroid à Bouillon, promenez-vous à pied ou à vélo le long de la Meuse à Namur, perdez-vous dans les sublimes Ardennes du côté de Champlon et Malmédy.

Tout est possible aux Auberges de Jeunesse Wallonie - Bruxelles grâce à ses lieux uniques et exceptionnels.

Réservez dans l'une de nos 10 auberges et profitez d'une expérience unique sur :

www.lesaubergesdejeunesse.be





ACTIVITÉS FÉDÉRALES / WALLONIA GRAVEL TOUR

WALLONIA GRAVEL

3^{ÈME} EDITION - DU 15 AU 18

**PARTICIPEZ À CETTE BELLE AVENTURE HUMAINE
AU DÉPART D'ANDENNE, EN PROVINCE DE NAMUR.**

Du 15 au 18 août

Une belle aventure humaine au départ d'Andenne (B)

3^{ème} édition



4 jours : 480km - D+ 5500m

Plus d'infos : www.ffbc.be

www.velo-liberte.be/wallonia-gravel-tour-bikepacking/

CYCLES
AU LIEGEOIS
www.infobike.org
DOUR



Les
Auberges
de Jeunesse
Belgium

VISITWallonia.be

Après avoir exploré le Hainaut l'an dernier, la FFBC a sélectionné la Province de Namur en 2024 comme point de départ et d'arrivée. En plus du défi sportif, cette épreuve vous permettra de (re)découvrir le patrimoine naturel et culturel de la Wallonie en empruntant au maximum les petites routes, chemins de traverse et single tracks.

Suite au succès des éditions précédentes, l'équipe de la FFBC et les Auberges remettent le couvert en 2024. Ne ratez pas cette 3^{ème} édition !

Le site d'Andenne Arena accueillera le départ du 3^{ème} WGT le jeudi 15 août à 9h pour un retour prévu le 18 Août. Les circuits vous emmèneront jusqu'au bord de la Semois à Bouillon via le plateau d'Ardennes à Champlon.

Le retour à Andenne quand à lui suivra la Meuse jusque Namur et la finale empruntera le plateau Hesbignon. Le parcours reconnu sera donné sous forme de trace GPS. Il ne comportera aucune difficulté technique majeure.

2 FORMULES SONT PROPOSÉES :

TOURISTE : 4 étapes de 115-125km pour être de retour à Andenne le dimanche 18 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.

4 ÉTAPES :

JEUDI 15 AOÛT :

ANDENNE - CHAMPLON

VENDREDI 16 AOÛT :

CHAMPLON - BOUILLON

SAMEDI 17 AOÛT :

BOUILLON via la Semois - NAMUR

DIMANCHE 18 AOÛT :

NAMUR via Fernelmont - ANDENNE

VEL TOUR BIKEPACKING

AOÛT 2024

**480KM DE PETITES ROUTES ET CHEMINS
5500M D+ EN PROVINCE DE NAMUR**



Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

SEREZ-VOUS «FINISHER» CETTE ANNÉE?

POUR ÊTRE «FINISHER», IL FAUT EFFECTUER LE PARCOURS COMPLET COMME RANDONNEUR OU TOURISTE EN 4 JOURS MAXIMUM

COMBIEN ÇA COÛTE ?

TOURISTES : 170€ (220€ pour les non-membres FFBC*) comprenant l'hébergement en ½ pension dans les Auberges de jeunesse de Champlon, Bouillon et Namur, 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 50€ (100€ pour les non-membres FFBC*) 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.

** les non-membres FFBC bénéficieront d'une affiliation en tant que membre individuel pour l'année 2024 à dater du jour du paiement de l'inscription. Ils jouiront de tous les services de la FFBC jusqu'au 31/12/2024. (Informations : ffbc.be/affiliez-vous/)*

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 20 janvier à 9h à l'occasion de Velofollies à Courtrai :

- sur le stand de de la FFBC à Velofollies le samedi 20 janvier.
- Inscriptions en ligne : www.ffbc.be

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

Clôture des inscriptions pour les Touristes : le 31 mars (réservation des logements). Après cette date, vous pourrez encore vous inscrire comme Randonneur dans la limite du nombre total maximum (100).

A l'arrivée, cérémonie d'accueil à Andenne. Les finishers recevront le polo « WGT 2024 finisher » collector ». Verre de l'amitié. Soirée de clôture... Un repas festif de clôture sera proposé.

CYCLES AU LIEGEOIS

25 GRAND PLACE - Mail : contact@infobike.org

7370 DOUR

065/65.37.35

 cycles au liégeois

Horaire:

Du mardi au vendredi de 9h00 à 12h30

et de 13h30 à 18h30

Le samedi de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 18h

 BERGAMONT

 SCOTT

 THOMPSON

 ORBEA

BIKEPACKING, ROULEZ JEUNESSE !

L'ITINÉRANCE À VÉLO

L'itinérance à vélo connaît un regain d'intérêt évident. On voit de plus en plus de vélos équipés de bagages sillonner nos routes et chemins. Les pratiquants présentent une grande diversité. On trouve des cyclos routiers qui veulent renouveler leur pratique. L'avènement du gravel contribue fortement à cet essor. Le VAE est également utilisé par les nouveaux voyageurs à vélo. Les nouvelles compétitions d'ultracyclisme en autonomie ont de plus d'adeptes également. Le Wallonia Gravel Tour Bikepacking qui sera organisé pour la 3ème fois en 2024 (voir plus loin) est aussi une manifestation de cette nouvelle tendance.

Une constatation, le public est très varié que ce soit en « profils » ou en tranches d'âge. On voit de plus en plus de jeunes qui voyagent à vélo que ce soit sur route ou en gravel souvent sur de grandes distances. De l'autre côté du spectre, on trouve, des petits groupes et/ou couples qui (re)-découvrent des régions en se déplaçant avec leur vélo, le plus souvent VAE, de logement en logement. Il ne faut pas oublier nos diagonalistes FFBC qui n'ont pas attendu cet effet de mode pour barouder avec leur vélo chargé du minimum « vital ».

La pratique de l'itinérance à vélo n'est pas une nouveauté en soi. Ce qui est nouveau, c'est l'engouement récent, l'évolution du matériel et des services destinés à cette usage. Dans ce contexte, il nous semblait utile de faire le point. Nous allons aborder l'itinérance « légère, c'est-à-dire sans le transport du matériel de camping, cuisine, ... Cela pourra faire l'objet d'un prochain article.

L'ESPRIT RANDONNEUR

Ceux d'entre vous qui pratiquent la randonnée pédestre bénéficient d'une expérience qu'il sera facile de transposer pour l'équipement du cycliste. A cela il faudra ajouter le dispositif technique pour le vélo.

Le principe de base : se limiter à l'essentiel, chasser le poids et le volume sans se priver de l'essentiel.

L'ÉQUIPEMENT DU CYCLISTE :

L'évolution de l'équipement a été prodigieuse en 40 ans. On est passé du maillot en laine, du tee-shirt en coton à des matériaux qui séchent en quelques heures. Cela au prix d'une inflation des prix évidemment...

Voici une liste pour un voyage estival :

TENUE PORTÉE :

- cuissard court / maillot manches courtes
- chemisette
- manchettes
- gants mitaines
- casque, bandana ou casquette
- gilet coupe-vent
- chaussettes
- chaussures vélos
- lunettes

TENUE RECHANGE-SECOURS :

- cuissard court
- maillot manches courtes / maillot manches longues
- chemisette
- chaussettes / sous vêtements
- manchettes
- veste de pluie
- petit sac à dos 10l pliable Tenue « civile »
- short ou pantalon léger
- chemise type randonnée
- chaussures légères type « bateau »
- si soirées fraîches, un tee-shirt manches longues (ou maillot manches longues)
- trousse toilette
- trousse secours



Avec ces équipements, vous pouvez voyager sans problème une semaine en lavant maillot et cuissard chaque soir. Ils seront secs le matin.

Un truc : pour votre 2ème cuissard, prévoyez un autre modèle, les endroits de pression sur la selle seront légèrement différents...

VOYAGE MI-SAISON :

Ajouter une doudoune compressible (+40€), sous-gants, jambières « corsaire », sur-chaussures type demi-lune

LA TROUSSE DE TOILETTE ?

Si vous logez à l'hôtel, le gel douche et le shampoing sont proposés. Il est néanmoins utile d'emporter le votre en petit conditionnement. Cela se trouve facilement.

Il reste à ajouter brosse à dent, dentifrice, produit solaire, rasoir jetable.

Il est surprenant de constater qu'avec un petit tube dentifrice ou de gel douche, on peut voyager une semaine en changeant son habitude. De plus n cas de besoin on peut renouveler en chemin.

LA TROUSSE DE SECOURS ?

- 2 doses d'iso-Betadine jaune, compresses pour les éraflures
- 1 filet de maintien des compresses (ce sont souvent les coudes et les genoux qui trinquent)
- pince à épiler, pince à tique
- gelules type Imodium (diarhées)
- comprimés type Dafalgan, Ibrufen
- crème solaire
- crème antifriction réparatrice (type Cicalfate) pour prévenir les problèmes de selle
- patch antifrottement pour la selle (type Comfeel)
- vos besoins spécifiques
- si vous logez en refuge et craignez les ronfleurs, un somnifère léger (et des bouchons d'oreille) peut sauver votre nuit...

AUTRES ACCESSOIRES :

- GPS indispensable si vous sortez des routes et chemins non cartographiés
- 1 multiprise pour recharger téléphone, GPS, feu rouge-phare,...
- 1 batterie additionnelle « booster » pour le GPS (selon l'autonomie de votre GPS...)

Rem : si votre objectif est de pouvoir recharger votre GPS 1X lors de l'étape, ce n'est pas utile de prendre la plus grande capacité plus chère et plus lourde.

- 1 antivolt léger

LE CHOIX DU VÉLO.

Si vous lisez cet article, vous posez déjà (au moins...) un vélo que vous voulez utiliser.

Si vous êtes en phase d'achat, il est recommandé d'être attentif à certains points.

Nous recommandons pour les vélos de voyage de choisir un modèle avec les pièces les plus standard possible.

Intégration, la fin du voyage !

L'évolution récente du marché propose ou impose l'intégration totale de la câblerie, des combos potence-guidon, des tiges de selles profilées à serrage tangentiel, ...

Toutes ces innovations ne sont d'aucune utilité pour le voyageur. Elles seront même néfastes en cas de problème.



Ainsi (tant que c'est encore possible), préférez un serrage de tube de selle par collier extérieur, un ensemble selle-potence traditionnel. En cas de problème, il est facile de trouver ces pièces standard chez les vélocistes et même dans les grandes chaînes (Décathlon, Intersport, ...).

L'intégration de la câblerie et l'hydraulique dans la colonne de direction empêche le démontage facile de la potence pour placer le vélo dans une valise, un sac de transport...

Pour la transmission, le standard 11V est le plus répandu donc le plus facile à trouver en dépannage.

Même si certains aiment un vélo personnalisé avec des composants plus rares, pour le voyage nous conseillons de choisir le matériel le plus courant toujours pour le dépannage en chemin. Pour la même raison, les roues de 700 sont également les plus répandues donc conseillées.

Pour le matériau du cadre, toutes les options ont leurs avantages-défauts. Cela fait encore débat.

Transport des bagages, vélo-sacoche ou Bikepacking ?



Pour le transport des bagages, deux grandes tendances existent : le chargement sur porte bagage ou la bagagerie Bikepacking.

Si vous pratiquez le tout-chemin (gravel) ou tout-terrain (VTT), sans hésitation, nous conseillons la formule bikepacking.

Chez les routiers, on trouve les 2 options.

La solution bikepacking permet de débâter plus vite pour rouler « à vide »

Les sacoches sur porte-bagage offrent plus de volume. Attention au poids, il est alors tentant d'emporter plus de

ACTIVITÉS FÉDÉRALES / BIKEPACKING

choses... C'est surtout pénalisant sur les parcours vallonnés et montagneux.

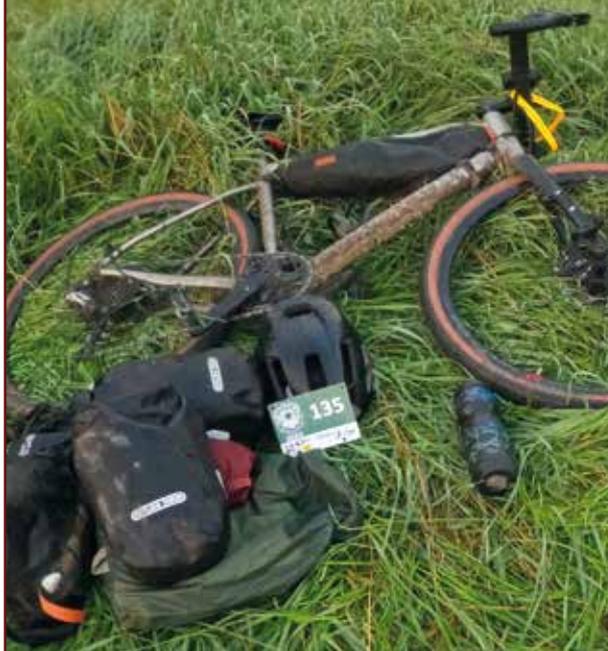
Si vous optez pour la sacoche bikepacking, veillez à choisir un modèle avec un sac de compression qui diminue le

Trousse technique ?



Voici une liste conseillée :

- 2 chambres à air (1 si vous êtes en tubeless), démonte-pneu
- 1 pompe avec embout souple
- 2 cartouches CO2 avec gonfleur
- 1 kit « rustines » + rustines autocollantes (intérieur du pneu)
- 1 multi outil (vérifier s'il est compatible avec toute la boulonnerie de votre vélo (tork est de + en + utilisé)
- Rem : certains dérailleurs actuels se règlent avec une clé allen de petite dimension non présente sur la plupart des multi-outils
- 1 dérive chaîne, 1 rivet
- 2 fausses mailles et quelques maillons de chaîne



- Pour les étriers de disque, une clé allen (le multi outil est souvent trop court)
- 1 morceau de pneu bouche-trou
- plaquettes ou patins de feins
- Une patte de dérailleur AR. Indispensable, la pièce de faiblesse !
- un collier de selle (surtout si vous démontez le vélo pour le transport)

Rem : si vous partez en groupe et surtout en Gravel-VTT, un cycliste peut prendre le pneu et un autre un dérailleur AR.

Comment répartir le chargement ?

Sacoche AR : vêtements, chaussures, trousse de toilette, pneu rechange

Sacoche de cadre : matériel technique

Sacocoche avant : petit matériel, trousse secours, antivol,...

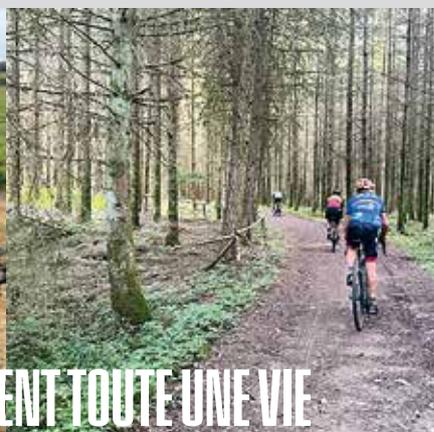
Sac à dos 10L pliable : casse-croûte,...





GRAVEL GAUME AND MORE ...

**BIKING CLUB
LA RULLES**



C'EST ICI QUE NAISSENT LES SOUVENIRS QUI DURENT TOUTE UNE VIE

**LE GRAVEL, GAUME & MORE EST BIEN PLUS QU'UNE SIMPLE RANDONNÉE.
4 PARCOURS - 1 CONCERT - UNE SEULE AMBIANCE**

AMBIANCE FESTIVE

Imaginez-vous pédalant à travers des paysages magnifiques et inconnus de la Gaume au lever du soleil, pour ensuite vous immerger dans une ambiance électrisante de musique live quand il commence à se coucher. Cette expérience unique est le cocktail parfait de l'exploration, du vélo et du divertissement.

PARCOURS

Les parcours que nous avons créés sont véritablement exceptionnels. Que ce soit en gravel ou en VTT, que vous recherchiez des défis stimulants ou des paysages à couper le souffle, nos itinéraires sauront vous séduire. Nos parcours gravel offrent une expérience inoubliable pour les amateurs de cyclisme en quête d'aventure.

TOUS LES NIVEAUX

Notre passion pour le cyclisme se réunit à travers notre événement. Le Gravel, Gaume & More est conçu pour accueillir tous les niveaux. relevez le défi de nos parcours soigneusement élaborés, où l'aventure et la camaraderie sont au rendez-vous. Une journée inoubliable de partage de passion, de dépassement de soi et de découverte de paysages à couper le souffle! Peu importe votre niveau d'expérience, venez pédaler!

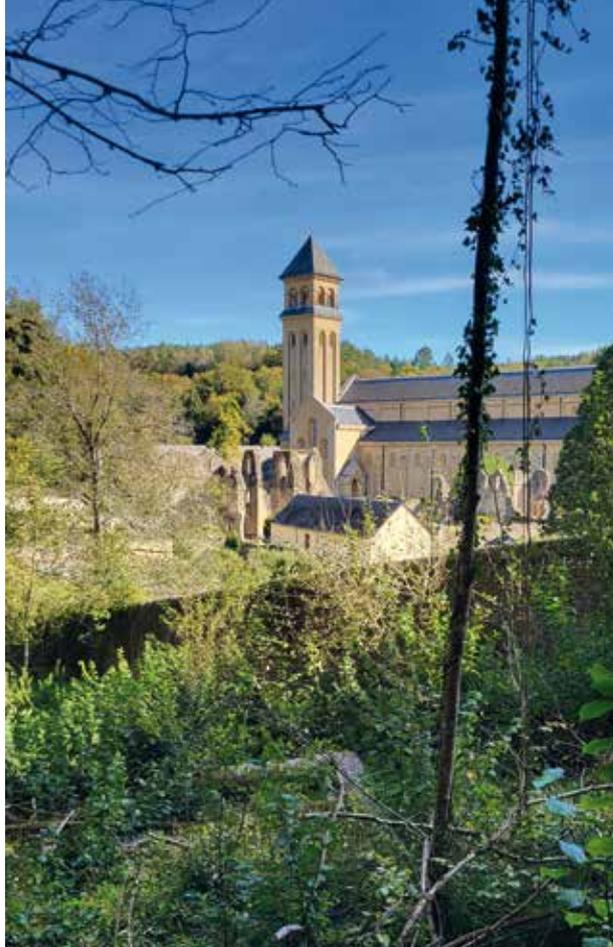


Le Gravel, Gaume & More est bien plus qu'une simple randonnée. C'est l'un des plus grands événements gravel en province de Luxembourg. Une expérience unique avec des parcours variés et accessibles à tous. Débutants, confirmés ou experts, laissez-vous tenter par la plus grande randonnée gravel et explorez des chemins captivants et inédits! Plusieurs distances, 45 - 80 - 110 et même 160 km, spécialement conçus pour les passionnés. Traversez des paysages pittoresques, des sentiers rustiques et des chemins qui vous feront découvrir la beauté de la région. En mode balade ou pour faire exploser des KOM, avec votre gravel ou votre VTT, que vous soyez un cycliste chevronné ou que vous découvriez le gravel, nos circuits soigneusement conçus vous emmèneront à travers des paysages époustouflants. Quelle que soit la distance que vous choisirez, attendez-vous au meilleur et empruntez les plus beaux chemins de la région de la Gaume.

PARTEZ QUAND VOUS LE VOULEZ, AU RYTHME QUE VOUS DÉCIDEZ!

Après cela, rejoignez le parc naturel de Gaume, accompagné de vos proches et de vos compagnons de chemin, vivez une expérience hors du commun avec un cover band exceptionnel qui vous transportera à l'époque dorée du rock des années 60 et 70, en célébrant le légendaire groupe Creedence Clearwater Revival !

Imaginez vous au son des guitares et du groove envoûtant de «Bad Moon Rising», «Proud Mary», «Have You Ever Seen the Rain» et bien d'autres tubes intemporels. Ce cover band capte l'essence pure du groupe et vous emmènera dans un voyage musical où chaque note résonne avec l'authenticité et la passion du groupe original.



Et ce n'est pas tout ! Après ce concert, un DJ prendra le relais pour terminer la journée de la meilleure des manières.

Au Parc Naturel de Gaume, la fusion parfaite de la nature, du gravel, de food truck de qualité et de musique crée une expérience inoubliable. Alors rejoignez-nous, détendez vous, profitez de chaque instant et laissez vos exploits sportifs se fondre dans une soirée de plaisir et de convivialité. C'est ici que naissent les souvenirs qui durent toute une vie.

«DÉCOUVERTE GRAVEL» EN GROUPE!

Prêt à explorer des chemins et ressentir le frisson de la liberté ? Nous vous proposons un départ groupé en mode «Découverte» ! Groupe accompagné d'un ouvrier et d'un fermier qui mettront l'allure. En famille ou entre amis, enfourchez votre VTT, votre VTC, votre VTTAE,... Et venez découvrir le monde du Gravel sur un parcours de 45km vraiment simple. Oubliez le monde de la compétition et de la vitesse, ce groupe sera réservé aux inscrits qui veulent découvrir le Gravel dans une ambiance familiale en mode «cool» .

Inscription gratuite pour les enfants de moins de 12 ans accompagnés d'un adulte. Enfant de plus de 12 ans : inscription payante

Rendez-vous le 11 mai 2024 pour la première édition du Gravel, Gaume and More
Lieu : Parc naturel de Gaume à Rossignol (BE)

Retrouvez toutes les informations sur notre site :

www.gravelgaumeandmore.be

L'inscription se fait uniquement via le formulaire en ligne / Inscription gratuite pour les enfants de moins de 12ans / 300 Participants maximum !! Ne tarde pas ! Fermeture des inscriptions le 30/03/24

Tous les parcours sont accessibles en VTT/VTTAE.

Tous les bénéfices de cette édition seront reversés à des associations locales.

RENCONTRE AVEC SÉBASTIEN COLBACK, PRÉSIDENT DU BIKING CLUB LA RULLES

Sébastien, parlez-nous un peu de votre club ?

« Le Biking Club La Rulles est un club de VTT actif dans le sud de la province de Luxembourg. Créé en 2006 par une bande de potes d'anciens basketteurs, le BCLR est un club convivial où le vélo est un moyen de se retrouver entre amis et partager des moments de convivialité. »

Combien comptez-vous de membres ?

« A ce jour, nous sommes une bonne cinquantaine de membres âgés de 6 ans et plus (par respect pour les plus expérimentés, on taira leur âge) (rire). On est toujours resté un nombre raisonnable afin de garder une ambiance familiale. »

Quelles sont vos activités ?

« Nous commençons en début d'année avec notre randonnée VTT et Gravel (nouveau), la Rando Meilleurs vœux depuis 2010. En juillet, nous organisons le Raid des 4 fils Aymon depuis 1998 ; et oui, avant même la création du club ! ;-) »

« Parallèlement à nos organisations pour le grand public, nous organisons aussi notre week-end club pour nos membres et une journée club également. Tout au long de l'année, le club se retrouve chaque semaine pour des sorties et entraînements en groupe. »

Pourquoi organiser une nouvelle rando ?

« Tout d'abord, ce n'est pas une randonnée au format habituel. Nous voulions justement organiser quelque chose de différent où, en tant que participants, on peut se laisser aller toute la journée, sans contraintes horaires. Nous voulions également permettre aux personnes accompagnants ces sportifs de les rejoindre après pour la partie plus festive. Vous l'aurez compris, au sein de notre club, la convivialité est un maître mot, au travers de ce nouveau format, nous espérons que chaque participant le ressentira. »

Pourquoi un club de VTT s'oriente vers le Gravel ?

« L'esprit gravel et aventure sont les premiers moteurs. Plusieurs membres s'y sont mis et ont pris tellement de plaisir qu'on a voulu partager ces expériences avec d'autres en faisant découvrir notre si belle région où il n'y avait encore rien jusqu'à présent. On proposera des parcours tout à fait différents de nos traces habituelles. Mais que les fans de VTT soient rassurés, on organisera toujours nos randonnées VTT dans les années à venir. »

N'est-ce pas aussi un moyen pour le club de surfer sur une activité à succès et de se faire une belle rentrée d'argent ?

« C'est une question que nous avons déjà eue (rire). Non ! Le club n'a pas besoin de ça pour vivre. Tout d'abord, il faut savoir que même pendant la période Covid, nous avons maintenu toutes nos organisations, sans buvette,



sans ravitaillement, juste pour le plaisir de nos participants et leur permettre de pratiquer leur sport favori malgré tout. De plus, nous avons décidé de reverser les bénéfices à des associations locales. Actuellement, nous cherchons lesquelles, mais nous aimerions que le sport et l'enfance soient des moteurs de ses associations. Donc nous insistons, notre but est d'offrir du Gravel à tous et de mettre à l'honneur notre magnifique région avec l'aide de partenaires qui ont les mêmes intentions que nous. »

Parlez-nous un peu de la journée ?

« Il y aura 4 parcours de 45 – 80 – 110 et 160 km. Pour tous les mollets. C'est quelque chose aussi qui nous tient fort à cœur, c'est de permettre à chacun de trouver son chemin et à chacun de découvrir le gravel. Les départs seront libres et étalés sur la journée, de telle sorte que tout le monde arrive vers 16h sur l'aire d'arrivée pour le début de la deuxième partie. Petite précision, un espace sera mis à disposition pour planter la tente dans le parc, la veille pour les plus matinaux et/ou la nuit d'après pour les plus festifs. »

« Le pack de départ est assez fourni : un p'tit déjeuner accompagné d'un succulent café, des traces concoctées par

des passionnés, de généreux ravitos sur le parcours, un cadeau et repas de finisher et, pour terminer en beauté, l'ambiance musicale comme décrite ci-dessus un concert gratuit, suivi d'un DJ set.

Mais encore ?

« A savoir qu'un départ groupé et encadré sera organisé pour le petit parcours, en mode découverte Gravel ». Ce parcours, même s'il peut paraître long, est idéal pour découvrir le gravel et n'a pas de réelle difficulté. »

En quoi consiste-t-elle ?

« Elle se déroulera sur le superbe site du parc nature Thiers Lieu à Rossignol, un grand parc arboré dans l'enceinte du château. Les participants pourront se doucher et se changer, plusieurs food-trucks les attendront pour reprendre des forces et un bar sera là pour les désaltérer. Ensuite, un cover band de Creedence Clearwater Revival prendra place sur scène pour animer la fin d'après-midi et ensuite un DJ local viendra clôturer la soirée. »

Que pouvons-nous vous souhaiter pour le 11 mai prochain ?

« Une météo gaumaise évidemment, avec son micro climat bien connu. Pour cette première année nous limitons la participation à 300 participants, donc nous espérons que le quota des inscriptions soit vite atteint... afin de n'avoir plus qu'à préparer l'événement de la meilleure façon. On espère que les participants joueront le jeu et resteront pour l'after et ramèneront du monde ;-)

Comment s'inscrire ?

Toutes les infos sur le site de l'événement <https://www.gravelgaumeandmore.be/>



QUE SERAIT LE CCH SANS NOUVEAUTÉ ?

LE GRAVEL COMPTANT DE PLUS EN PLUS D'ADEPTES DANS NOTRE CLUB, ET NOTRE RÉGION, NOUS AVONS DÉCIDÉ DE FRANCHIR LE PAS !

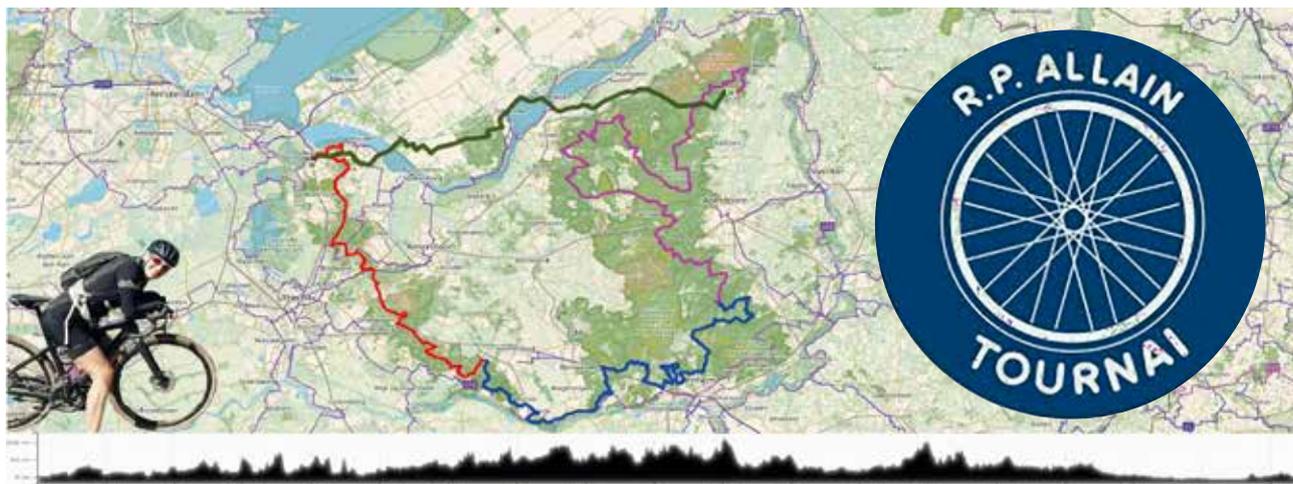
A partir d'avril, 1 mercredi sur 2, une sortie Gravel sera programmée à 18h00 (puis 18h30 suivant l'allongement des journées)! Balade en groupe, esprit Gravel, pour profiter des sublimes chemins et forêts de notre région, autrement que pendant l'hiver! (Ceux qui veulent «taper dedans» libre à eux, le GPX sera dispo).

Suivant le succès de cette sortie, celle-ci sera peut-être étendue à toutes les semaines et week-ends. Actuellement cette sortie «existe» déjà mais en full nocturne, et la météo n'est pas la plus propice, mais elle est déjà là! VTT et VTTAE acceptés bien entendu (pour autant que le rythme soit respecté pour les électriques / Attention que le gravel est plus «véloce» qu'un vtt)

Ca va juste être top !

cycloclubhabay@gmail.com





PREMIER GRAVEL TOUR ORGANISÉ PAR LE CLUB CYCLOTOURISTE « LA ROUE PRINCIÈRE D'ALLAIN (RPA) » DU 18 AU 21 MAI 2023.

AVEC CARINE, JULIEN, MARIO, MICK DU C.T. ANTOING (CTA) ET ERIC, FABRIZIO ET OLIVIER DE LA ROUE PRINCIÈRE D'ALLAIN.

Les logiciels de planification sont une aide très utile aux cyclotouristes qui prévoient une sortie solo, en club ou qui envisagent un voyage de plusieurs jours. Ils permettent aussi de rechercher des parcours ou des voyages effectués par d'autres et de s'en inspirer. Dans notre cas, La Green Divide nous a été suggérée par Komoot, malgré la grande faiblesse de son moteur de recherche. Le parcours a été élaboré par Erwin Sikkens (merci Erwin) et se veut la plus grande traversée verte des Pays-Bas, soit environ 300 km.

Un club cyclo, c'est aussi souvent des adeptes de la route et des adeptes du VTT. Avec l'arrivée du gravel, des itinéraires spécifiques se créent tous les jours et permettent aux pratiquants des deux disciplines de partager quelques aventures et bons moments ensemble. C'est dans cette optique que la RPA a organisé son premier Gravel Tour.

Les routiers qui s'aventureront sur cette Green Divide devront obligatoirement équiper leur monture de pneus plus larges ou utiliser leur VTT s'il en ont un.

Quelques petites remarques :

- Nous sommes aux Pays-Bas, le pays du vélo. Alors sur la route ou plutôt sur les pistes cyclables, attention aux autres cyclistes, ils sont nombreux et peuvent avoir la priorité.
- Dans la forêt, les quelques beaux singles peuvent parfois avoir un sens de parcours.
- Malgré ce que l'on croit, les Pays-Bas ne sont pas un plat pays. Il nous est arrivé de rouler « tout à gauche » sur certaines pistes.
- En ce qui concerne les ravitails « solides et liquides », les Pannenkoekenhuizen sont nombreuses les deux premiers jours, et très fréquentées. Le troisième jour, il faudra néanmoins prêter attention à bien planifier la pause de mi-journée.
- Nous n'avons pas roulé un chronomètre dans la main, mais avons préféré apprécier les paysages, différents chaque jour.
- Il est préférable de consulter les conseils d'Erwin Sikkens sur Komoot avant de vous lancer dans l'aventure
- Le parcours est exigeant, soyez donc en forme.





GD JOUR 1 : BUSSUM - OVERBERG, 73 KM, D+ 410

Partis de bon matin de Tournai, nous avons planifié une étape courte pour le premier jour. Arrivés à la Gare de Bussum, les vélos sont rapidement préparés et nous nous lançons dans l'aventure. Youpi, dixit Olivier. Ce terme reviendra souvent aux cours des quatre jours.

Les accompagnatrices vont maintenant pleinement profiter de leur journée. Elle visiteront et déjeuneront à Naarden, ville fortifiée en forme d'étoile avec murs, douves et bastions, bien conservés.

De notre côté, l'itinéraire nous emmène vers la partie gravel de Gooise, et dès les premiers hectomètres, nous faisons route avec un couple de hollandais qui entame également la Green Divide. Après le Gooimeer, nous bifurquons vers le sud pour traverser un paysage de landes. Plus loin, nous roulons sur le runway de l'ancienne base de Soesterberg et entrons ensuite dans la deuxième plus grande zone forestière des Pays-Bas « l'Utrechtse Heuvelrug ». La pause se fait près de la pyramide d'Austerlitz, haute de 36 mètres, construite par les soldats de l'armée napoléonienne en 1804.

Nous terminons notre journée à Overberg, 15 km plus loin.

GD JOUR 2: OVERBERG - APeldoorn, 102 KM, D+ 580 M

Après le petit-déjeuner, nous contournons le Grebbeberg et entrons dans une partie boisée avec de nombreux singles. Les pistes s'abritent, en grande partie, sous la



frondaison des arbres. Nous faisons une pause « crêpe » avec les accompagnatrices dans une Pannenkoekhuis à Schaarsbergen, juste avant d'entrer dans le parc national « De Hoge Veluwe ». Les singles sont encore bien présents, mais aussi un passage aérien au dessus d'une clôture (Youpi !). Sur les pistes de gravier, au milieu de zones ouvertes, nous côtoyons des vaches Highland qui nous regardent passer sans sourciller.

GD JOUR 3 : APeldoorn - EPE, 120 KM, D+ 730 M

L'étape la plus longue du voyage s'avérera fatigante pour tous. Dès le matin, nous traversons encore de nombreux chemins forestiers aux dénivelés trompeurs et un nouvel élément s'invite sur le parcours, le sable. Il nous donnera occasionnellement du souci, et me fera chuter par deux fois. Nous poussons parfois nos vélos pour traverser des zones non seulement sablonneuses mais aussi vallonnées (Youpi !).

L'aventure se termine à Epe au dessus de la pointe nord de la Veluwe où une bonne table nous attend.

JOUR 4 : RETOUR AU POINT DE DÉPART, EPE - BUSSUM, 71 KM, D+ 180

Nous avons initialement envisagé de prendre le train pour rejoindre notre point de départ, Bussum. La nuit, étant bonne conseillère, et notre forme du jour nous font prendre une décision différente mais rationnelle. Nous y serons plus vite à vélo qu'en train. Plus de gravier aujourd'hui, mais des pistes cyclables magnifiques. Nous passons par Nunspeet. Durant la Seconde Guerre mondiale, un village souterrain, Het Verscholen Dorp, situé au sud de la commune, a servi de refuge à environ 120 personnes en fuite : le lieu est aujourd'hui un musée et un mémorial. Ensuite, nous traversons le Veluwemeer et le Gooimeer et nous nous ferons dépasser par deux magnifiques voitures ancêtres. L'arrivée à la gare de Bussum marque la fin de notre belle aventure.

Nous pensons déjà à la suivante.

Merci à nos accompagnatrices, Ilaria, Myriam et Sabine et à Otchee pour ses encouragements soutenus.

Fabrizio Podrecca

Pour visionner la vidéo du voyage :
Green Divide RPA sur youtube
ou
<https://youtu.be/XDS6rO5iUhc>



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

**VOS COMMANDES SONT REGROUPÉES TOUS LES TRIMESTRES
ET PASSÉES À DATES FIXES CHEZ BIORACER :**
PROCHAINES COMMANDES : 31/01/2024 - 31/03/2024



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.
PAS DE STOCK - Equipement ni échangé - ni repris.

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

MAILLOT - CUISSARD HIVER



Voir guide des tailles Modèle HOMME

	Chest (cm)	Waist (cm)	Hip (cm)
XS	85-90	68-72	89-93
S	90-95	73-77	94-98
M	95-100	78-82	99-103
L	100-105	83-87	104-108
XL	105-110	88-92	109-113
XXL	110-115	93-97	114-118
3XL	115-120	98-102	119-123
4XL	120-125	103-107	124-128
5XL	125-130	108-112	129-133

Voir guide des tailles Modèle FEMME

	Chest (cm)	Waist (cm)	Hip (cm)
XS	75-80	62-67	82-87
S	80-85	67-72	87-92
M	85-90	72-77	92-97
L	90-95	77-82	97-102
XL	95-100	82-87	102-107
XXL	100-105	87-92	107-112
3XL	105-110	92-97	112-117
4XL	110-115	97-102	117-122
5XL	115-120	102-107	122-127

MAILLOT - CUISSARD ETE



MANCHETTES



TOUR DE COU



COUPE-VENT

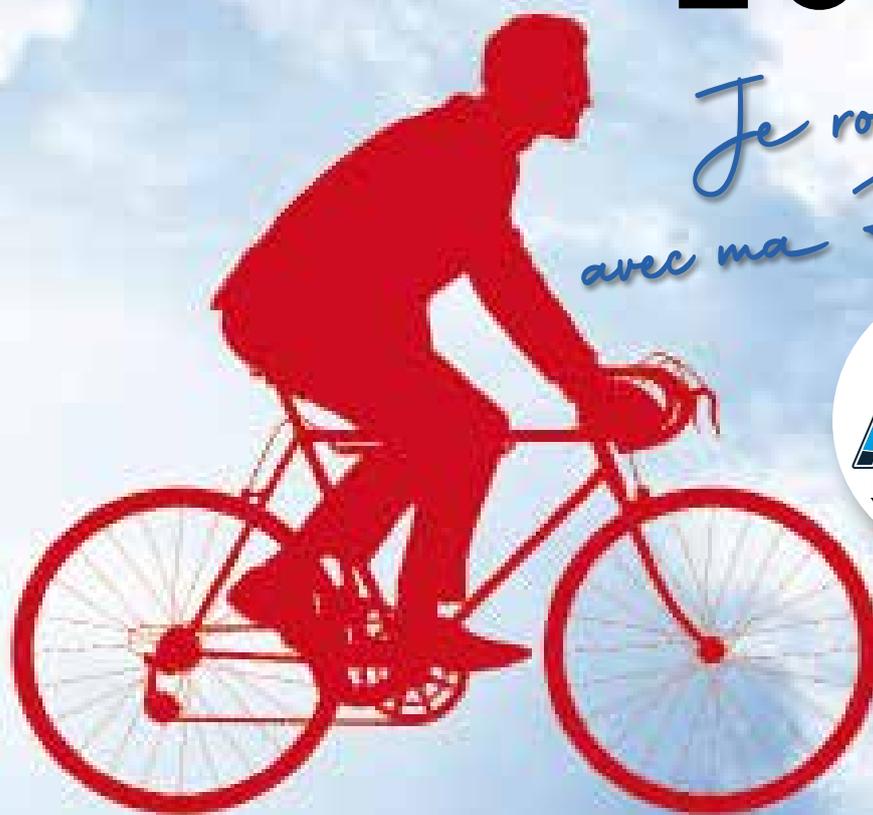
Suivez nos actualités sur www.ffbc.be - www.velo-liberte.be

SALON - EXPO

TEST VELO

BIKE MOBILITE URBAINE BRUSSELS 2024

*Je roule
avec ma Fédération*



22 > 24 MARS TOUR & TAXIS

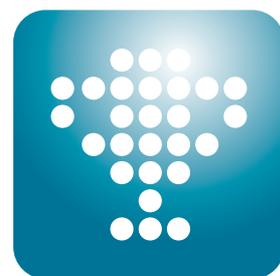


WWW.BIKE-BRUSSELS.BE

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