

GRAVEL

CYCLO



EN MODE CHALLENGE OU DÉCOUVERTE



EDITEUR RESPONSABLE BERNARD TONON - PRÉSIDENT FFBC - CHAUSSEE DE BRUXELLES 441 BTE 5 B-7860 ENGHIEUN PÉRIODIQUE TRIMESTRIEL NUMÉRO D'AUTORISATION P201039 - 3^{ème} TRIMESTRE 2025

VTT

DU 18 AU 25 OCTOBRE

INSCRIPTION JUSQU'AU 15 SEPT. 2025
(SUR NOTRE SITE EN LIGNE - ARTICLE SEJOUR VAISON-LA-ROMAINE)

SEJOUR CYCLO/VTT/GRAVEL RÉSERVÉ AUX AFFILIÉ·ES FFBC



449.00 €
8 JOURS / 7 NUITS
Prix par personne
en pension complète
(sur base de min. 15 personnes*)

«LE HAMEAU DES OLIVIERS»

1212 Chemin de Saume-Mongue

F-84110 VAISON-LA-ROMAINE



À VAISON-LA-ROMAINE ... AU PIED DU MONT VENTOUX

GRAVEL/VTT/CYCLO toutes les pratiques sont permises : préparez votre séjour et découvrez la région selon votre activité préférée. Seul, en famille ou en club vous êtes les bienvenus. Les groupes seront constitués en mode «découverte (+-50km/jour)» et «sportif (+-100km/jour)» selon le niveau des participant(e)s. Les circuits sont partagés uniquement via trace GPX sur une groupe Whats'App créé pour l'occasion

Il n'y a pas d'obligation de participation aux randonnées si vous voulez profiter du temps libre : visites, balades, marchés locaux, ... Il y a toujours de quoi faire dans le Vaucluse !

Compris : - Logement en chambre Duo
- Repas en pension complète (matin/midi/soir)
- Local sécurisé pour les vélos - CISC)

Non Compris : - Voyage aller/retour - taxe de séjour/personne
- Assurance annulation - pas de remboursement.
- Supplément chambre individuelle (+100,00euros)

PLUS D'INFOS : COMMUNICATION@VELO-LIBERTE.BE

BULLETIN DE RÉSERVATION - à retourner par mail à ffbc@velo-liberte.be - **Remplir un bon par personne**

Je réserve le séjour à Vaison-la-Romaine du 18 au 25 octobre 2025 - inscription au plus tard le 15/09/2025.

NOM : PRÉNOM :

Je suis adhérent à la FFBC - Numéro d'affiliation :

Affilié au CLUB : ou en membre individuel

Adresse :

Code Postal : Ville :

Tél/Gsm : Mail :

Conditions de participation :

- 1 - Être membre de la FFBC
- 2 - Être en possession d'une assurance rapatriement en cas d'accident.

AGENCE :

N° de Police :

Le paiement sur le compte **BE72 0682 5083 1216** avec référence : **VAISON2025/Nom/N°Affiliation** validera votre inscription



CONGÉS ANNUELS DU SECRETARIAT :
Le bureau de la Fédération est fermé
DU LUNDI 18 AU VENDREDI 29 AOÛT.

“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 - ffbc@velo-liberte.be

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

Rédacteur en chef : Philippe COLLART - vtt@velo-liberte.be

Rédaction : cycloredac@gmail.com - communication@velo-liberte.be

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

© Photos cover : Marc MENU & Karl DELCOURT

© Photos edito : Amicale Cyclo Quiévrain

SOMMAIRE

<i>CYCLO - EDITO - LE BENEVOLAT</i>	3
<i>CYCLO - ACTIVITÉS FÉDÉRALES</i>	8
<i>CYCLO - DOSSIER «100 CÔTES DE BELGIQUE»</i>	20
<i>CYCLO - ACTIVITÉS PROVINCIALES</i>	22
<i>CYCLO - CONSEILS</i>	25
<i>CYCLO - INSOLITE</i>	27
<i>VTT - ACTIVITÉS FÉDÉRALES</i>	29
<i>VTT - ACTIVITÉS PROVINCIALES</i>	35
<i>GRAVEL - WALLONIA GRAVEL TOUR 2025</i>	40
<i>GRAVEL - ACTIVITÉS PROVINCIALES</i>	42
<i>GRAVEL - COURRIER DES LECTEURS</i>	47
CALENDRIER ROUTE / VTT / GRAVEL 2025	50

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.



EDITO

LES BÉNÉVOLES, PILIERS DU CYCLOTOURISME

Derrière chaque randonnée cyclotouriste réussie, il y a une force discrète mais essentielle : les bénévoles. Sans eux, pas de fléchage sur les parcours, pas de ravitaillements bien garnis, pas de buvette animée, pas de salle accueillante. Sans eux, il n'y aurait tout simplement pas d'événement.

Ils sont membres du club, bien sûr, mais aussi conjoints, enfants, amis, voisins, collègues... Tous réunis par un même esprit de solidarité et l'envie de faire vivre une journée de sport et de convivialité.

Leur mobilisation commence bien avant le jour J. Certains partent flécher les parcours plusieurs jours à l'avance, bravant parfois la météo ou les imprévus sur les routes. D'autres préparent la salle, trient le matériel, organisent les inscriptions. Le jour de la randonnée, ils sont là dès l'aube pour installer les tables, préparer les ravitaillements, accueillir les participants, servir un café ou une collation avec le sourire. Ils nettoient, rangent, veillent aux détails qui font la différence.

Mais leur contribution ne s'arrête pas là. Toute l'année, les bénévoles font vivre les clubs : sorties hebdomadaires, animations, réunions, projets... Leur présence constante est le ciment de la vie associative.

À tous ces bénévoles, visibles ou discrets, jeunes ou retraités, chevronnés ou novices, nous adressons un immense merci. Votre engagement, votre générosité et votre bonne volonté permettent au cyclotourisme de rester ce qu'il est : une aventure humaine, accessible, joyeuse et ouverte à tous.

Lionel (Président) de l'Amicale Cyclo Quiévrain

LE BÉNÉVOLAT : CONSEILS PRATIQUES FFBC

PAR FRÉDÉRIC COULON - DÉLÉGUÉ COMMUNICATION & PARTENARIAT FFBC - DÉLÉGUÉ PROVINCE DE LUXEMBOURG

L'organisation d'un événement de randonnée cyclotourisme et VTT repose largement sur le travail bénévole.

Le bénévolat est souvent la clé de voûte de l'organisation d'un événement, notamment dans notre sport amateur comme les randonnées cyclotourisme et VTT.

POURQUOI LE BÉNÉVOLAT EST-IL SI IMPORTANT ?

- **Cœur du fonctionnement associatif** : la majorité des événements locaux sont organisés par des associations à but non lucratif. Ces structures ne peuvent fonctionner qu'avec des bénévoles, faute de budget pour embaucher du personnel.

- Réduction massive des coûts : un événement mobilise des dizaines à centaines de personnes. Sans bénévoles, les frais de main-d'œuvre (sécurité, logistique, accueil, restauration) seraient inabordables.

- Ambiance conviviale & ancrage local : les bénévoles apportent chaleur humaine, bonne humeur, et proximité avec le public. Leur implication renforce le lien social dans la communauté (famille, club, quartier, commune...).

- Expérience et savoir-faire : de nombreux bénévoles sont des habitués (anciens coureurs, retraités, encadrants). Ils assurent une transmission de compétences année après année.

POURQUOI EST-IL DIFFICILE DE RECRUTER DES BÉNÉVOLES ?

- Le manque de temps : beaucoup de gens ont un emploi du temps chargé (travail, enfants, autres engagements). Le temps libre se raréfie, surtout pour les jeunes générations.

- Le changement culturel : la société valorise davantage le temps personnel, le repos, les loisirs privés. Moins de personnes s'engagent sans contrepartie ou sentiment d'appartenance.

- L'ancrage associatif : la vie associative a reculé dans certaines zones : moins de clubs, moins d'adhérents actifs. Les jeunes participent à des événements, mais pas forcément à leur organisation.

- La charge perçue comme lourde : certains postes bénévoles peuvent sembler stressant ou exigeants (logistique, sécurité, coordination). L'implication peut être longue (avant, pendant, après l'événement).

- Le manque de reconnaissance : si les bénévoles ne se sentent ni remerciés, ni utiles, ni écoutés, ils peuvent se démotiver. L'absence de valorisation (certificats, repas, t-shirt, remerciements publics) joue aussi.

COMMENT AMÉLIORER LA MOBILISATION BÉNÉVOLE ?

- Créer un climat convivial et inclusif.

- Offrir des avantages symboliques (t-shirts, repas, tombola, reconnaissance publique).

- Impliquer les jeunes via les écoles, clubs, missions de service civique ou stages.

- Alléger la charge en répartissant mieux les tâches.

- Mettre en avant l'impact positif : « Sans vous, l'événement n'existe pas. »



LA RECHERCHE DE BÉNÉVOLES

Concrètement, voici quelques moyens pour effectuer une recherche de bénévoles (ce à quoi il faut penser) :

Selon le support utilisé (affiche, mail, site web, réseaux sociaux, discours), voici l'argumentaire de base à proposer, simple et motivant :

1. Un court message sur les réseaux sociaux, ou par e-mail, ou sur vos affiches/flyers ou panneau club (en même temps que vos infos pratiques primordiales : Date de l'événement & Lieu de départ/arrivée)

- Devenez bénévole pour notre randonnée cyclo & VTT !
- L'événement ne peut exister sans ses bénévoles !
- Que vous ayez 2 heures ou toute la journée, chaque coup de main compte : Balisage – Accueil – Ravitaillement – Assistance – Buvette – Photos...
- Repas offert, bonne ambiance garantie, et fierté de faire vivre une belle journée aux participants !
- Inscrivez-vous dès maintenant : [contact/mail/téléphone/liens]

MERCI POUR VOTRE ÉNERGIE !

2. Un discours pour réunion ou AG :

Bonjour à toutes et à tous,

Comme chaque année, nous préparons notre grande randonnée cyclotourisme et VTT. C'est un événement qui rassemble des passionnés, des familles, des jeunes, et qui met en valeur notre territoire.

Mais un tel événement ne peut avoir lieu sans vous. Il faut baliser les parcours, accueillir les participants, préparer les ravitos, assurer la sécurité, nettoyer...

Nous avons besoin de bénévoles. Pas besoin d'être expert : si vous avez un peu de temps, un peu d'énergie, ou juste l'envie de vivre une belle aventure humaine, vous êtes les bienvenus !

Un repas est prévu pour tous les bénévoles, et surtout, vous repartirez avec le sourire, la reconnaissance de tous, et le sentiment d'avoir contribué à quelque chose de beau.

Alors si vous êtes partants, faites-vous connaître dès maintenant. On compte sur vous !

3. Un texte pour e-mail ou site web (version détaillée)

- Appel à bénévoles pour la randonnée cyclotourisme & VTT du [date]

Notre événement approche à grands pas, et pour qu'il soit une réussite, nous avons besoin de vous !

Organiser une randonnée cyclotouriste et VTT, c'est une belle aventure, mais aussi un vrai défi. Chaque année, ce sont plus de [X] bénévoles qui permettent aux centaines de participants de rouler en toute sécurité, de se ravitailler, de s'orienter et de vivre une journée inoubliable.

- Des postes pour tous les profils : Balisage des parcours / Accueil et inscriptions / Points de ravitaillement / Sécurité et orientation / Montage/démontage / Photos, buvette, restauration...

Même si vous n'êtes disponibles que quelques heures, chaque aide est précieuse !

- Ce que nous vous offrons (exemples) : Un repas ou collation / Un t-shirt souvenir (dans la limite des stocks) / Une belle journée d'échanges / Et surtout : notre immense reconnaissance/

- Pour rejoindre l'équipe de bénévoles :

Contactez [Prénom] au [numéro] ou par mail : [adresse email] ou remplissez ce formulaire : [lien vers formulaire d'inscription]

Merci d'avance pour votre engagement. Sans vous, cet événement n'aurait pas lieu.



CYCLO

VTT

GRAVEL



Voici une liste complète et structurée des postes organisationnels bénévoles nécessaires, regroupés par grandes catégories :

1. COORDINATION GÉNÉRALE

- Responsable de l'événement : supervise l'ensemble, coordination globale.
- Coordinateur des bénévoles : recrutement, gestion, planning et briefing des bénévoles.
- Secrétariat / Administration : inscriptions, autorisations, courriers, dossiers assurances.

2. LOGISTIQUE

- Responsable logistique : gestion des infrastructures, matériel, planning.
- Montage/démontage : montage des stands, signalétique, barrières, tentes.
- Gestion des parkings : orientation des voitures, sécurité.
- Transport & navette (si applicable) : transport des participants ou VTT si besoin.
- Responsable des zones de départ/arrivée : accueil, fluidité des flux, animations.

3. PARCOURS ET SÉCURITÉ

- Traceurs / baliseurs : repérage, balisage et débalisage des circuits (cyclo et VTT).
- Sécurité parcours : positionnement aux intersections, vigilance circulation.
- Mécaniciens vélo : dépannage basique sur les parcours ou au départ.
- Responsable liaison secours : coordination avec les secours (pompiers, Croix-Rouge...).
- Voiture balai / équipe de secours : récupération des abandons ou blessés.

4. RAVITAILLEMENTS

- Responsables des points ravitaillement : organisation, gestion des stocks.
- Équipes de ravitaillement : installation, distribution eau/nourriture, nettoyage.
- Logistique ravitaillement : transport des denrées sur les différents points.

5. ACCUEIL & INSCRIPTIONS

- Accueil participants : remise des plaques, bracelets, plans.
- Gestion des inscriptions : sur place et en ligne, encaissements, liste des inscrits.
- Stand information : orientation, FAQ, aide aux participants.

6. COMMUNICATION & ANIMATION

- Animateur speaker : micro, animation du village départ/arrivée.
- Responsable photos/vidéos : couverture média de l'événement.
- Gestion des réseaux sociaux / site web : publication en temps réel, annonces.
- Responsable signalétique & affichage : fléchage, banderoles, consignes.

7. RESTAURATION / BUVETTE

- Responsables buvette et restauration : gestion du stock, planning.
- Équipe service : cuisine, distribution repas, encaissements.
- Nettoyage : gestion des déchets, tables, vaisselle.

8. PROPRETÉ & ENVIRONNEMENT

- Gestion déchets / propreté du site : tri sélectif, vidage des poubelles.
- Débalisage / nettoyage parcours : retour à l'état naturel.

9. RELATION AVEC LES PARTENAIRES ET OFFICIELS

- Accueil VIP / sponsors : représentants des collectivités, sponsors.
- Responsable partenaires / mécènes : coordination des besoins (stands, visuels...).

10. REMISE DES PRIX / SOUVENIR

- Distribution des lots : classements (si chronométré), tirages au sort.
- Stand goodies / souvenirs : remise de t-shirts, médailles, produits partenaires.

LE RENOUVELLEMENT CONTINUËL D'UN COMITÉ

Renouveler et moderniser un comité dans une association de cyclotourisme et VTT est un enjeu crucial pour assurer sa pérennité, attirer de nouvelles énergies, et rester en phase avec les attentes actuelles (des jeunes, des familles, du public digitalisé...).

Votre Fédération y est également attentive et confrontée. Comment attirer de nouveaux membres effectifs? Et quels seront les tâches à effectuer, petites et/ou grandes dans le respect des objectifs de chacun.es.

Les actions ne manquent pas et ce n'est pas faute d'essayer de recruter (voir compte rendu de l'AG 2025 dans la revue 2025-002). Actuellement, les comités provinciaux ressentent cette absence de renouveau ou d'investissement de ses membres mais les potentiels membres «comitard» ne se bousculent pas aux portes et se font rares. Les comités provinciaux sont majoritairement en sous-effectifs, et inexistant dans certaines Provinces. Que pouvons-nous faire de plus afin d'attirer plus de membres effectifs? Déjà commencer par vous rassurer : les tâches ne sont pas lourdes, il y a de la place pour toute personne qui souhaite développer un projet promotionnant notre activité de loisir à vélo, ou gérer un challenge existant et/ou en créer d'autres. Toutes les initiatives, pour peu qu'elles soient constructives à l'avenir de la Fédération, sont bonnes à entendre et à développer, les objectifs ne manquent pas et demandent juste de la coordination lors de nos réunions mensuelles.

Nous souhaitons attirer votre attention sur ce fait et vous proposer notre réflexion ci-dessous avec des actions concrètes, des valeurs à mettre en avant autour de notre projet commun : avancer avec vous «clubman» et «individuels» et moderniser notre Fédération. Nous ne sommes pas des donneurs de leçon, mais juste nous souhaitons relever les pistes pour y arriver ensemble et entreprendre nos objectifs : vous lirez par la suite que nos valeurs et nos objectifs actuels sont récompensés depuis notre création et plusieurs années maintenant.

Pour simple preuve, nous continuons, d'année en année, petits à petits et surtout grâce aux clubs à augmenter nos membres affiliés. Nous sommes maintenant plus de 10.200 affiliés : est-ce un record annuel? Mais l'année prochaine, combien serons-nous ?

1. RENOUVELER LE COMITÉ : PAR OÙ COMMENCER ?

- Diagnostic honnête

- État des lieux du comité actuel : forces, faiblesses, lacunes (âge, compétences, renouvellement).
- Identifier les freins à l'implication : lourdeur, manque de clarté des rôles, manque de valorisation.

- Créer une dynamique d'ouverture

- Lancer un appel à candidatures clair : « On a besoin de nouvelles idées, pas d'experts ! »
- Rassurer : proposer des binômes anciens/nouveaux pour favoriser la transmission.

- Créer des missions ponctuelles : implication souple avant de proposer un poste permanent.
- Organiser un temps d'accueil pour les nouveaux bénévoles.

2. MODERNISER LA GESTION DU CLUB ET DE SES PROJETS

- Outils numériques à introduire

- Planning partagé (Google Calendar, Framadate) pour l'organisation des randonnées et événements.
- Gestion de membres en ligne (HelloAsso, Asso-Connect, Google Forms).
- Communication digitale :
- Site internet simple ou page Facebook active.
- Newsletter mensuelle ou WhatsApp pour les infos rapides.
- Partage de photos/vidéos via un cloud ou réseau social.

- Nouveaux formats d'activités

- Rando découverte famille / rando féminine.
- Sorties «after work» ou «nocturnes» VTT.
- Initiations pour les débutants ou ateliers mécaniques.
- Partenariats avec écoles ou centres de loisirs.

3. FÉDÉRER AUTOUR D'UN PROJET COMMUN

Voici des valeurs et objectifs communs à mettre en avant pour donner du sens à l'engagement :

- Valeurs fortes :

- **Convivialité** : «On roule pour se faire plaisir, pas pour se juger»
- **Partage** : transmission d'expérience, aide aux nouveaux
- **Découverte** : valorisation des paysages, du patrimoine local
- **Accessibilité** : pour tous les âges, tous les niveaux
- **Respect** : de l'environnement, des autres usagers

- Objectifs concrets pour mobiliser :

- Créer un calendrier annuel harmonisé des randonnées (club + département).
- Organiser 1 à 2 grands événements phares (rando annuelle, challenge interclubs...).
- Monter un challenge interne (kilomètres parcourus, nombre de sorties, photo la plus originale, etc.).
- Développer des projets intergénérationnels (jeunes + anciens).
- Travailler avec des assos locales pour plus de visibilité.

4. ASTUCES POUR CRÉER UNE VRAIE COHÉSION

- Instaurer des réunions courtes mais régulières, dynamiques, conviviales (et pas seulement «des AG»).
- Offrir des moments informels : apéros, sorties pique-nique, week-end club, soirées films vélo.
- Valoriser les bénévoles : diplômes symboliques, mise en lumière sur les réseaux, t-shirt «staff», trophée du bénévole de l'année.
- Créer un petit guide ou livret d'accueil pour les nouveaux (valeurs, calendrier, contacts, consignes sécurité).

COMMENT REJOINDRE LE COMITE FFBC PROVINCIAL ?

Vous êtes prêts à rejoindre un comité provincial, faites-le savoir auprès de votre délégué provincial
Son contact est sur le site internet : www.velo-liberte.be/contact

L'ULTRACYCLISME À LA FFBC

LES NOUVEAUX CHALLENGES : ULTRA-R ET ULTRA-T

INTRODUCTION PAR JEAN-LOUIS VERSCHEURE ET PRÉSENTATION PAR MARC MENU, ADMINISTRATEURS FFBC



Dans l'édition 2024-4 de notre revue, nous vous annonçons la création de l'ULTRA ; une appellation attrayante pour certains et qui peut en effrayer d'autres,... Alors que la saison 2025 est déjà bien avancée, où en sommes-nous ? L'ULTRA c'est avant tout des longues distances. Et il faut bien reconnaître que cela attire moins de participants que jadis, la tendance étant maintenant de rouler vite pour rentrer tôt et aussi afficher une belle moyenne sur les réseaux sociaux ! Alors partir une journée entière voire plusieurs jours ça peut être compliqué. Mais l'ULTRA qu'il soit « randonneur » ou « touriste » vous permettra de découvrir d'autres horizons et peut-être même des routes méconnues de votre région. Alors n'hésitez plus à vous y intéresser, l'aventure est sur le pas de votre porte. Afin d'illustrer mon propos, je prendrai l'exemple de quelques participants qui ont déjà inscrit leurs noms au palmarès du challenge.

Outre les brevets randonneurs de 300 km et plus déjà parcourus en 2025 par quelques habitués, nous avons enregistré la participation de quelques affiliés sur les ULTRA Tour des provinces et notamment sur celle du Hainaut et de Namur, et cela suivant les deux formules proposées.

Dans l'ordre des participations, je relaterai la réussite de Michel Debrue et de sa compagne Mireille Bailly qui ont bouclé début avril les 440 km de l'ULTRA Tour du Hainaut en 4 jours consécutifs comme le prévoit le règlement pour l'ULTRA-T (T = tourisme).

« C'était pour nous une première expérience en bikepacking et nous sommes enchantés d'avoir accompli ce parcours en vélo, c'est vraiment du cyclotourisme. Le parcours est magnifique, les routes empruntées sont calmes et permettent de découvrir notre magnifique province. »

Résidents de la province du Hainaut, ces deux cyclotouristes n'ont pas dû aller loin pour trouver le dépaysement et l'aventure à vélo !

Yves Wilmart – un habitué des longues distances – a pour sa part déjà bouclé les ULTRA Tours du Hainaut et de la province de Namur. Dans les deux cas il a réalisé ces randonnées d'une traite et en moins de 24 heures, soit largement en-deçà des délais qui sont de 34 heures en formule « ULTRA-R » (R = randonneur). Félicitations à lui. Yves réside à Falisolle, soit à la frontière entre le Hainaut et la province de Namur. Autant dire qu'il n'a pas dû aller loin pour trouver l'aventure et assouvir sa passion des grandes distances.



Eric Wine a pour sa part effectué le Tour du Hainaut en deux belles journées de vélo, mais tout en restant sous le délai des 34 heures. Eric a aussi roulé un « Ultra gravel » hors frontières, le « Race Across Paris » de 528 km.

Frédéric Verscheure – membre individuel de la province de Luxembourg - avait fait valider les 324 km de la diagonale « Ostende-Virton » dès fin mars.

Nos félicitations à tous ces participants et à tous ceux qui ont déjà inscrit leur nom dans le tableau du challenge.

Je tiens à remercier Eric Wine et Frédéric Verscheure pour leur aide dans l'élaboration des parcours des Tours de Provinces.

PRÉSENTATION

Pour rappel, l'Ultracyclisme se pratique tant sur route (Cyclo), qu'en VTT ou en gravel. L'appellation ULTRA réunit les randonnées de longue distance de ces 3 domaines.

Les formules proposées sont diversifiées avec ou sans contrainte de temps.

Les randonnées reprises sont :

- les organisations des clubs figurant au calendrier annuel
- les randonnées permanentes proposées par les clubs
- les randonnées permanentes de la FFBC
- les randonnées organisées à l'étranger et dont les critères correspondent à ceux définis par la FFBC

CRITÈRES

Le label ULTRA est attribué aux randonnées qui présentent les distances minimales suivantes :

Discipline	Distance (min.)	Allure (moy.)
CYCLO	300 km	15 km/h
GRAVEL	200 km	12 km/h
VTT	150 km	en fonction terrain

CATÉGORIES DE PARTICIPANTS

Deux catégories sont proposées :

- **ULTRA-RANDONNEUR** : parcours à effectuer
 - Pour les cyclos : 15km/h (Allure BRM-BRB)
 - Pour les Gravel : 12km/h.
 - Pour les VTT : fixé par les organisateurs en fonction du terrain.

Les temps de parcours sont calculés selon ces moyennes.

- **ULTRA-TOURISTE**: pas de contrainte horaire, le parcours doit être effectué sur une même tentative, des jours consécutifs.

Dans les deux cas, la randonnée Ultra doit être roulée sans assistance sous la formule bikepacking.

INSCRIPTIONS

Pour les randonnées Ultra permanentes, les inscriptions se font en ligne sur le site de la FFBC.

Lors de votre première inscription vous recevrez une plaque de guidon FFBC-ULTRA avec un numéro de participant que vous conservez de manière permanente et vous identifiera.

Pour les randonnées organisées par les clubs et reprises au calendrier annuel, les inscriptions se feront via le club ou le site de la FFBC selon le choix de chaque club.

Rem : les clubs qui créeront les traces Ultra en permanente recevront intégralement, le montant des inscriptions.

ACTIVITÉS FÉDÉRALES / CHALLENGE

Les inscriptions pourront se faire via le site Web de la FFBC. Les liens des traces GPS des parcours des randonnées permanentes sont mentionnés dans le calendrier sur le site de la Fédération. Les traces GPS des randonnées Ultra organisées par les clubs et reprises au calendrier annuel sont fournies par les clubs organisateurs.

LISTE DES «ULTRA» PROPOSÉES PAR LA FFBC.

ROUTE

MINIMUM 300KM > Randonneurs 15km/h
> Touristes : pas de délais

Le calendrier des randonnées permanentes proposées par la Fédération s'étoffe peu à peu. Il y avait déjà les diagonales de Belgique et triangles de diagonales, lesquels peuvent être roulés dans les deux sens. A cela il y a lieu d'ajouter :

Les ULTRA Tours des provinces : Les parcours du Hainaut, de Namur, Luxembourg et Liège sont à présent disponibles via le calendrier publié sur le site de la FFBC.

Les Tours de Belgique déclinés en 3 formules :

- TB-F : Un tour de 1 200km dit « frontières » qui passent au plus proche des frontières de notre Belgique
- TB-R : Un tour de 1 000km qui relie les 15 villes relais du challenge FR
- TB-A : Un tour de 800km qui lie entre elles 12 lieux d'auberges de jeunesse financièrement accessibles

Dans le but d'inciter à la participation il est utile de rappeler que les triangles et Tours peuvent être démarrés en tout endroit du parcours.

GRAVEL

MINIMUM 200KM. > Randonneurs : 12km/h
> Touristes : pas de délais

LE RÉSEAU GR² (Grande Randonnées GRavel)

- Les Boucles GR²

Boucle 1 : Tournai-Mons via le Mt de l'Enclus

Boucle 2 : Mons-Viroinval

Boucle 3 : Viroinval- Orval

Boucle 4 : Orval-Champlon

Boucle 5 : Champlon-Malmedy

Boucle 6 : Malmedy-Namur

Boucle 7 : Namur-Waterloo

Boucle 8 : Waterloo-Tournai

- Les Diagonales GR²

Diagonales A1 : Tournai-Bouillon

Diagonale A2 : Bouillon-Tournai

Diagonale B1 : Malmedy-Tournai

Diagonale B2 : Tournai-Malmedy

Diagonale C1 : Bouillon-Malmedy

Diagonale C2 : Malmedy-Bouillon

- Les autres diagonales

(peuvent être roulées dans les deux sens) :

Mont de l'Enclus – Orval 337 km

Orval - Mont de l'Enclus 308 km

Mt de l'Enclus-Verviers 340 km

Verviers-Mt de l'Enclus 345 km

Verviers – Orval 201 km

Orval – Verviers 237 km

- Les diagonales en « aller-retour » :

Mt de l'Enclus-Mons-Mt de l'Enclus 200 km

Mons - Viroinval – Mons 241 km

Viroinval - Orval – Viroinval 252 km

Mt l'Enclus-Waterloo-Mt l'Enclus 222 km

Waterloo - Fernelmont – Waterloo 230 km

Fernelmont - Verviers – Fernelmont 234 km

Achouffe - Verviers – Achouffe 208 km

Achouffe - Orval – Achouffe 227 km

- Les Randonnées Programmées :

WGT 2025 (Wallonia Gravel Tour) du 21 au 24 août 2025 au départ de Bastogne

Autres organisations proposées par les clubs de la FFBC (voir le calendrier)

VTT

MINIMUM 150KM. Randonneurs 10km/h
Touristes : pas de délais

Stoneman Arduenna : 176km – D+3900m (partenariat FFBC)

Ourthe & Bike: 165km - D+ 3600m. En accord avec la Maison du Tourisme de La Roche-en-Ardenne (circuit balisé physiquement dans les 2 sens)

Autres à venir : en attente de circuits permanents du CGT et/ou GPX de nos clubs et comités provinciaux

HOMOLOGATION :

Les participants qui souhaitent faire homologuer leur randonnée, devront fournir leur trace GPS à la demande responsable FFBC de chaque discipline (Cyclo, VTT, Gravel). Mail : ffbc@velo-liberte.be

Les modalités de l'attribution des points pour les challenges Ultra sont :

Discipline	Distance min	Coefficient
CYCLO	300	1pt/km
GRAVEL	200	1,5pt/km
VTT	150	2pts/km

Une tombola récompensera les lauréats lors de l'Assemblée Générale annuelle. Le palmarès sera publié dans la revue fédérale.

Rem : si vous échouez votre tentative comme Randonneur (ULTRA-R) et respectez les critères Touriste pour pouvez valider votre randonnée dans le challenge ULTRA-T

A l'heure où nous écrivons ces lignes, une douzaine d'affiliés figurent déjà dans le classement du challenge, disponible sur le site « velo-liberte-palmares.be », sélectionnez le challenge « ULTRA ». Mais la période estivale devrait permettre aux adeptes de cette discipline d'alimenter/améliorer le palmarès.



LE TOUR DE BELGIQUE À VÉLO EN 6 JOURS AUX LIMITES DES FRONTIÈRES

PAR ERIC NEMERY - ERIC.NEMERY@SKYNET.BE



Fin 2024, comme de coutume, réunion entre amis passionnés de vélo. Quels seront nos objectifs en 2025 ?

Chacun propose ses idées, mais une retient particulièrement l'attention...

Forts de leur expérience, les frères LEBAILLY, Thierry et Philippe, suggèrent de refaire le Tour de Belgique en mode bike packing, nous serons trois à relever le défi (Ludo, Aldo et Eric) avec les deux frères.

Et un sixième cyclo, Vincent, nous accompagnera les deux premiers jours. Les dates sont fixées, ce sera du 24 au 29 mai 2025 (6 jours)

Sur base d'une trace GPX reçue d'un responsable de la fédération, nous profitons de la période hivernale pour préparer minutieusement les étapes de notre périple de 1.217 km et réserver les hôtels. Nous commencerons à pédaler vers le sud...

- Etape 1 : Givry (Hainaut) - Vencimont 194km/D+2651m
- Etape 2 : Vencimont - Hondelange 180km/D+2701m
- Etape 3 : Hondelange - La Calamine 207km/D+2653m
- Etape 4 : La Calamine - Ekeren 243km/D+1057m

- Etape 5 : Ekeren – Watou 216 km/D+ 779 m

- Etape 6 : Watou – Givry (Hainaut) 177 km/D+1032 m

Il fallait encore prévoir les bagages, s'équiper des sacs de cintre, de cadre, et de selle pour emporter le strict minimum et nécessaire, afin de voyager léger (vélo + bagages = entre 15 kg et 20 kg). Pour certains, novices que nous étions, ces préparatifs ne furent pas évident !

Le temps passe vite, nous sommes déjà le 24 mai 2025, départ de Givry à 7h00, ça y est, c'est parti pour l'aventure, nous sommes excités !

Parmi les nombreux souvenirs gravés dans nos mémoires, nous citerons...

LE 1^{ER} JOUR : L'accueil à l'hôtel « le Barbouillon » à Vencimont. Départ au sec et les 80 derniers km de l'étape sous la pluie, nous étions mouillés et frissonnants.

La patronne avait eu la bonne idée de préparer un feu de bois pour nous réchauffer autour duquel nous avons dégusté une excellente bière locale. Elle a aussi eu la gentillesse de sécher nos vêtements, quel accueil !



Nous recommandons cet établissement aux cyclos passant dans cette région ou voulant y séjourner.

LE 2^{ÈME} JOUR : Des trombes d'eau et des petites tempêtes mais de très beaux paysages et un parcours très exigeant ! Arrivée à Hondelange. Hôtel « les Blés d'Or »

LE 3^{ÈME} JOUR : Journée au sec. On a pu apprécier toute la beauté des cantons de l'Est avec une arrivée au soleil et un verre en terrasse. Arrivée à La Calamine. « Park Hôtel »

LE 4^{ÈME} JOUR : Rapidement la pluie est venue en continu jouer les troubles fête sur des routes monotones et des lignes droites sans fin. Journée dantesque où nous avons puisé loin dans nos ressources physiques et mentales. Très beau logement B&B à Sint-Mariaburg avec un super petit déjeuner.

LE 5^{ÈME} JOUR : Beau départ, sympa de passer par Anvers et l'accès au tunnel sous l'Escaut en escalators (on en a profité pour visiter la Grand-Place: à mettre sur le parcours!) Longue étape avec un terrible vent de face pour 90% de l'étape. Hôtel très accueillant, même tard, où nous nous sommes régales de carbonades flamandes-frites à volonté et de St Bernardus (bière locale). Petit déjeuner gargantuesque ! « Hôtel Callecans à Watou »

LE 6^{ÈME} JOUR : Malgré des prévisions météo rassurantes, la moitié du parcours fut faite sous la pluie. Nos deux frangins ont été confrontés à des soucis mécaniques, ce qui a allongé leur journée de 2h. Mais savoir que nous étions proches du but nous a donné l'élan pour terminer cette boucle.

Ce Tour de Belgique en bike packing a présenté son lot de défis. Les nombreuses côtes à gravir, les longues lignes droites interminables, mais aussi les conditions météorologiques capricieuses, averses de pluies et vent de face qui ne nous ont pas épargnés. De plus, le poids de nos bagages s'est quelque fois fait sentir, surtout lors des nombreuses montées et face à la force d'Eole.

Néanmoins, ces épreuves ont renforcé notre cohésion et notre esprit d'équipe.

Ce tour de Belgique a aussi été une aventure enrichissante, tant sur le plan physique que social. L'esprit de camaraderie et les moments de partage ont permis à chacun de nous de découvrir non seulement les parties frontalières de notre pays mais aussi l'importance de la solidarité et de l'amitié.

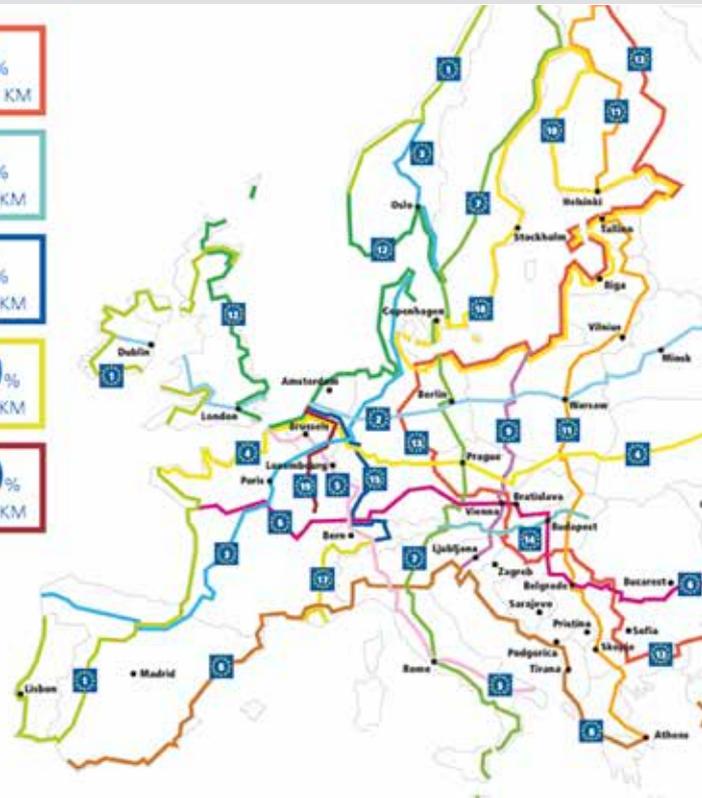
Ensemble nous avons été plus fort, rouler « en groupe » même séparés, nous a permis d'accomplir des exploits. Nous pouvons être fiers !

Nous avons déjà hâte de planifier notre prochaine « expédition » **Philippe, Aldo, Ludo, Eric (Tintin), et Thierry.**



PARCOURIR L'EUROPE À VÉLO, RÊVE OU RÉALITÉ ?

PAR JASMINA FIASSE (PRO VELO) - J.FIASSE@PROVELO.ORG



L'EuroVelo est un réseau de 17 itinéraires cyclables longue distance qui traversent et relient l'Europe. Les itinéraires peuvent être empruntés par les cyclotouristes de longue distance, ainsi que par les habitants de la région effectuant des trajets quotidiens.

Le premier objectif est de créer un réseau cyclable de très haute qualité de classe européenne à travers l'ensemble des pays européens en harmonisant les normes de chacun d'entre eux.

Le second objectif consiste à pouvoir communiquer d'une façon plus efficace sur l'existence de ces itinéraires mieux adaptés à la pratique afin d'encourager un grand nombre de citoyens européens à s'essayer au vélo en vue d'un passage à un mode de transport sain et durable - pour les trajets quotidiens et le cyclotourisme.

Un beau projet en soi mais qui sur le terrain ne semble pas aussi aisé qu'il n'y paraît.

Parmi ces 17 tracés, 5 d'entre eux traversent notre pays pour un total de plus de 1000km.

Au niveau de la Wallonie, les itinéraires EuroVelo 3, 5 et 19 suivent pour la plupart les réseaux du RAVeL et plus spécifiquement la Meuse en ce qui concerne le 19.

L'asbl Pro Velo remplit le rôle de centre de coordination national pour la Belgique, assurant le bon développement des itinéraires en répondant principalement aux questions des voyageurs.

Vu notre implication dans la Task Force de la Région Wallonne en matière de mobilité cyclable, cet organisme nous a contacté en vue d'une collaboration et plus particulièrement en incitant nos affiliés à participer à l'enquête qu'ils ont mis en place concernant l'usage de ce réseau européen.

Vous trouverez ci-après la présentation qu'ils nous ont envoyé de même que le lien vers le questionnaire.

D'avance merci pour votre collaboration



ENQUÊTE PRO VELO

Que vous soyez cyclistes du dimanche ou baroudeur à vélo ; en famille, en solo, en groupe ; à vélo à assistance électrique, en gravel ou vélo standard... vous pouvez nous aider ! Prenez 10 minutes pour répondre à notre questionnaire d'enquête en ligne.

Dans le cadre de ses missions de Centre National de Coordination des routes EuroVelo, Pro Velo lance le premier questionnaire d'enquête en ligne sur les pratiques de vélotourisme et loisirs en Belgique.

Le but : Mieux connaître les itinéraires que vous empruntez, votre expérience de cyclo-touriste, les services utilisés et la façon dont vous organisez vos balades à la journée ou vos séjours à vélo.

Ce questionnaire s'adresse aussi bien aux personnes vivant en Belgique qu'à l'étranger, n'hésitez pas à le diffuser auprès de vos amis.

Vos réponses nous permettront de formuler des recommandations aux Régions pour améliorer l'accueil des cyclotouristes et le développement d'infrastructures adaptées. Aujourd'hui, il existe peu de données à l'échelle belge — c'est le moment de faire entendre votre voix !

Merci pour votre coup de pédale et votre coup de pouce !

Lien vers le questionnaire :

<https://tinyurl.com/3xf4hxxn>



CINQ ITINÉRAIRES EN BELGIQUE : L'AVENTURE VOUS TENTE ?



Retrouvez ici un descriptif des cinq itinéraires VELO-ROUTE qui passent par la Belgique.

EV3 : LA ROUTE DES PÈLERINS

Longue de 5.122 km, l'EuroVelo 3 relie Trondheim (Norvège) à Saint-Jacques de Compostelle (Espagne) en passant par le Danemark, l'Allemagne, la Belgique et la France.

En Belgique, le tracé passe en grande partie par le RAVeL : venant d'Aachen, il descend sur Liège, suit la Meuse jusque Namur et puis la Sambre pour rejoindre ensuite Erquelines et Maubeuge. L'accent touristique est mis sur les beffrois de Namur, de Charleroi et de Thuin.

EV4 : LA ROUTE DE L'EUROPE CENTRALE

Longue de 4.000 km, l'EuroVelo 4 relie Roscoff (France) à Kiev (Ukraine) en passant par la Belgique, les Pays-Bas, l'Allemagne, la République Tchèque et la Pologne.

En Belgique, l'itinéraire longe la côte en passant par Ostende et Zeebrugues. L'accent touristique est mis sur la ville de Bruges.

EV5 : LA « VIA ROMEA FRANCIGENA »

Longue de 3.900 km, l'EuroVelo 5 relie Londres (Grande-Bretagne) à Brindisi (Italie) en passant par la France, la Belgique, le Luxembourg, l'Allemagne et la Suisse.

En Belgique, l'accent touristique est mis sur la ville de Bruxelles.

EV12 : VÉLOROUTE DE LA MER DU NORD

Long de plus de 5.000 km, l'EuroVelo 12 est entièrement dédié aux pays du Nord de l'Europe avec comme point central, la Mer du Nord. L'EuroVelo 12 traverse successivement le Royaume-Uni, la Belgique, l'Allemagne, les Pays-Bas, le Danemark, la Suède et la Norvège entre falaises et paysages plats.

EV19 : MEUSE À VÉLO

Longue de plus de 1.000 km, l'EuroVelo 19 part de la source de la Meuse à Verdun en France jusqu'à la mer du Nord en Hollande et passe par la Belgique.

En Belgique, elle suit la Meuse et passe par le réseau RAVeL dans un écrin de verdure de la frontière française en passant par Yvoir et Namur. L'itinéraire continue jusqu'à la frontière hollandaise en passant par Liège puis par quelques 40 km dans le Limbourg belge avant d'entrer en Hollande.



SÉJOUR VÉLO FFBC RAMATUELLE DU 3 AU 10 MAI 2025

PAR LAETITIA - CYCLO CLUB CHESTROLAIS - PROVINCE DE LUXEMBOURG

Le séjour vélo à Ramatuelle du 3 au 10 mai 2025 s'annonçait comme une aventure épique. Imaginez la scène : mon mari Laurent et moi dans l'avion lorsque Luc nous contacte pour nous parler de leur projet de séjour vélo à Vaison la Romaine en octobre. Quel dommage ! Nos congés étaient déjà épuisés pour 2024, et nous ne pouvions pas nous joindre à Kathy et Luc. Mais ce n'était que partie remise !

Quelques semaines plus tard, Luc, toujours aussi enthousiaste, nous parle du prochain séjour vélo à Ramatuelle. Kathy et Luc avaient été tellement enchantés du premier séjour qu'ils étaient prêts à partager ce moment avec nous. Ils sont des amis proches de Laurent, et moi, je suis encore en phase de découverte pour le cyclotourisme. Mais notre décision était déjà prise, et avec un sourire complice, nous avons décidé de tenter cette expérience ! Après tout, qui pourrait résister à l'idée de pédaler sous le soleil de Ramatuelle, avec des amis aussi passionnés ?



Le village perché de Ramatuelle

À l'assemblée générale du CC Chestrolais en janvier 2025, ma mission secrète était de convaincre Kathy de repartir en séjour vélo ! Il est compréhensible que les accompagnants non cyclistes soient dubitatifs... et la route est longue ! Mais quelques arguments plus tard, nous étions inscrits tous les quatre pour une aventure dans l'inconnu. La région de Ramatuelle mérite d'être connue, tout comme la Côte d'Azur.

Le portrait rapide de l'Européenne non sportive depuis 47 ans vivant avec un sportif qui a déjà relevé des défis peu communs est assez comique. J'ai commencé le vélo de route depuis une année, ne connaissant que les plats segments des bords de mer (rouleuse des vacances d'été). Je devais m'entraîner sur des parcours à dénivelé du Grand-Duché avec un super coach, et finalement, mon adorable mari m'a offert un VAE en mars dernier. La courbe de progression devait s'accélérer !

Notre parcours vers Ramatuelle nous a permis de nous arrêter dans une région que Laurent affectionne particulièrement - l'Ardèche. Et cette journée du vendredi a été une telle découverte ! Marcher pour voir les paysages, c'est bien... rouler, c'est encore mieux ! Un record de distance et cette sensation de liberté et de communion avec les paysages. Quelques arrêts photos obligatoires pour la gourmande de clichés !

Puis l'arrivée au Centre de Vacances Léo Lagrange « Les sentiers des Pins » ... un superbe accueil par la réceptionniste qui nous explique notre prise en charge complète d'un point de vue logistique et nous donne de très bons conseils tout au long du séjour - rien à penser à part le vélo... et nous verrons que la connexion humaine était devenue également une priorité !



ACTIVITES FEDERALES / VOYAGES ET SEJOURS

Tous les équipements étaient à disposition et les appartements étaient très fonctionnels – réduits au minimum car dans le Sud, on vit dehors ! Les équipes étaient aux petits soins puisque le centre venait d'ouvrir et nous étions le seul groupe.

Chaque jour s'organisait le soir précédent pendant l'apéro où Arthur était aux petits soins, le buffet ou les soirées animées par Dodo et Anatole. Jean-Louis avait préparé des itinéraires pour toutes les ambitions. D'une manière ou d'une autre, il y aurait du dénivelé pour partir ou pour rentrer ! Les groupes étaient très homogènes (par rapport au niveau) et se formaient de façon très naturelle. L'adage du groupe était confirmé « on roule ensemble, on rentre ensemble » et tout le monde s'entraidait. Luc, notre spécialiste de la crevasion, en était témoin.

La région de Ramatuelle, comme l'ensemble du bord de mer Méditerranée, reste très fréquentée et de nombreux moyens de transports s'y côtoient. Beaucoup de pistes cyclables sont aménagées dans les villes (Sainte Maxime, Saint Tropez...) pour notre sécurité. Les automobilistes sont compréhensifs et patients. Dans l'arrière-pays, c'est un véritable plaisir de rouler au gré du dénivelé et de splendides paysages qui défilent.

Nous nous sommes offerts une petite pause en milieu de semaine afin de visiter les îles de Porquerolles et Port Cros. Un joyau de nature et finalement les eaux bleu clair que l'on peut aller chercher parfois très loin. Programme très simple : 7h30 déjeuner, 9h « cul sur le vélo », 13h-13h30 pause dîner et visites l'après-midi en prenant son temps. Nous avons pu non seulement découvrir de magnifiques paysages à vélo et de très beaux villages perchés – Ramatuelle, Gassin, Grimaud (le préféré de Kathy). Notre petit groupe a vécu un merveilleux séjour tout en simplicité et avec la seule envie de prendre du bon temps.



Soirée Casino avec Anatole



Les soirées au bar d'Arthur

ACTIVITES FEDERALES / VOYAGES ET SEJOURS



Quelques gouttes de pluie chaude

Ce type de séjour thématique n'était pas une première. La taille du groupe (62 personnes) a permis de connecter facilement et de vivre dans une ambiance fort respectueuse et conviviale. La nouveauté à titre personnel : faire du vélo (enfin du sport) tous les jours. Une précision : mon VAE, cette machine de technologie qui me permet de prendre beaucoup de plaisir cyclo touristique avec mon mari Laurent. Cela a commencé avec 60km (600D+) pour finir avec 82km (1300D+). Un véritable dépassement personnel et une expérience sans précédent ! Visiter une région à vélo donne une véritable saveur de liberté. Vous êtes dans un col entouré de roches et de végétation et vous finissez par apercevoir cette étendue bleue. Je remercie Luc pour sa bienveillance pendant ses parcours... et bien sûr une bienveillance réciproque qui nous a mis en confiance.

De belles rencontres et échanges avec des passionnés comme Aurore et Grégory du CC Habay, Carine et Denis de la région de Jehay, Fred notre organisateur et soulignons la présence de deux adolescents Clément et Andy qui savent ce qu'ils veulent et sont très volontaires. Andy, jeune fille de 15 ans, est probablement la personne pour laquelle mes émotions seront les plus intenses – et par simple transfert psychologique car je commençais aussi il y a un an à faire du vélo de route. Elle commence le vélo et la montée du col de « Collebasse » (clin d'œil à Fred) a été un défi qu'elle a relevé avec beaucoup de persévérance et détermination. Le reste du groupe était également impressionné. Le soutien de son papa Fred était aussi très touchant et cela me laisse à penser combien j'aurais voulu avoir ce temps avec mon propre père.

Nous gardons en tête le rendez-vous de 2026 à Vaison-la-Romaine qui nous permettra d'appréhender le mythique Mont Ventoux.



L'entraide sous le chemin...
on part ensemble...on rentre ensemble

RAMATUELLE : SÉJOUR FFBC DE QUALITÉ

UN NOUVEAU LIEU POUR LES ANNÉES FUTURES

PAR JEAN-LOUIS VERSCHURE - SECRÉTAIRE FFBC

En partenariat avec « Vacances Léo Lagrange », la Fédération proposait cette année pour la première fois un séjour d'une semaine à Ramatuelle. Bien qu'habitué au séjour de Vaison-la-Romaine, qui au demeurant connaît chaque année un succès grandissant, Ramatuelle nous offrait l'occasion de descendre encore un peu plus vers le sud et de séjourner en bord de Méditerranée.

Le groupe associatif « Vacances Léo Lagrange » revendique l'organisation d'un tourisme durable dans un environnement très nature. Et c'est bien le cas avec le village de Ramatuelle, situé en bord de mer (500 m de la plage) et à l'écart des grands axes, autant dire que le séjour fut on ne peut plus reposant. Néanmoins, cela n'exclut pas un panel d'activités très variées et un tas d'animations au sein du village.

Passer ses vacances près de la plage de Pampelonne, dans la Presqu'île de Saint-Tropez : un rêve pour beaucoup qui ont vu les films « Les gendarmes de Saint Tropez ». Et le rêve devient réalité.

Tout démarre le matin avec l'ouverture du buffet « petit-déjeuner » dès 7h30. Les départs tôt étaient donc possibles pour effectuer les plus longues distances. Des petits-déjeuners copieux et très variés avec tout ce que l'on peut imaginer, comme dans les grands hôtels, rien n'est laissé au hasard et c'est à volonté. Il est même possible de réserver un panier « pique-nique » à emporter au cas on ne serait pas de retour à midi pour le repas.

Le midi, parlons-en ! le service était accessible de 12h30 à 13h45, ce qui permettait d'allonger les distances tout en rentrant encore dans les délais pour le repas. Celui-ci pouvait se prendre à l'intérieur ou en terrasse couverte avec vue sur la piscine. Les menus proposés étaient très variés avec viandes, poissons, crudités, fromage et dessert. Vins rouge ou rosé mis à disposition. Il eut été dommage de se mettre au régime dans ces conditions, d'autant que les randonnées nous ouvraient l'appétit.

Les après-midis pouvaient être consacrés à la récupération, à l'entretien des vélos ou encore à la visite des villages très pittoresques de la région qui sont légion. Outre Ramatuelle, nous pouvons citer Cavalaire, Bormes-les-Mimosas, Cogolin, Le Lavandou, Port-Grimaud, etc. . . . des noms qui sentent bon le sud et qui nous font déjà entendre les cigales.

Chaque village ayant son marché en semaine, il y avait toujours la possibilité d'aller à la recherche des produits du terroir, dont les vins de Provence et les épices. Même si nous n'étions que début mai, les touristes étaient déjà nombreux.

Et puis il y a aussi Saint Tropez, distant de 10 km de Ramatuelle, comment ne pas l'évoquer ? Nous fûmes nombreux à aller sur le port et aussi voir ou visiter la célèbre gendarmerie dans laquelle sont exposés les costumes et certains accessoires des films de Louis de Funès dont la célèbre 2 Chevaux.

Le soir, après le repas servi à partir de 19h00 et dont le niveau était équivalent à celui de midi, nous avions la possi-

bilité de participer aux animations dont certaines durèrent bien tard en soirée. Dans ces conditions inutiles d'avoir la télévision dans les chambres, . . .

MAIS PARLONS UN PEU VÉLO, . . .

Le soir de notre arrivée, Fred Coulon – coordinateur du séjour pour la FFBC nous avait réunis dans la cafétéria du village afin de nous expliquer comment le séjour allait se dérouler. Durant la semaine qui précéda il avait déjà envoyé par mail une vingtaine de traces GPS afin de permettre aux participants de préparer leurs randonnées, trois traces par jour avec des difficultés différentes, autant dire qu'il y en aurait pour tous les goûts et toutes les forces ! Outre cela, les animateurs du village proposaient également tous les jours des entraînements de jogging, des marches découvertes ou encore des jeux de plein air. S'ennuyer était donc impossible.

En ce qui concerne la pratique du vélo, il est bon de planter le décor : nous séjournons en bord de mer, dans une région au relief accidenté et aux nombreux sites touristiques situés en bord de mer ou haut-perchés sur de petites collines entourées de vignobles ou de forêts. Ceci écrit, les routes les plus fréquentées sont bordées de pistes cyclables ce qui nous permet de rouler en toute sécurité. Quel qu'était notre choix, il fallait accepter de grimper de petites collines ou des pentes aux pourcentages parfois supérieur à 10 %. Ce fut donc un séjour très touristique, mais aussi très sportif.

Après avoir parcouru un minimum d'une dizaine de km il était possible de se retrouver sur de petites routes tranquilles mais au relief toujours accidenté. Nous n'oublions pas la D14 qui relie à Grimaud à Collobrières. Une petite route au revêtement impeccable et dépourvue de tout trafic. Après Collobrières nous prenions la direction de Bormes-les-Mimosas, par une nouvelle petite route bien calme et sympathique pour franchir le col de Babaou (alt 414 m). 5 km avant Bormes, il fallait prendre vers la gauche par la route des crêtes, laquelle nous permettait de découvrir au détour de chaque virage des vues imprenables sur la Méditerranée. Tellement beau que je l'ai faite deux fois. Evidemment, ce genre de parcours n'était pas de tout repos, mais nous n'avons rien sans mal et les paysages valaient vraiment les efforts fournis, . . .

Et pour les chasseurs de cols, c'était tout bénéfique, car il y avait la possibilité de franchir une bonne dizaine de cols routiers dans un rayon de 40 km. Les cols de Fourche (alt 538 m), du Canadel (alt 267 m) et de Taillude (alt 411 m) entre autres, nous laissent d'excellents souvenirs. Mais si ces cols ne sont pas très hauts, le dénivelé était quand même conséquent, sachant que nous démarrions à chaque fois du niveau de la mer.

Question météo, cela aurait pu être mieux, mais pire aussi. Le thermomètre ne franchit jamais la barre des 20° C, mais finalement n'est-ce pas une température déale pour la pratique du vélo, dès l'instant où il ne pleut pas, . . .

Rendez-vous l'année prochaine pour un nouveau séjour à Ramatuelle durant la première semaine du mois de mai.

LA MAISON DU CYCLISME A SOUGNE-REMOUCHAMPS

UN INCONTOURNABLE POUR LES FANS INCONDITIONNELS DE LA PETITE REINE

PAR ALAIN MANGUETTE - ADMINISTRATEUR DELEGUE PROVINCE DE LIEGE

Plongez dans la passionnante histoire du sport cycliste ! A travers de riches collections très diversifiées, des pièces d'exception, des panneaux amovibles, des QR codes, mais aussi des espaces virtuels. La Maison du Cyclisme Liège-Bastogne-Liège, c'est bien entendu un musée, dont la scénographie met en scène les différentes périodes de l'histoire du cycle et de la compétition cycliste, depuis la Draisienne de 1817, jusqu'aux machines les plus modernes en fibre de carbone ; depuis Robert Protin, premier champion du monde liégeois de vitesse, jusqu'à Pogacar ; depuis Paris-Rouen jusqu'aux Strade Bianche...

C'est tout autant un lieu de partage, où chacun peut livrer son expérience du cyclisme, de la pratique du vélo, ou



des courses...partage lors des visites, mais aussi lors d'événements, comme des conférences, des rencontres avec des coureurs, avec les personnes qui incarnent les différents métiers liés à la bicyclette ou au sport cycliste.

Un lieu pédagogique, notamment auprès des plus jeunes, mais aussi ludiques, grâce au casque de réalité virtuelle qui vous mène, avec Philippe Gilbert, sur les pentes de la Redoute ; grâce au quizz qui permet de tester vos connaissances sur l'histoire du cyclisme ; grâce au vélo connecté, sur lequel vous vous lancerez le défi de grimper la côte de la Redoute, avec la sensation des pourcentages réels ; grâce à l'écran central qui nous permet de diffuser podcasts ou vidéocasts ; grâce au véritable Grand Bi sur lequel vous pourrez prendre de la hauteur, sans risque, ou grâce au photomaton-





podium, dans lequel vous aurez l'occasion de côtoyer quelques grands champions virtuellement.

C'est enfin un lieu qui peut se louer pour des événements privés, à condition, bien entendu, d'être en lien avec le vélo ou le cyclisme.

Divisé en deux espaces distincts, la Maison du Cyclisme Liège-Bastogne-Liège change de visage de manière très fréquente, et c'est à chaque fois une redécouverte pour les visiteurs. Dans les collections permanentes, grâce à la collaboration avec différents collectionneurs, mais surtout au gré des différentes expositions temporaires que nous mettons sur pied.

Actuellement, notre expo principale est consacrée au cyclisme féminin : elle repose essentiellement sur le prêt de pièces de différentes championnes que nous avons reçues lors du week-end de Liège-Bastogne-Liège (Audrey Cordon-Ragot ; Giorgia Bronzini ; Marion Norbert-Riberolle ; Ludivine Henrion), mais aussi sur l'incroyable collection de maillots de Sébastien Bruyer. Parallèlement, une vitrine fait un focus spécial sur le Japon, grâce aux liens que nous avons tissés avec l'ancien pro, Fumiyuki Beppu, et autour d'une pièce d'exception : un des dix maillots de



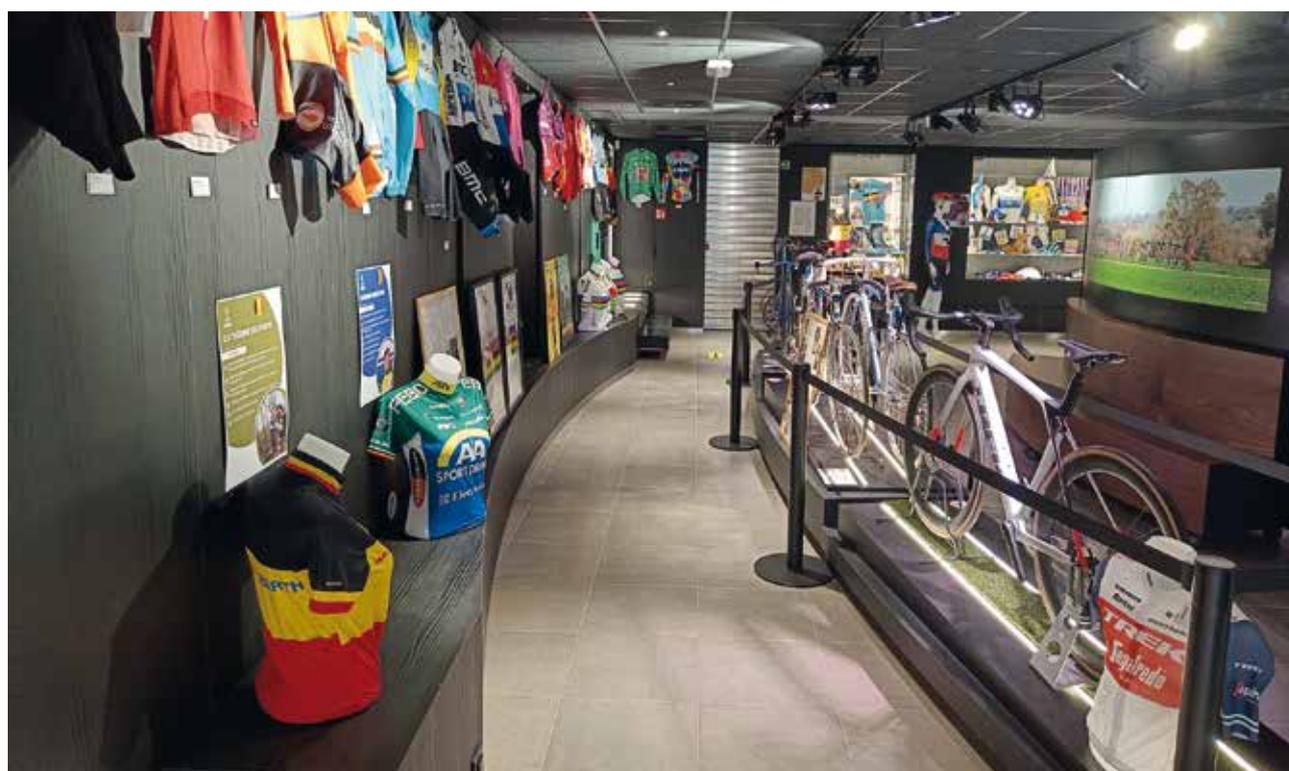
champion du monde de vitesse sur piste de Hoichi Nakano, véritable sommité dans son pays.

Enfin, dans un nouvel espace aménagé à cet effet, nous venons de rendre hommage à la folle épopée de l'équipe cycliste belge Lotto : 40 ans dans le peloton professionnel ; et dans la foulée, nous proposerons dès le week-end du 20 juin, une expo-hommage à Eddy Merckx, à l'occasion des 80 ans du « Cannibale ».

Actuellement, nous élaborons deux espaces, un dédié aux différentes fédérations de vélo, dont la FFBC, un second dédié, dans l'expo féminine, à Delphine Thirifays, et ses incroyables défis.

Par la suite, l'expo sur le cyclisme féminin fera place à une grande exposition sur la piste (à l'occasion des Six Jours de Gand), puis au début de l'année prochaine, au développement du cyclisme africain et antillais. Entretemps, un événement mettra en lumière le cyclisme liégeois et surtout ses coureurs, anciens comme actuels.

Pas d'hésitation donc, venez nombreux nous rendre visite. Pour découvrir ou redécouvrir notre espace muséal, ou à l'occasion d'un des événements ou expos à venir. Nous piaffons d'impatience de vous y voir. A très bientôt à la Maison du Cyclisme Liège-Bastogne-Liège !





«100 CÔTES DE BELGIQUE»

PAR VINCENT JAMOULLE <- INFO@100COTES-BELGIQUE.COM

La FFBC vous propose une nouvelle rubrique intitulée «RDV 100 CÔTES DE BELGIQUE». Dans chaque numéro, Vincent Jamouille, l'auteur du livre collector «100 Côtes de Belgique», sorti le 15 novembre dernier, présentera les côtes mythiques et insolites qu'il a sélectionnées. Entendez par «mythique», les côtes régulièrement empruntées par les classiques belges, et par «insolite» des côtes moins connues mais tout aussi exigeantes. Bonne découverte !

Pour ce troisième numéro, j'ai choisi les deux extrêmes, la plus courte et la plus longue, une mythique et une insolite, une flamande et une wallonne, une pavée et une surface lisse.

COTE MYTHIQUE : PATERBERG

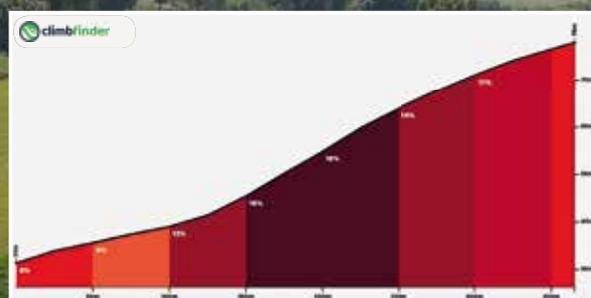
Désormais dernière difficulté du Tour des Flandres, le Paterberg est devenu un mythe alors qu'il n'est pourtant né, et c'est le cas de le dire, qu'en 1986. En effet, c'est un agriculteur local, fan de cyclisme, qui décida de paver un chemin de terre dans ses champs dans le but d'y attirer le Tour des Flandres. Bien lui en a pris !

**À PEINE 360M, MAIS À 13% ET JUSQU'À 23%,
LE TOUT PAVÉ !**

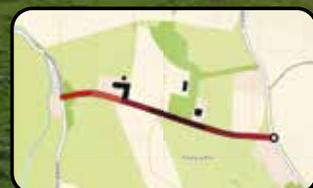
Probablement l'échantillon le plus représentatif de la difficulté de ces classiques flamandes, qui pourtant plafonnent à 150 m d'altitude. Imaginez l'effort et l'irrégularité du parcours lorsque vous en avez une vingtaine à gravir... Un véritable mur que l'on prend en pleine face, quasi à l'arrêt après un virage à angle droit. Une ligne

droite en plein dans la pente, ou comment vous casser les pattes en un minimum de mètres. C'est ça le Paterberg !

Son approche se fait par une route de campagne étroite, sinueuse et en descente. Ayez une pensée pour le travail de placement que ce secteur requiert en amont, du moins lors du premier passage des coureurs du Ronde. Il est alors au centre de la «trilogie», 3 kilomètres après le sommet du Vieux Quaremont et à moins de 6 kilomètres du pied du Koppenberg. Lors du deuxième passage, il n'y a plus au mieux qu'une poignée d'hommes qui s'y présente les premiers. Et si la différence doit encore être faite, il y a de grandes chances pour que le futur vainqueur soit connu au bout des 360 prochains mètres. Sinon, ils devront se départager au sprint. C'est en effet le tout dernier berg, la ligne d'arrivée du Ronde n'est plus qu'à 13 km.



» LONGUEUR	360m
» MOYENNE	13%
» MAXIMUM	23%
» DÉNIVELÉ +	47m
» ALTITUDE	78m
» REVÊTEMENT	Pavé
» COTACOL	132
» LOCALITÉ	Kluisbergen
» COURSES	Classiques flandriennes
» CATÉGORIE	Mythique



LE PATERBERG



COTE INSOLITE : LE SIGNAL DE BOTRANGE

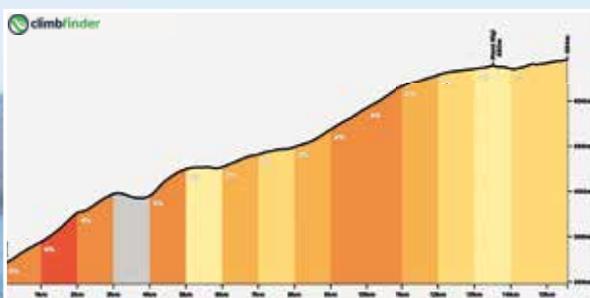
Un sommet reste un sommet! Certes, le Signal de Botrange est très loin d'être un pic aux pentes abruptes, pourtant atteindre le toit de la Belgique est un moment spécial que tout cyclo du pays et frontalier se doit d'entreprendre au moins une fois dans sa vie. Ceci est d'autant plus vrai que cette ascension est exceptionnelle non seulement en termes de dénivelé et de longueur, mais aussi de cadre. Avec 15,7 km de long et 476 m d+, elle constitue un excellent entraînement en vue d'efforts au long cours. Pour trouver plus long pas trop loin, vous devrez vous rendre dans les Vosges. De plus, le versant qui vous est proposé ici, depuis Membach, comprend une portion de 5,2 km en pleine nature interdite aux véhicules. Un pur plaisir !

PRÈS DE 16 KM DE LONG, UN BEAU COL DES ALPES ?

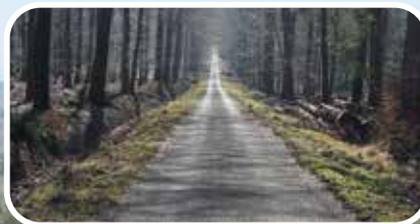
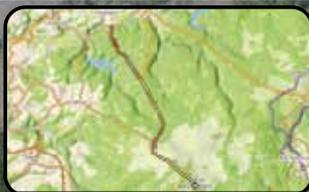
Évidemment, vous vous en doutez : avec un sommet à seulement 694 m d'altitude, la pente moyenne s'en trouve quelque peu réduite. On est ici davantage sur de longs faux plats à 3 %, avec tout au plus un court passage à 9 %. Cela n'en reste pas moins exception-



nel pour la région. L'ascension commence dans la vallée de la Vesdre, à 241 m d'altitude, et traverse la forêt de l'Hertogenwald (Forêt des Ducs), la plus grande forêt domaniale de Belgique (12 300 ha). Les 5 premiers kilomètres se font sur une route interdite à la circulation motorisée. Vous n'êtes alors qu'à 600 m des rives du lac de la Gilleppe, et vous vous hissez progressivement sur le plateau des Hautes Fagnes. Après avoir rejoint la N68, vous atteignez la Grande Fagne et la Baraque Michel au terme de 7,5 km à 2,9 %. La montée se poursuit encore sur 750 m à 1,5 %, jusqu'au Mont Rigi (680 m), suivi d'une légère descente, puis c'est l'ascension finale vers le Signal de Botrange.



» LONGUEUR	15700m
» MOYENNE	3%
» MAXIMUM	9%
» DÉNIVELÉ +	476m
» ALTITUDE	694m
» REVÊTEMENT	Lisse
» COTACOL	336 - de Béthane à la Baraque Michel
» LOCALITÉ	Membach - Baelen
» COURSES	/
» CATÉGORIE	Insolite



LE SIGNAL DE BOTRANGE

Poursuivez la découverte dans le livre collector «100 Côtes de Belgique» disponible à la vente sur www.100cotes-belgique.com



Rendez-vous dans le prochain numéro.

LES 35 ANS DU CYCLO CLUB CHESTROLAIS

UNE AVENTURE HUMAINE ET RICHE EN ÉMOTIONS

PAR LAËTTIA - CYCLO CLUB CHESTROLAIS - PROVINCE DE LUXEMBOURG

Le Cyclo Club Chestrolais (CC Chestrolais) célèbre ses 35 ans d'existence, une histoire riche en émotions et en souvenirs. Initié en 1990 par Gérard Degives, gendarme et commandant de la BSR à Charleroi, le club a évolué pour devenir une véritable famille cycliste pour ses membres. Puis, Gérard décide de faire une association de vélo avec les gendarmes et les membres participent aux randonnées officielles de Neufchâteau. Le 2 décembre 1991, l'association est affiliée à la RLVB (Royal Ligue Vélocipédique Belge) et est ainsi ouverte au grand public. L'affiliation à la FFBC arrive un peu plus tard et la participation aux randonnées permanentes s'organisent. Nous pouvons citer à cette époque : la randonnée des oiseaux, la randonnée des fusils, la randonnée des sangliers et bien sûr la randonnée de la chasse.

UN PARCOURS MARQUÉ PAR LA CAMARADERIE ET L'HUMOUR

Dès ses débuts, le CC Chestrolais a mis l'accent sur la camaraderie et l'humour. Gérard et Christian Liégeois, concurrents sur la route, ont toujours su apporter une touche de légèreté et de bonne humeur aux randonnées. Mais encore... André Goose qui rentre tardivement au gymnase aménagé à Périers (Voie de la Liberté) avec ses collègues et finalement confirme à un participant qu'il est l'heure de se préparer ... à 2 heures du matin. Les anecdotes et les blagues entre membres ont forgé des liens solides et indéfectibles.

Aujourd'hui, le CC Chestrolais compte 40 membres dont

l'aîné Robert est âgé de 83 ans et le plus jeune Jason a 31 ans. Le Comité initial était composé de Gérard, président, Christian, secrétaire et Guy Portion, trésorier. Au fil des années, les présidents et présidentes se sont succéder et nous avons été très heureux de voir Gérard, Albert Daco (5 ans), Isabelle Pirson (6 ans) et André (4 ans) permettre au club son évolution. Le Comité à partir de cette année se voit renforcer avec de nouveaux volontaires dont les expériences et connaissances se complètent parfaitement pour poursuivre l'aventure. Le renouvellement compte : André, Luc, Jason, Jean-Marie, Jean-François et Laëtitia. La Commune de Neufchâteau ne compte pas moins de trois clubs de vélo route et nous citons l'Echappée Belle et l'équipe Novicebar !

LES FEMMES, PIONNIÈRES ET RAPIDES

Le club a également vu des femmes se distinguer par leur rapidité et leur détermination dans la section « Je roule pour ma forme » créée sous l'impulsion de Marie-Claire Castagne. Annette Goose, la plus ancienne des femmes du club, ainsi que Marie-Laure, Isabelle P, Isabelle F, Patricia et Andrée, ont marqué l'histoire du CC Chestrolais.

UNE PENSÉE POUR LES DISPARUS

Le CC Chestrolais n'oublie pas ses membres regrettés, tels que Francis Delime, Jean Huart et Michel Bovesse. Leur souvenir est toujours présent et leur contribution au club est honorée à chaque événement.



ACTIVITES PROVINCIALES / LUXEMBOURG

DES VOYAGES INOUBLIABLES

Les voyages annuels – une semaine ou un weekend - du club sont des moments forts, où les émotions sont à leur comble. Toutefois, les membres sont soudés par l'omerta – ce qui se passe en voyage reste sur le lieu !

Que ce soit dans les Alpes, les Pyrénées, les Vosges (où les membres ont pris en charge le bar version nocturne), l'Alsace, le Jura, l'Auvergne, la Palmyre en Charente-Maritime, l'Ardèche, le Périgord, la Côte d'Opale, la Normandie (Voie de la Liberté), la baie de Somme, la Toscane (nous saluons Maurice pour son organisation), la Corse, la Bourgogne (lac de Panthier et les circuits créés par Albert), la Champagne, l'Adriatique (Rimini), l'Espagne dont les Asturies (Gijon avec l'ascension de l'Alto de l'Angliru, 13 km avec des passages entre 17 et 21%), le barrage de l'Eau d'Heure, la Provence, Annecy... chaque périple est une aventure humaine où la solidarité et l'entraide sont primordiales. Le prochain voyage sera début juillet dans la région du Lac d'Orient (Troyes, France). A la belle saison (maintenant !), Albert aime organiser la semaine des randonnées... les participants apprécient la Meuse (France).

Nous devons souligner des voyages qui restent gravés dans les mémoires comme les plus beaux, avec ses étapes et ses défis, et où chaque membre a su dépasser ses limites :

- **Le Périgord** où le club a perdu si soudainement Francis comme frappé par la foudre,
- **L'Auvergne** où Isabelle, Tony et Marie-Laure sont partis de Neufchâteau pour rejoindre le Mont Dore,
- **Saint Jacques de Compostelle** qui fut un voyage par étapes entre Saint-Jean-Pied-de-Port et Santiago soit 830km. Et tous les participants ont assisté avec une grande émotion à l'office pour les pèlerins et ont pu voir le Bota Fumeiro. Isabelle a pris en charge l'ensemble de l'organisation/logistique, Albert les tracés et Maurice fut formidable pour l'intendance.
- **La Corse.** Certains diront le plus beau. Un nouveau séjour par étapes (8) soit 935 km en passant par de nombreux cols dont le Col de Teghine (10,2 km avec 523m D+). Dès l'arrivée en ferry à Bastia, les participants se changent et suivis par un véhicule d'assistance, ils auront l'occasion de monter/démonter les tentes chaque jour, de s'hydrater (beaucoup) et tutti quanti (chut !).

Nous devons aussi citer la bonne entente entre clubs de Neufchâteau avec les 460km parcourus sur 3 jours en boucle avec l'Echappée Belle. Ceci s'ajoute à l'initiative commune de bénévolat pour être signaleurs à l'Ardenne Challenge.

UN ANNIVERSAIRE EN TOUTE SIMPLICITÉ ET UN AVENIR PROMETTEUR

La célébration du 35e anniversaire du club se tiendra sur invitation le samedi 27 septembre 2025. Le programme de l'événement est en cours de préparation. Le club continue de promouvoir ses activités pour attirer les jeunes de la région et maintenir la motivation des plus fidèles. Les bénévoles jouent un rôle essentiel et leur dévouement est grandement apprécié.

LES ACTIVITÉS ET LES TÉMOIGNAGES DES MEMBRES

La Randonnée des Epioux est le rendez-vous incontournable du début de saison à Neufchâteau et cette année, la participation sera restée le principal challenge. Il est important de souligner l'existence pour la deuxième année de deux circuits Gravel qui sont magnifiques.

La Ronde ardennaise vous attend le samedi 23 août 2025. Ce circuit tient particulièrement à cœur à André, puisque son ami Francis l'avait créé. La distance maximale est de 125km et ce sera la seule randonnée qui vous fera parcourir les Ardennes luxembourgeoises et namuroises entre la vallée de la Semois et celle de la Lesse. Nous pouvons promouvoir un parcours entre patrimoine et histoire - les fermes de la Semois avec ses vieilles pierres, les vignobles, Gros-Fays, Vresse-sur-Semois, Redu (village du livre), les antennes de Lessive, Lesse, Maissin (mémorial de la guerre 1940-1945). Ce même weekend, le CC Chestrolais a la chance de pouvoir participer en soutien à l'organisation du G-Skin challenge chapeauté par Jean-Michel Thévenin – et ceci selon un cahier des charges pointu.

Les membres du CC Chestrolais sont passionnés de cyclotourisme et prennent le temps de regarder autour d'eux. Ils sont toujours très contents de participer aux randonnées FFBC de la région Luxembourg. Le Gravel est en développement comme dans la plupart des clubs de la FFBC et cela reste un avantage pour rouler sur une plus grande variété de circuits.

Le but dans le futur sera de maintenir la motivation des plus fidèles et d'attirer de nouvelles recrues de la région tout en pensant à abaisser la moyenne d'âge en vue de la pérennité du club.

Un grand merci à Luc pour avoir compilé des photos d'archive et les membres du Comité pour avoir partagé de façon si conviviale leurs souvenirs. **Le CC Chestrolais, c'est avant tout une aventure humaine, où les émotions et les souvenirs sont au cœur de chaque randonnée et de chaque voyage qui fait aussi le socle de ce groupe.**

Joyeux anniversaire au CC Chestrolais et longue vie à cette belle famille !



ACTIVITES PROVINCIALES / HAINAUT



LA RANDONNÉE DE L'ENTENTE DU CENTRE CHALLENGE DU CENTRE-73.

PAR **ALAIN LEROY** - ADMINISTRATEUR DÉLÉGUÉ PROVINCE DU HAINAUT

Le Rendez-vous à ne pas manquer dans le Hainaut, c'est le Dimanche 24 août 2025 avec la randonnée de l'Entente du Centre Challenge du Centre 73.

Cette manifestation est organisée en collaboration par le Cycling Team LRY Anderlues club 1401 et le comité de l'Entente du Centre FFBC.

Il y en aura pour tous les goûts: de la route, du gravel et du Marche et Tail .

Les parcours routes 35/50/65/85/100/115/130km vous emmèneront vers la France et la magnifique région des Honnelles. Fléchage optimum, ravitaillements copieux et variés

Les parcours Gravel, 55/75km uniquement par Traces GPX dans les campagnes et bois de la région vous fera bénéficier des ravitaillements de la route

4 parcours Marche 8/12/16/21km vous seront proposés avec un fléchage à la découverte des Bois de la région.

Tout les bénéfices de cette journée sont intégralement verser à l'Entente du Centre FFBC de manière à pouvoir acheter les lots pour la Tombola du Challenge du Centre FFBC Vélo-Liberté 2025

A vos vélo ou à vos baskets

Toutes les infos: Facebook FFBC HAINAUT
Facebook Challenge du Centre
Facebook Cycling Team LRY Anderlues
0032 475810304

Pour le comité d'organisation
Alain Leroy, Délégué Provincial Hainaut
Président de l'Entente du Centre
Président du Cycling Team LRY Anderlues

Randonnée
de l'Entente
Di 24 aout 2025
Abb de Bonne Espérance

Route
35km
50km
65km
85km
100km
115km
130km
8km
12km
16km
21km

Gravel: 55/75km GPX

Facebook
Cycling Team LRY Anderlues

FFBC
FEDERATION FRANCOFONE BELGE
DU CYCLOTOURISME
ET DU VTT

CyclingTEAM
LRY ANDERLUES

CHALLENGE DU CENTRE
Merci à nos sponsors

INTÉRÊTS DU RÉGLAGE DE SES CALES

PAR NICOLAS CAUCHETEUX <NICOLAS.CAUCHETEUX@GMAIL.COM>



Système de réglages ID Match

Puisqu'il n'est pas toujours évident de régler ses cales correctement, je vous avais promis dans le dernier numéro de ce magazine, un article afin de vous éclairer dans ce domaine.

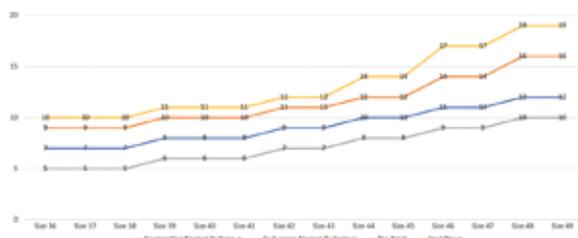
Un cycliste pédale à un rythme moyen de 90 tours par minutes. Cela représente 5400 tours par heure et 18000 sur une distance de 100 km, vous comprendrez donc qu'un mauvais réglage de l'interface chaussure-pédale peut rapidement avoir des conséquences néfastes tant sur la santé que sur la performance du cycliste. L'objectif du positionnement des cales sera donc d'établir une plate-forme stable pour permettre aux cyclistes d'allonger leurs jambes efficacement.

Avec le bon positionnement des cales, nous avons la possibilité d'engager, soit plus les mollets pour une meilleure force plyométrique (accélération/sprint), soit moins pour une meilleure efficacité de pédalage assis (endurance/économie).

Les variations de style de pédalage, orteils vers le bas/talon vers le bas, amènent un changement du levier de l'axe de pédale sous le pied.

Le déplacement des cales vers l'arrière étend davantage la jambe et nécessite par conséquent une selle plus basse ce qui ferme donc la hanche pour la même longueur de manivelle. Cette fermeture peut amener une compression de l'artère fémorale et ainsi engendrer des problèmes de circulation.

Axe de pédale derrière la 1ère tête métatarsienne



Prise de mesures pour le réglage de cales avec le ML Cleat

Maintenant que nous avons défini l'objectif d'un bon positionnement des cales, quelles sont les différentes méthodes utilisées?

Tout d'abord, la méthode empirique qui se réalise comme suit:

- Évaluer les objectifs de roulage pour l'accélération contre l'endurance.
- Mesurer la longueur des pieds et la longueur jusqu'à la 1ère tête métatarsienne.
- Coller du ruban adhésif au niveau des 1ère/5èmes têtes des métatarses sur la chaussure.
- Palper la chaussure pour trouver le centre des articulations, localiser avec un ongle, confirmer avec le cycliste et marquer sur du ruban adhésif avec un stylo fin.
- Sélectionner l'emplacement de l'axe par rapport au tableau et régler la cale à l'aide d'une règle pour définir la position de l'axe en mm derrière la tête du premier métatarse comme marqué sur la chaussure.
- Terminer par les sensations, commentaires du cycliste - Évaluer le sentiment d'aisance d'équilibre sur l'axe de la pédale.

Bien que cette technique ait démontré tous ses bienfaits, elle n'est pas facile à mettre en œuvre et dépend de la dextérité de la personne qui prend les mesures.

Des moyens plus modernes ont donc été mis au point ces dernières années avec une prise de mesures effectuée à l'aide d'un faisceau laser.

On retrouve parmi ces appareils, le système cleat fit d'ID match et le système ML Cleat de Morphologics.

Le principe est de mesurer la distance qui va du centre de la ligne tracée entre la tête du premier et du cinquième métatarsien et l'arrière du talon avec un laser et de la reporter directement sur la chaussure. Le système ML Cleat est le seul (à ma connaissance) à mesurer avec le pied en charge et donc en position de pédalage.

Ceci est valable pour une nouvelle paire de chaussures me direz-vous. Mais comment faire quand on change de cales tout en gardant les mêmes chaussures sans devoir repasser chez le bikefitter?

Pas de panique c'est très simple! Il suffit de placer un collant de part et d'autre de la cale et de tirer un trait à hauteur des repères indiqués sur celle-ci (ou l'axe des vis de cales pour celles de vtt). Une fois cela effectué, il n'y a plus qu'à replacer les nouvelles cales en alignant les repères des nouvelles par rapport aux traits dessinés sur le collant.

Espérant vous avoir éclairés sur ce point important pour la performance et la prévention des blessures je vous dit à bientôt pour un prochain article.

Bonne route et soyez prudents.



Ces conseils sont publiés par :

Nicolas CAUCHETEUX - MORPHOBIKE

46 Grand Rue, 7640 Antoing - Tel : +32 471 88 06 06

contact@morpho-bike.be

www.morpho-bike.be

LIFE COVER : ACCESSOIRE INDISPENSABLE

PAR VÉRONIQUE VISCONTI CRÉATRICE DU PROJET LIFE COVER

De couleur orange fluo, cette pochette est destinée à contenir des informations essentielles pour les services de secours en cas d'accident et/ou de malaise :

- 1°) des renseignements sur votre état de santé général (maladie et/ou autre)
- 2°) les coordonnées des personnes à contacter en cas de nécessité
- 3°) vos données médicales

Grâce à un système de Velcro, elle s'accroche aisément à de nombreux supports tels que cadre ou guidon de vélo.

De grande utilité pour tous les déplacements, elle permet aux secouristes, en cas d'accident, d'avoir directement les bonnes informations à portée de main sans devoir faire appel à la « technologie ».

Cette pochette se veut avant tout rassurante pour vous mais également pour vos proches !

Disponible en 2 formats, le modèle original peut également vous suivre lors de vos déplacements en voiture autour de la ceinture de sécurité. Le modèle Mini étant quand à lui plus spécifique à être porté directement sur la personne (bretelles camelback, cartable enfant, ceinture de sécurité cosy baby, etc...)



OFFRE SPECIALE CLUB FFBC

Life Cover octroie UNE RISTOURNE DE 20% à nos clubs sur commande groupée.

Intéressé ? Contactez-nous par mail : vtt@velo-liberte.be

Informations et commande individuelle : <https://www.lifecover.be>



© Laetitia - CC Chestrolais

**TU AS ORGANISÉ UNE RANDO ?
TU AS PARCOURU UNE RÉGION INÉDITE ?
UN SUJET VÉLO TE PASSIONNE ?**



© Laetitia - CC Chestrolais

Alors, on compte sur toi pour venir nous en parler dans les colonnes de notre prochaine revue trimestrielle ! Pas besoin de faire de la littérature mais tout simplement venir partager ta passion avec les 10.000 autres affiliés que comptent notre fédération. Si en + tu as pris de chouettes photos, n'hésite pas un seul instant à illustrer au mieux ton récit.

ENVOIE-NOUS LE TOUT VIA MAIL : CYCLOREDAC@GMAIL.COM

Nous ne manquerons pas de faire de ta petite bafouille un bel article pour le plus grand bonheur de toutes et tous. L'équipe de la rédaction FFBC.

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.



Hello mes fidèles lecteurs, désolé de terminer cette rubrique des insolites sur une note aussi triste, mais malheureusement c'est ce qu'on rencontre régulièrement durant nos balades.

Rassurez-vous cela n'est pas dû aux cyclos. En ce qui me concerne, après environ 75 ans de balades sur nos routes, j'en ai vu des victimes ! Même mortes, leur nombre, voire leur absence est un reflet de l'évolution de notre faune.

LES BLAIREAUX : Dans les premières fois, j'avais moins de 10 ans, et dans un fossé j'ai aperçu une énorme boule de poils. Le garçon plus âgé m'a expliqué que c'était un blaireau, et que c'était avec ses poils qu'on faisait « Le blaireau » qui servait à étaler la crème à raser.

Ah, ce blaireau, à l'époque il y en avait beaucoup, puis dans les années 1950, les renards propageaient la rage. Pour éradiquer cette propagation, on a enfumé les terriers des renards, ce qui indirectement, a tué les blaireaux. De ce fait, durant des années, on n'en a plus vu.

Depuis les années 2000, on peut dire que les blaireaux se sont reconstitués. A l'occasion de mes balades à vélo, j'en vois, régulièrement se dandiner le long de la route. Hélas certains se font écraser par des véhicules.

Comme par exemple en 2014 sur la route Modave-Ouffet. Peut-être allez-vous penser que c'est bête... Malgré son état j'ai eu pitié, sachant qu'il allait se faire écrabouiller par les prochaines voitures. Alors je l'ai pris, il était encore un peu chaud, et je l'ai déposé sur le bord de la route. Bin c'est lourd, estimation 15 kg.

LES HERISSONS : Un autre animal que l'on rencontrait « écrasé » était le hérisson. Vous allez rire, mais chaque fois cela me faisait penser à une histoire vécue dans mon enfance. Dans une ferme du village, le chien avait tué maman hérisson, et dans la haie j'ai entendu piailler trois bébés hérisson. Comme c'était la kermesse, vite je suis allé à la pêche aux canards, et j'ai gagné un mini biberon, plein de petites sucreries. Après les avoir jetées, j'ai rempli le biberon avec le lait de notre chèvre. Et c'est ainsi que je les ai nourri jusqu'au sevrage.

De 1970 à 2020, régulièrement il y avait au moins un hérisson dans la propriété. Au début, il avait le nid sous la cuve à mazout, après l'élimination de la cuve, il est allé loger dans la réserve de bois, puis dans le compost, et dans les dernières années dans la réserve de copeaux. Pour la photo, il n'a pas voulu faire la pause (Fig 17.2). Puis plus rien, de même que sur les routes. Cela se confirme au niveau Wallonie les hérissons sont en diminution.

LES BATRACIENS : GRENOUILLES ET CRAPAUDS : On dit que eux aussi sont en voie de réduction, n'empêche que pendant la période des pontes, c'est par dizaines qu'on peut en voir écrasés sur nos routes. Toutefois, pendant des années je voyais des salamandres reconnaissables aux tâches jaunes sur leur corps noir. Et bien cela fait quelques années que je n'en vois plus !!!

LES ÉCUREUILS : Sur nos routes j'en rencontre encore régulièrement dans un piètre état.

Chez moi, dans le petit bois à l'arrière du jardin, tous les matins on voyait un ou deux écureuils sauter de branche en branche, en musique sous le tactac du pic épeiche. Puis on a aménagé le petit bois, résultat, plus d'écureuil, plus de pic épeiche, mais toujours des sangliers, grrrrr ...

LES OISEAUX DIVERS : J'ai l'impression que cela ne change pas, il y en a toujours autant. Puis en début d'année, un pincement au cœur, une jolie colombe blanche visiblement abattue par un chasseur !!!!

LES MARTRE, PUTOIS, FOUINE : Pas évident de voir la différence, mais en général au moins une fois par an j'en vois. Alors que les ratons laveur se multiplient à une grande vitesse, je n'en n'ai pas encore vu un écrasé, peut-être sont-ils plus attentifs avant de traverser la route !!!

PAR ORDRE DÉCROISSANT, LES CHAT, LAPIN, CHIEN : Force est de constater qu'en quantité, après les oiseaux se sont eux qu'on voit le plus. En ce qui concerne les chiens, si je tiens compte du nombre d'agressions vis-à-vis des cylos, il faut croire qu'il sont moins hargneux vis-à-vis des voitures.

LES RATS : On en voyait pratiquement jamais, mais depuis la multiplication des composts, ceux-ci se sont multipliés, au point que j'en vois au moins un à chaque sortie.

Et pour finir, il y a les grosses bêtes comme :

LES SANGLIERS : J'en vois 2 à 3 par an. Parfois dans un état de décomposition tel que je n'ose joindre la photo.

LE CHEVREUIL : En ce qui me concerne c'est plus rare. Je suppose que quand ça arrive, même si c'est illégal, il est vite embarqué

Juste pour rire, je n'ai pas encore vu un loup, ou encore moins un ours écrasé, quoique !!

La FFBC c'est VOUS

FÉDÉRATION
FRANCOPHONE
BELGE
DU CYCLOTOURISME
DU VTT ET DU GRAVEL



LA FFBC C'EST QUI ? C'EST QUOI ?

LA FÉDÉRATION VÉLO-LIBERTÉ PROPOSE DES SORTIES À VÉLO CYCLO-VTT-GRAVEL, DES CHALLENGES ET DES DÉFIS SPORTIFS EN CLUBS ET EN INDIVIDUELS, DES VOYAGES ET SÉJOURS, DES INFOS PRATIQUES POUR CYCLISTES ET VÉTÉTISTES PASSIONNÉS, DES ASSURANCES SPÉCIFIQUES...

... ET SURTOUT UN CALENDRIER D'ORGANISATIONS CYCLO/VTT/GRAVEL DE QUALITÉ À PRIX AVANTAGEUX !

LA FFBC «EN PRATIQUE» SUR INTERNET :

WWW.VÉLO-LIBERTÉ.BE | WWW.FFBC.BE

DEUX SITES POUR CONSULTER LE CALENDRIER DE RANDONNÉES MIS À JOUR QUOTIDIENNEMENT, POUR S'AFFILIER, TROUVER/AFFILIER UN CLUB, S'INSCRIRE EN LIGNE SUR UNE RANDONNÉE OU UN SÉJOUR, GÉRER VOTRE CLUB ET VOS AFFILIATIONS MEMBRES, ANNONCER VOTRE ÉVÉNEMENT, TROUVER DES PARTENAIRES, ...

... ET SURTOUT PROMOUVOIR NOTRE PRATIQUE DE VÉLO DE LOISIRS !

LA FFBC SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX :

LA FÉDÉRATION VÉLO-LIBERTÉ PUBLIE DES PAGES ET GROUPES FACEBOOK POUR LIKER, COMMENTER, PARTAGER ...

... ET SURTOUT DES INFOS PRATIQUES SUR VOS ÉVÉNEMENTS CLUB À PARTAGER !



FÉDÉRATION FRANCOPHONE BELGE
DU CYCLOTOURISME, VTT ET GRAVEL

CHAUSSÉE DE BRUXELLES 441 BTE5 - 7850 ENGHJEN - TÉL. +32 (0)2/520.95.12

SECRETARIAT : FFBC@VELO-LIBERTE.BE | VTT : VTT@VELO-LIBERTE.BE

PARTENARIAT : COMMUNICATION@VELO-LIBERTE.BE

PAGES FACEBOOK.COM

FFBC VELO-LIBERTE - AGENDA

FFBC - PASSION VTT

FFBC - GRAVEL

FFBC - LIÈGE

FFBC - HAINAUT

GROUPES FACEBOOK.COM

FFBC - BRABANT WALLON

FFBC - RANDOS À VELO LUX

FFBC - NAMUR - COPRONAM

FFBC - ULTRACYCLISME

FFBC - RANDOS DECOUVERTES



REJOIGNEZ LA FFBC PARTAGEONS VOTRE PASSION !

LES CHEMINS DE WALLONIE PLUS QU'UN SIMPLE PARTENAIRE POUR LA FFBC

PAR PHILIPPE COLLART - ADMINISTRATEUR FFBC DÉLÉGUÉ VTT - VTT@VELO-LIBERTE.BE



Fréquemment consulté par les randonneurs, le site internet de cette asbl (chemins.be) est un véritable recueil en matière de droit à la libre circulation sur la petite voirie grâce à l'inventaire de près de 83000 voiries représentant environ 87% de la surface de la région wallonne.

Mais le rôle de cet organisme ne s'arrête pas là !

Son Président Albert Stassen (commissaire d'arrondissement honoraire) est un véritable militant en matière de défense des droits publics concernant la libre circulation sur la petite voirie.

Souvent interpellée par des usagers mais également par des clubs ou groupes de marcheurs, cavaliers et plus récemment de vététistes, l'association n'hésite pas à monter au créneau en interpellant les différents propriétaires lorsque certaines interdictions ou fermetures de passage naissent.

Si de manière générale, la preuve d'abus de pouvoir peut-être démontrée aisément, la mauvaise foi de l'usurpateur engendre malheureusement des procédures pouvant s'avérer onéreuse pour les requérants.

Sans subsides, c'est donc sur les cotisations et quelques généreux donateurs que cet organisme doit compter afin de parvenir à joindre le 2 bouts.

Récemment interpellée dans plusieurs interdictions de passage concernant plus spécifiquement la pratique du VTT, Chemins de Wallonie a réalisé comme à chaque fois un travail méticuleux en montant un dossier précis aboutissant sur une issue favorable pour les usagers.

Déjà soutenue par les Sentiers de Grande Randonnée (marcheurs) et la Fédération Francophone d'Equitation et d'Attelages (cavaliers), il n'était que normal qu'à son tour la FFBC soutienne également cette organe de grand intérêt pour la libre circulation en milieu naturel.

Lors de notre dernier Conseil d'Administration, le point fut mis à l'ordre du jour et c'est avec une majorité absolue que les administrateurs ont marqué leur accord en vue d'attribuer une aide qui sera revue chaque année en fonction des avancées réalisées en cours d'année par cette association.

N'hésitez donc pas à consulter régulièrement leur site internet et mieux encore à indiquer vos commentaires lors de modifications sur les chemins et sentiers que vous utilisez fréquemment.

Enfin informez-nous ou directement Chemins de Wallonie en cas d'appropriation abusive de la voirie public par des propriétaires privés afin d'intervenir le plus rapidement possible sur le terrain

Philippe COLLART, Administrateur – Délégué VTT



Homme de Texte mais également Homme de Terrain, Albert Stassen n'hésite pas un seul instant à enfiler ses bottes pour descendre sur les lieux afin d'aller à la rencontre des gestionnaires et propriétaires des lieux

SAUVONS LES SENTIERS

APPEL AUX ADEPTES DE LA MARCHÉ, DE LA COURSE OU DU VÉLO!



PAR PHILIPPE COLLART - ADMINISTRATEUR FFBC DÉLÉGUÉ VTT - VTT@VELO-LIBERTE.BE

Participez à l'enquête du média belge Médor concernant l'entrave au passage le long des chemins de Belgique, en ville ou à la campagne.

Pointez les obstacles sur notre carte interactive et aidez-nous à documenter un phénomène peu visible via le lien suivant : <https://sentiers.medor.coop/>

LES CHEMINS VICINAUX

C'est de cela qu'on parle : des sentiers qui quadrillent la Belgique et font partie de nos biens communs. Ces petites voiries qui relient les gens et les lieux sont un patrimoine ancien, préservé tant par l'action des communes que par le passage. Pour le plaisir ou les déplacements quotidiens, tout le monde a le droit d'emprunter les sentiers et chemins repris à l'Atlas des chemins vicinaux ainsi que ceux qui ne sont pas repris mais utilisés par la collectivité depuis 30 ans ou plus.

Même si ces chemins traversent des propriétés privées !

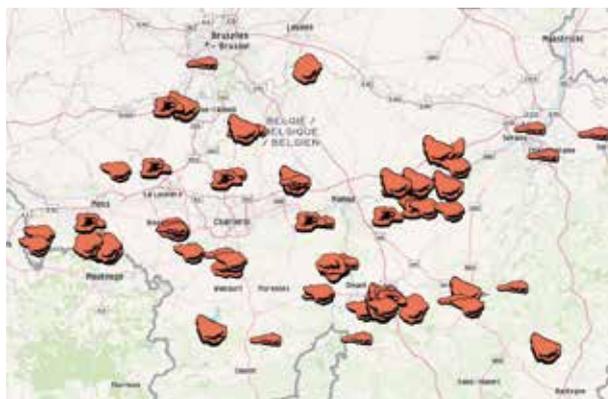
DES BÂTONS DANS LES ROUES

Dans les faits, il existe de très nombreuses entraves à l'utilisation des chemins publics : clôtures, barrières, panneaux dissuasifs (« propriété privée », « ne pas circuler », « chien odieux »), chasses intempestives ou mal communiquées, manque d'entretien par les communes, conflit avec d'autres utilisateurs, etc. Des lecteurs et lectrices nous alertent régulièrement sur ces petites entailles au droit à la promenade.

UNE CARTE INTERACTIVE

Vous êtes témoin d'une entrave sur un chemin public ? Un accaparement par un propriétaire privé, un risque de se prendre une balle ou une moto, des barrières, des pan-

neaux dissuasifs, un manque d'entretien ? Pointez ces obstacles sur la carte que vous avez sous les yeux.

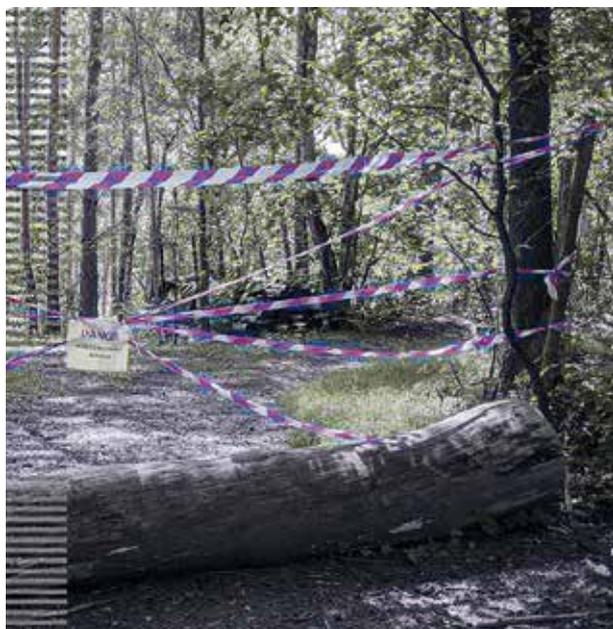


Vous avez d'autres infos sur la situation ? Sur le préjudice causé par l'obstacle ? Sur les mobilisations citoyennes ? Sur la réaction de la commune ? Ou alors, vous êtes expert-e dans un domaine qui pourrait être utile à l'enquête ? Racontez-nous par mail, à sentiers@medor.coop

DES REPORTAGES LE LONG DE SENTIERS

Vos signalements seront les points de départ de nos enquêtes. Préparez vos gourdes et vos bonnes chaussures, Médor vous emmène en balade le long de sentiers entravés en Belgique, pour explorer les tensions qui les entourent, les raisons des accaparements, les mobilisations citoyennes et les pistes de résolution !

Ces reportages seront accessibles directement depuis la carte et/ou dans l'onglet « articles » sur notre site internet



SÉJOUR FFBC À VAISON-LA-ROMAINE ET POURQUOI PAS POUR LES VÉTÉTISTES ?

PAR FREDERIC COULON - DÉLÉGUÉ PROV LUXEMBOURG



Depuis sa première édition en 2017, vous connaissez maintenant le séjour à Vaison-la-Romaine retracés par les nombreux récits explicites des participants dans notre revue. Ce sont eux les meilleurs ambassadeurs. Certains ont réalisé leur première montée du ventoux, d'autres l'ont montée plusieurs fois (les trois versants sur une même journée : les Cinglés!). D'autres ont parcourus plus de 500 kilomètres sur la semaine et d'autres réaliser des petites distances entre villages proches en empruntant des voies lentes ou la route touristique des côtes du Rhône. Chacun.es y ont trouvé leur rythme et une bonne dose de découverte ou d'adrénaline à vélo. Mais encore, certains participants se sont révélés être de très bons chanteur de karaoké, de lanceur de blagues et farandoles, de capitaine de route (pour la gestion des sorties vélo), de bons connaisseurs de vins et ont pu le partager aux autres participants... Tout cela marque une grande convivialité.

Nous pouvons encore insister sur le fait que nous sommes loger dans un magnifique village vacances Leo Lagrange ou tout est mis à votre disposition du matin au soir avec des repas services variés et à volontés. Et aussi vous rappeler qu'un local sécurisé pour l'entretien de vos vélos est assuré.

Alors que dire de plus, que vous annoncer de neuf pour cette année ? A l'heure actuelle, à la lecture de cette revue nous sommes une trentaine d'inscrits (grâce notamment à deux club qui on montré un intérêt particulier pour en faire leur voyage club annuel.)

Et pourquoi pas votre club? Pourquoi ne pas réunir vos membres dans une destination plus lointaine (à 8 ou 10h de nos frontières) à tarif «groupe» avantageux (449,00 euros en pension complète).

Vous avez également la possibilité de vous joindre en individuel et vous lancer le défi de monter cette montagne mythique seul ou en groupe. Nous pouvons ainsi vous rassurer sur la composition des groupes et leur convivialité entre participants. Les vélos électriques sont bien sur autorisés, il n'y pas de challenge de vitesse ou de moyenne à tenir lors de ce séjour. Les groupes se composent naturellement et sans obligation de participer. Les kilométrages/dénivelés sont annoncées le jour avant entre participants, les traces GPX sont souvent partagées sur un groupe Whats'App créé pour l'occasion et pour y publier vos souvenirs photos.

NOUVEAUTÉ : UNE ENVIE DE VTT CETTE ANNÉE (PROPOSITION DE L'ORGANISATEUR)

Cette année, Fred, coordinateur du séjour pour le compte de la FFBC, propose d'explorer la région en VTT (VAE) . Ces découvertes pourront ainsi alimenter nos premières traces VTT reconnues et attirer les clubs VTT à y participer pour les prochaines années

Qui n'a jamais rêver de descendre le ventoux à VTT ? Certainement parce qu'il faut le monter avant de le descendre ! Et à VTT ça ne doit pas être une partie de plaisir, encore moins un parcours de santé....

Alors quoi de plus agréable qu'un séjour à vélo ou VTT sur les chemins bordés de vignobles ou de champs de lavande ? Lorsque ces routes sillonnent les paysages du Vaucluse autour du Mont-Ventoux, à travers les vignes des AOC des Cotes du Rhône, le long des rivières entourant l'Isle sur la Sorgue ou au cœur du Luberon, la magie de la Provence opère immédiatement.

À nous de choisir où et comment sera notre prochaine sortie vélo en Provence? En cyclo ou à VTT sur www.provence-a-velo.fr

Voici quelques idées découvertes - Premier parcours trouvé et téléchargé au départ de Vaison-la-Romaine : Un joli parcours VTT de niveau intermédiaire pour découvrir les hauteurs de Vaison-la-Romaine et Crestet. Découverte des collines boisées sur les hauteurs de Vaison-la-Romaine et Crestet. Panoramas sur le Mont-Ventoux et les reliefs environnants

Deuxième parcours : Entre vignes et zones boisées. Pour vététiste averti, ce joli parcours crosscountry vous mènera sur les hauteurs de Vaison-la-Romaine, entre Dentelles et Ventoux. Découverte des collines boisées et viticoles sur les hauteurs de Vaison-la-Romaine et Crestet Panoramas sur le Mont-Ventoux et les crêtes du Saint-Amand

Et puis nous pourrons aborder si les mollets suivent, la traversée du Vaucluse par étapes... il y a de quoi faire ! Alors qui m'accompagne ? Ah oui, perso je suis en VAE...

Frédéric Coulon



LES AUBERGES DE JEUNESSE TESTÉES ET APPROUVÉES PAR NOS AFFILIÉS

PAR PHILIPPE COLLART - ADMINISTRATEUR FFBC DÉLÉGUÉ VTT - VTT@VELO-LIBERTE.BE

Partenaire de notre Fédération, les Auberges de Jeunesse restent un moyen d'hébergement au meilleur prix. N'hésitez pas à venir nous relater vos expériences comme le VTT Team Lessines ci-dessous.

En l'absence de randonnées FFBC au calendrier, quelques membres du club ont décidé de s'expatrier vers la province du Luxembourg afin de participer au Raid des Pénitents.

Vu le déplacement important, nous avons profiter de l'offre partenaire que la FFBC a passé avec les Auberges de Jeunesse pour tester cette chouette formule.

Grâce aux différents types de logement proposés, nous avons sélectionné une chambre de 6 personnes parfaite avec douche et WC à proximité afin de vivre pleinement l'esprit de groupe d'une chambre.

La réservation fut d'une très grande simplicité via le site internet et l'accueil on ne peut plus chaleureux.

Mieux qu'un simple hôtel ou une chambre d'hôtes, l'ambiance entre résidents est vraiment conviviale et de véritables échanges d'expérience en matière de voyages vécus peuvent être partagés autour de tablées sympathiques.

Enfin même nos montures ont pu pleinement profiter des lieux grâce à un local complètement sécurisé ce qui vaut à ces établissements le label bienvenue vélo.

Après une soirée des plus agréables et une nuit passée dans une literie très correcte, un déjeuner copieux nous aura permis d'affronter le D+ important de cette magnifique région qu'est la vallée de la Semois.

Cerise sur le gâteau, cette escapade nous est revenue à 24,00€/personne autant dire une croûte de pain.

Certainement à refaire sans modération ! David, VTT team Lessines





Les
Auberges
de Jeunesse
Belgium

Pédalez léger,
dormez *malin*



HISTOIRE D'UNE DÉCOUVERTE TOURISTIQUE EN VTTAE ET EN FAMILLE

PAR KARL DELCOURT - JET 7 BIKERS

Bien connue dans la région du Tournaisis, notre famille passionnée par le VTT est composée de Karl (53 ans), Anne-Sophie (49 ans), Louise (20 ans) et Jules (10 ans).

Lors de l'été 2024, je décide de faire un cadeau original à Anne-Sophie pour son anniversaire afin de lui faire découvrir les joies du VTT mais avec assistance électrique vu son manque de temps à s'entraîner.

Avant de faire de gros frais d'achat de ce type de vélo, je contacte Belcobike (que je suis depuis ses débuts sur FB), je papote d'abord via Messenger puis par téléphone avec Corentin (le patron), je découvre sans le voir un véritable passionné.

Après avoir reçu les informations d'usage, un GPS avec une belle trace à suivre, prêt de matériel (pompe, chambre à air, minutes au cas où), GO départ pour +/- 35km d'une balade mélangeant sentiers, Ravel, forêt, le tout en découvrant la superbe région des Lacs de l'Eau d'Heure sous le soleil (nous avons eu énormément de chance avec la météo) !

Nous avons Kiffé à mort comme disent si bien les jeunes d'aujourd'hui !



Je lui achète un bon cadeau pour une location de VTTAE chez lui dans sa magnifique région des lacs de l'Eau d'Heure.

Le jour venu, j'offre avec les enfants le bon à Anne-Sophie mais les mois passent jusqu'au jour où elle me dit :

« Il faudra penser à réserver le bon cadeau VTTAE mais pourquoi ne pas aller découvrir cette région un week-end voir plus même ? »

Nous nous sommes mis à la recherche d'un hébergement pour la semaine du 1er mai dans la région des Lacs de l'Eau d'Heure. Senzeilles exactement.

Le hasard fit que nous avons trouvé la perle rare à moins de 500m de chez Belcobike sous la forme d'un superbe gîte à Senzeilles dénommé « Paille-foin » tenu par de chouettes hôtes mais surtout équipé d'un abri sécurisé pour les vélos vu que j'avais pris le soin d'emmener mon fidèle destrier afin de profiter pleinement de la région durant tout le séjour !

Finalement afin que toute la petite famille puisse profiter pleinement de l'expérience VTTAE de Maman, nous avons pris en location non pas un mais bien 3 VTTAE.

VTTAE , PARCOURS, RÉGION AU TOP!!!

En conclusion, une 1ère expérience VTTAE familiale plus que concluante grâce au professionnalisme de Corentin à la découverte d'une magnifique région à quelques tours de roues de chez nous.

Si vous doutez de l'efficacité de l'assistance électrique ou si au contraire vous pensez que le fait d'avoir un moteur sous la pédale ne vous apportera plus le plaisir connu en musculaire, détrompez-vous et tout comme nous n'hésitez pas un seul instant à enfourcher ce type de machine.

Malheureusement pour vous, il ne sera plus possible de profiter de la grande expérience de Corentin vu la fin de l'aventure Belcobike mais par contre si tout comme nous vous avez été convaincu par l'électrique, il dispose d'un parc à vélo au top qu'il liquide à bon prix.

Grand merci à toi Corentin pour cette belle expérience et surtout bon vent dans ta nouvelle orientation professionnelle

Karl, Anne-Sophie, Louise et Jules.

Pour toutes infos concernant ces 2 excellentes adresses :

BELCOBIKE: <https://www.belcobike.be>

GÎTES PAILLE-FOIN: www.gitespaillefoin.com

NOS CLUBS S'ACTIVENT POUR VOUS!

PAR PHILIPPE COLLART - ADMINISTRATEUR FFBC DÉLÉGUÉ VTT - 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. Ces pages leur sont consacrées pour le compte-rendu de leurs organisations à envoyer à vtt@velo-liberte.be

LES BOUCLES DE LASNE VTT & GRAVEL - 09/06

PAR LES BLANCS GILETS

Avec un millier de participants ce lundi de Pentecôte pour les Boucles de Lasne, inutile de dire que du côté des Blancs Gilets, nous sommes ravis et ce à plus d'un titre !

D'une part car l'édition était un anniversaire. Voici 30 ans que les Boucles existent même si le format n'a pas toujours été l'actuel.

Au départ, elles avaient lieu sous le nom Boucles Impériales avec l'Adeps comme organisateur et Waterloo comme localisation. Les Blancs Gilets n'y étaient pas spécialement officiellement impliqués mais quelques responsables s'y investissaient déjà!

Avec un changement du lieu de départ vers Lasne quelques années plus tard, une belle collaboration avec la commune de Lasne, Plancenoit Sports, mais aussi durant quelques années avec les Bikers de l'Alleeu, les Blancs Gilets s'occupent seuls depuis quelques années du volet sportif et organisationnel, avec la main de maître d'Eric Anris pour la coordination générale.

Les Boucles, cette année, se sont mises au goût du jour en s'ouvrant au Gravel mais aussi au... gpx. Un passage plutôt bien réussi même si nous avons déjà tiré quelques points d'enseignement pour nous améliorer l'an prochain.

Environ 1000 participants se sont donc élancés sur les différents parcours proposés. Pour le VTT, balisés, il y avait 7, 15, 30 ou 45 km alors qu'un GPX pour le 70 était lui aussi au menu. Concernant, le Gravel, 50, 70 et 90 km au programme pour les mollets de ces cyclistes.

Lasne est une superbe région aux multiples sentiers insoupçonnés. Parfois étroits, c'est vrai, mais ils font tout le charme de la région bien plus vallonnée qu'on le pense!

Mais ce sont aussi de beaux chemins, de très jolies vues, et pas seulement pour les belles propriétés. Les communes voisines ont également tout leur charme, avec la butte du Lion, mais pas que! La ferme de Moriensart n'est pas mal non plus, sans compter sur une série de bâtiments, fermes, ... et les pavés.

Un tel résultat de participation est également une pleine satisfaction pour nous organisateurs et ce pour plusieurs raisons.

Tout d'abord, la date. L'événement se voulant également familial, l'approche des examens scolaires n'arrangent pas spécialement les jeunes qui viennent aux Boucles. Ensuite, la météo annoncée, mais surtout les pluies abondantes de samedi jusque tard dans la nuit de samedi à dimanche n'ont pas été un élément très motivant à se rendre au départ.



ACTIVITES PROVINCIALES / HAINAUT



Qu'à cela ne tienne, nous avons connu une remontée de 20% en terme d'inscription par rapport aux deux dernières années, sachant que par le passé, avant Covid, jusque 1800 bikers se massaient dans les sentiers de la région!

Les Boucles, ce sont avant tout une série de choses mises en place pour le confort des participants :

- un accueil de qualité avec un énorme chapiteau sur l'esplanade
- un immense parking à vélo gardé
- une assistance mécanique aux petits soins
- une assistance sur le terrain avec une camionnette d'intervention pour les petites pannes ou les rapatriements

Sans oublier l'efficacité de l'Amicale des Corps de Sauvage de La Hulpe avec ses propres véhicules d'interventions médicales dont un 4X4 pour agir là où un véhicule classique ne pourrait s'y rendre le tout accompagné d'une petite dizaine de secouristes au poste !

Pour terminer, un système de bike cash efficace, des vestiaires au hall sportif sur le site avec bien sûr des douches chaudes, et puis, le bar et les fameux pains saucisses de Plancenoit Sports.

Tout cela ne peut être réalisable sans une implication et c'est assez rare que pour le souligner des autorités communales et du service technique. Car ce n'est qu'ensemble que l'on fait le plus belles choses.

Durant 15 jours, les sentiers ont été nettoyés, et en cette période, chacun conviendra que c'est une aubaine de ne pas rouler dans des champs d'orties et de ronces !

Les Boucles de Lasne VTT et Gravel 2025 ont donc vécu, les retours positifs nous ont fait plaisir, il est vrai que les ravitaillements copieux ont choyé les cyclistes: eau, grenadine, citron, menthe, gaufre, pain d'épice, chips au sel, cacahuètes, chocolat (surtout lorsqu'il fond au soleil, tremper sa gaufre ou sa banane dedans devient un vrai délice), orange, bonbons acidulés, bonbons fruités, bonbons au coca, Il paraît même que certains ont eu droit à des bières locales !

Et puis, il y avait les fameux cookies maison aux raisins de ma maman, Myriam (79 ans) qui ont régaler tout le monde. Elle en a fait... 936. Tous sont partis !

Voilà, c'est donc tout cela les Boucles de Lasne. Beaucoup d'amour et de passion pour le vélo, que l'on a veillé à partager au mieux avec des bénévoles sans qui rien ne serait possible

Grand merci à tous les participants mais également à toute l'équipe qui nous a permis de vivre cette magnifique 30^e édition.

Selon la formule consacrée, les absents ont eu tort mais ils peuvent déjà bloquer la date du lundi 25 mais 2026 dans leurs agendas pour venir se rendre compte par eux-mêmes de tout ce qui a été écrit

Pour le Vélo Club Blancs Gilets

Laurent Saublens, Président





LE « SOCIAL RIDE » VERSION VTT

FORMULE REUSSIE : 3 « RIDES » EN 1 - 100 PARTICIPANTS AU RENDEZ-VOUS !

PAR EVASIONS VTT

100 participants, 3 formats de parcours, une ambiance festive : le club Evasions VTT, basé à Mons (Havré), a trouvé la recette du succès avec ses Social Rides.

Depuis le début de l'année, ce concept, alliant sport et convivialité, s'est installé dans le calendrier du club comme un rendez-vous incontournable.

Après une première édition hivernale lors de la Chandeleur — où crêpes et vin chaud attendaient les 40 participants au retour — c'est à la veille de l'Ascension qu'un second Social Ride a vu le jour. Cette fois encore, la formule a séduit.

Au programme : trois types de parcours pour toucher un large public. D'abord un circuit familial pour les enfants et

parents, ensuite une sortie VTT à allure tranquille, et enfin un itinéraire plus dynamique pour les cyclistes avertis. Le tout s'est conclu par un barbecue de rue en mode pinchos espagnols, histoire de prolonger l'expérience autour d'une assiette. Malgré quelques gouttes de pluie, l'événement a rassemblé 100 participants, preuve que l'initiative trouve son public. « Cela démontre que le VTT attire aussi un public qui cherche à se divertir, sans se mettre la pression, juste pour le fun », témoignent les encadrants du club.

Avec ce format accessible et festif, Evasions VTT montre qu'un club peut conjuguer encadrement, plaisir, et ouverture à tous les niveaux, dans un esprit 100 % local... et 100 % convivial.



LA MONS'TRUEUSE ENDURANCE DES QUICKOS

UNE ENDURANCE VTT PLACÉE SOUS LE SIGNE DE LA CONVIVIALITÉ - 17/05

PAR QUICK CYCLING TEAM

Ce 17 mai, l'endurance VTT organisée par Quick Cycling Team a rencontré un franc succès, rassemblant des passionnés de tous horizons sur le magnifique site de l'Héribus. Un terrain de jeu idéal pour les amateurs de VTT, mêlant nature, technicité et paysages superbes.

Au-delà de l'aspect sportif, c'est surtout la convivialité qui a marqué cette journée : des sourires à chaque relais, des encouragements entre participants et une ambiance chaleureuse du début à la fin. Le peloton était volontairement hétéroclite, composé aussi bien de compétiteurs chevronnés que de cyclistes venus simplement partager un bon moment sur les sentiers. Et c'est justement cette diversité qui a donné tout son charme à l'épreuve !

Tous les vainqueurs sont repartis avec un coffret de bières bien mérité, symbole d'un effort récompensé dans la bonne humeur.

Nous tenons à remercier l'ensemble des participants, bénévoles et partenaires qui ont contribué à faire de cet événement une vraie réussite. Quick Cycling Team est un organisateur comblé et fier de porter des événements où l'esprit de groupe et la passion du vélo priment avant tout.

Et ce n'est pas fini ! Nous organisons régulièrement des social rides en VTT, gravel et vélo de route, ouverts à tous les niveaux. Que vous soyez compétiteur dans l'âme ou simplement amateur de belles sorties à vélo, vous êtes le bienvenu pour rouler avec nous.

N'hésitez pas à nous suivre sur la page https://www.facebook.com/profile.php?id=100083177778603&locale=fr_FR
Restez connectés, d'autres aventures cyclistes arrivent très bientôt !

Pour le Quick Cycling Team, Jacky L.



LA SOLRÉZIENNE 2025

A L'AVENTURE D'UNE ÉDITION MÉMORABLE - 04/05

PAR LE TEAM FLOTTEURS

Cette année encore, le Team Flotteurs a su surprendre et ravir les passionnés de cyclisme en proposant des parcours inédits, explorant des lieux insolites et privés, soigneusement sélectionnés pour offrir une expérience unique aux participants.

Cette édition 2025 de La Solrézienne a ainsi confirmé son statut d'événement incontournable dans la région, grâce notamment à la confiance renouvelée des propriétaires qui ont généreusement ouvert leurs terrains.

Pour faciliter le suivi et valoriser les efforts des cyclistes, un dispositif d'enregistrement des kilomètres a été mis en place via le site officiel de la fédération, une initiative saluée par les 600 participants qui ont pris part à cette aventure.

Tous sont revenus enchantés, témoignant de la qualité des parcours et de l'organisation sans faille.

Au-delà de la performance sportive, La Solrézienne a également été marquée par une chaleureuse troisième mi-temps, moment de partage et de convivialité qui a rassemblé les clubs voisins et renforcé les liens au sein de la communauté cycliste locale.

Un remerciement tout particulier est adressé aux bénévoles dont l'engagement et la disponibilité ont été essentiels à la réussite de cette manifestation.

Les organisateurs donnent d'ores et déjà rendez-vous aux amateurs de cyclisme pour la prochaine édition, programmée le 3 mai 2026, promettant de nouvelles aventures et découvertes à ne pas manquer.

Le Comité du Team Flotteurs





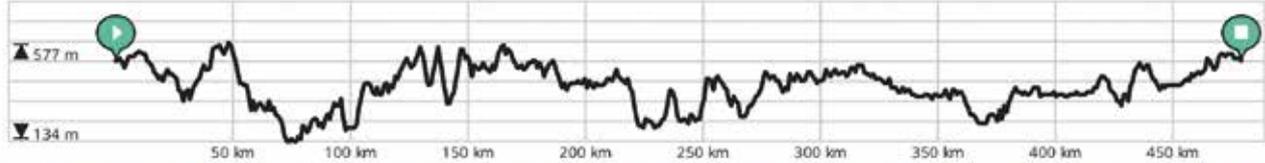
WALLONIA GRAVEL TOUR BIKEPACKING

4^{ÈME} EDITION - DU 21 AU 24 AOÛT 2025

485KM DE PETITES ROUTES ET CHEMINS
7200M D+ À TRAVERS LA PROVINCE DE LUXEMBOURG

COORDINATEURS : PHILIPPE COLLART ET MARC MENU

CONTACT : FFBC@VELO-LIBERTE.BE



Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

AU DÉPART DU COMPLEXE SPORTIF DE BASTOGNE, REVISITONS LA VOIE DE LA LIBERTÉ PENDANT 4 JOURS

**SOLDOUT
CATÉGORIE
TOURISTE**



Pour sa 4^e édition, le Wallonia Gravel Tour Bikepacking sillonnera la province de Luxembourg. Au départ de Bastogne, il empruntera tout d'abord une partie de la « Voie de la Liberté » qui une fois de plus portera bien son nom durant ces 4 jours.

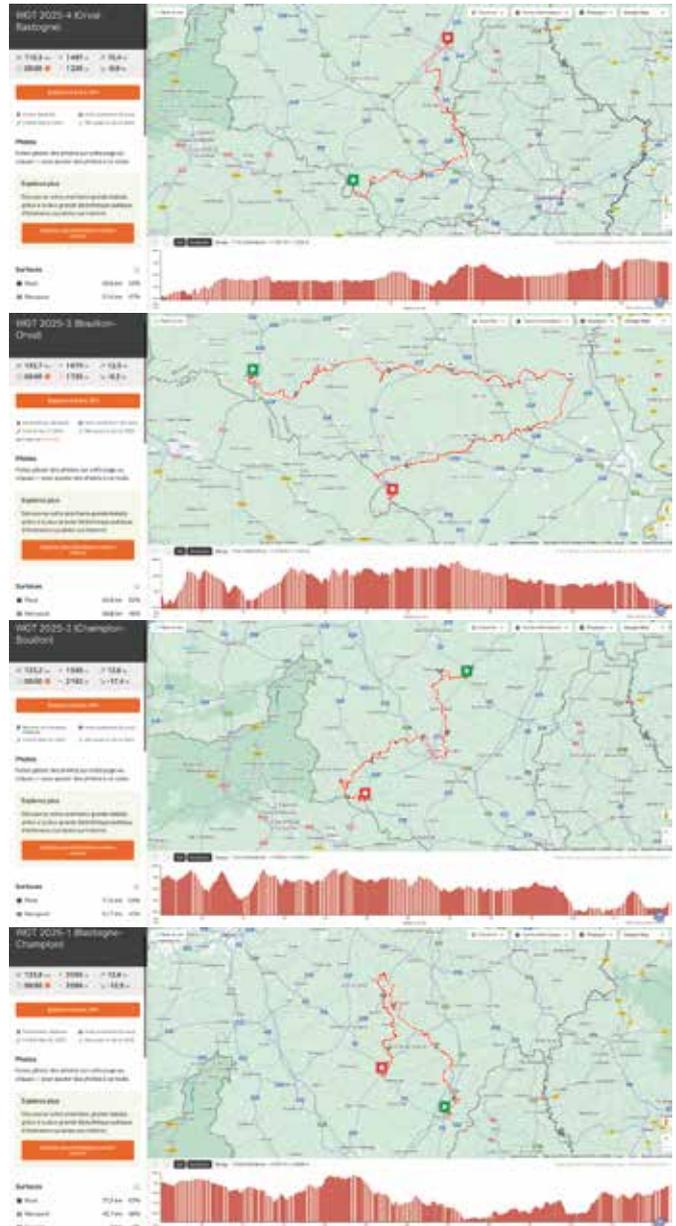
Le parcours n'étant pas totalement contrôlé à ce jour,

les distances et D+ de chaque étape seront communiqués avec précision aux participants. Néanmoins nous vous confirmons que tout comme les années précédentes, l'inédit sera bien au rendez-vous. Si nous serons à nouveau hébergés pour deux nuits dans les Auberges de Jeunesse de Champlon et Bouillon, la dernière nuit vous permettra de récupérer dans un endroit insolite au sein même de l'Abbaye d'Orval.

Sans nul doute le WGT représente un réel défi sportif mais il est également un moment de grande convivialité créant de belles amitiés durables comme vous le témoignerez nos plus fidèles participants. Pour les indécis, il reste quelques places disponibles en mode Randonneurs mais surtout ne tardez pas à vous inscrire car il n'y en aura pas pour tout le monde !

N'hésitez pas à perfectionner votre entraînement sur les nombreux rendez-vous Gravel repris dans le calendrier de nos clubs organisateurs.

Au plaisir de partager à nouveau cette belle expérience avec les anciens WGTistes et surtout de donner le goût de l'aventure aux nouveaux adeptes de la discipline ULTRA-Gravel.



PATAGAUMIA GRAVEL - 1ÈRE EDITION

ROYAL VELO SPORT JAMOIGNE - SAMEDI 23/08

Le Royal Vélo Sport Jamoigne asbl vous invite au:

PATAGAUMIA GRAVEL

Samedi 23 août 2025

Château du Faing de Jamoigne

Venez nous rejoindre le samedi 23 août pour la 1er édition du Patagaumia Gravel.

Comme son nom l'indique, l'évènement consiste en différentes randonnées cyclistes du type « Gravel ». Les vélos à assistance électrique sont évidemment les bienvenues. Les parcours sillonneront principalement la Gaume, région vallonnée et boisée, à l'extrême sud de la Belgique.

Tous les départs se feront depuis le cadre enchanteur du Château du Faing situé à Jamoigne.

5 PARCOURS SERONT AU MENU :

- => **25 et 40 km** : parcours initiations au Gravel. Praticable à tous et aussi possible en VTT et VTC. Les parcours ont été tracés pour les personnes qui veulent vivre une 1er expérience Gravel. Les parcours seront fléchés au sol et une trace gpx sera fournie.
- => **60- 80 et 120 km** : parcours Gravel confirmés (praticable aussi en VTT). Ces parcours sont destinés aux sportifs qui veulent vivre une expérience d'immersion dans le Parc National de la Vallée de la Semois. Seules les traces gpx seront fournies.

Dans le parc du Château du Faing, un Bike Village vous accueillera avec ses exposants, vélos tests, petites restaurations, château gonflable, animation musicale, concert, ...

Facilités : Bike Wash/ douche et vestiaire/ bar/ petite restauration/ camping à 5 km / Equipe mobile 1er secours/ Assistance technique...

GRAVEL 28 KM PARCOURS BARRAGE D+ 360 M

Difficulté : * / 75% pistes forestières - 25% asphalte

Description : Parcours très facile et accessible à tous. Idéal pour commencer la pratique du Gravel. Le parcours est balisé sur le sol et vous recevrez une trace gpx au départ.

A découvrir :

Villages de Moyen et Suxy.
Barrage et lac de la Vierre.
La croix Jacob / Eglise et vieux cimetière de Jamoigne.

GRAVEL 45 KM PARCOURS ORVAL D+ 430 M

Difficulté : ** / 50% pistes forestières - 50% asphalte

Description : Parcours facile et accessible à tous. Idéal pour commencer la pratique du Gravel. Le parcours est balisé sur le sol et vous recevrez une trace gpx au départ.

A découvrir :

Ville de Florenville
Les ruines de Chameleux
Abbaye d'Orval
Villages de St Vincent et Termes
La croix Jacob / Eglise et vieux cimetière de Jamoigne.

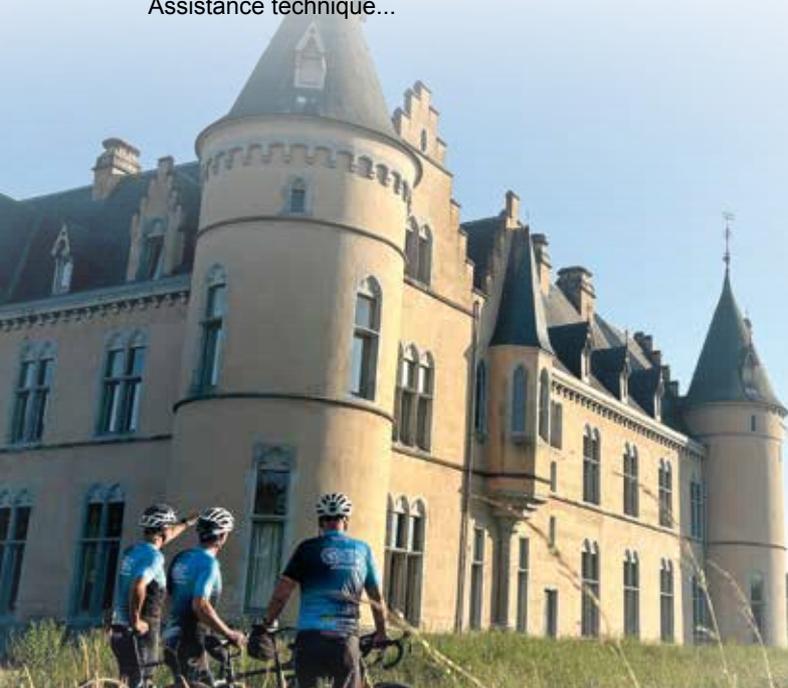
GRAVEL 60 KM PARCOURS VIADUC D+ 950 M

Difficulté : * / 60% pistes forestières - 40% asphalte**

Description : Parcours pour cycliste moyennement entraîné. Le parcours passera de la Vierre à la Semois et s'enfoncera ensuite dans le Parc National de la Vallée de la Semois.. Uniquement les traces gpx seront fournies.

A découvrir :

Barrage et lac de la Vierre
Villages typique gaumais et ardennais
Viaduc d'Herbeumont
Points de vue du la Semois
La croix Jacob / Eglise et vieux cimetière de Jamoigne.





GRAVEL 120 KM PARCOURS CHEVALIER D+ 1300 M

Difficulté: *** / 50% pistes forestières - 50% asphalte**

Description: Parcours pour cycliste très bien entraîné. Le parcours passera de la Vierre à la Semois et s'enfoncera ensuite dans le Parc National de la Vallée de la Semois. Une petite excursion en France est au menu. Vous passerez par l'abbaye d'Orval sur la piste du retour. Uniquement les traces gpx seront fournies.

Si vous voulez être décorés Chevalier, vous devrez faire preuve de force et de ténacité. Ce parcours passe par tous les plus beaux spots. Vous ne serez pas déçu.

A découvrir:

- Barrage et lac de la Vierre
- Villages typique gaumais et ardennais
- Viaduc d'Herbeumont
- Points de vue du la Semois
- Ville de Florenville
- Abbaye d'Orval
- Eglise et ancien cimetière de Jamoigne

GRAVEL 80 KM PARCOURS EPIOUX D+ 1000 M

Difficulté : ** / 50% pistes forestières - 50% asphalte**

Description : Parcours pour cycliste bien entraîné. Le parcours passera de la Vierre à la Semois et s'enfoncera ensuite dans le Parc National de la Vallée de la Semois. Vous passerez par l'abbaye d'Orval sur la piste du retour. Uniquement les traces gpx seront fournies.

A découvrir:

- Barrage et lac de la Vierre
- Villages typique gaumais et ardennais
- Viaduc d'Herbeumont
- Points de vue du la Semois
- Ville de Florenville
- Abbaye d'Orval



CYCLD

VTT



LA CROISIÈRE BELGE 2025

CYCLO CLUB VELAVENTURE - 7/8 ET 9 JUIN 2025



C'est maintenant devenu une tradition, le club Velaventure organise un voyage itinérant de 3 jours à la Pentecôte. Deux parcours sont proposés route ou gravel qui le plus souvent sont parallèles afin de permettre de changer de trace selon les envies et impératifs météo.



ET LA MÉTÉO, PARLONS-EN !

La première étape a pris son départ à Chimay. Pluie battante et fortes rafales ont découragé quelques inscrits. Parmi les présents, des figures bien connues du WGT et des routiers fidèles heureux de se retrouver. Sans oublier une belle délégation des Dragons Audax Mons s'ajoutant aux « nouveaux » venus de Flandre et France.

Au programme de cette 1^{ère} étape, la Fagne avec un passage par l'Abbaye de Scourmont, Rocroi et sa forteresse Vauban. Une descente rapide vers la Meuse avant d'attaquer à Revin le Mont Malgré Tout bien connu (et redouté) des cyclos ardennais.

Le ravitaillement devait prendre place près de l'église des Hauts Buttés.

Les bourrasques empêchent le montage des tonnelles prévues. Et miracle en ces jours de Pentecôte, nous découvrons un immense chapiteau installé à cette occasion qui nous mettra à l'abri pour engloutir le repas livré sur place.

Suivront la descente vers Monthermé et la vallée de la Semois avec quelques tronçons gravel le long de la rivière.

Ce n'est pas tout ! Le gîte d'accueil se trouvant à Cornimont (et pas à Cornival...), nous avons terminé par les 3km d'ascension jusqu'au village.

A l'arrivée séance bike-wash, apéro où on refait le match et repas convivial préparé par notre équipe de cuistots Florine et Robin.



DIMANCHE 8 JUIN, 2ÈME ÉTAPE.

Au programme 115km et 1900m D+ pour les routiers et les graveleux. Ce sera l'étape reine de la haute Semois, la Gaume et les Ardennes françaises. Peu de voitures, dans ces villages oubliés.

Le ciel est gris au départ, du vent mais plus de pluie et même quelques belles éclaircies l'après-midi.

Qui a fait sauter le Pont ?

Une modification de dernière minute de la trace a amené les graveleux dans un cul de sac face à la Semois du côté d'Herbeumont. Plusieurs options ont été prises : demi-tour et contournement, recherche d'un passage bis et... traversée de la rivière vélo sur l'épaule pour quelques-uns !

De quoi alimenter le débriefing-apéro à l'arrivée et « chambrier » l'organisateur toujours dans la bonne humeur. Super mentalité, les graveleux !

La partie française de l'itinéraire était constituée de routes forestières désertes et de villages qui ne le sont pas moins. La désertification des campagnes est bien réelle. Par contre, pour la tranquillité à vélo, c'est idéal.

Lundi 9 juin, 3ème étape. Il fait frais mais le soleil est de retour.

Gedinne, Vencimont, Givet par les petites routes forestières et des passages gravel roulants.

Suivront les hauteurs de Viroinval, Mariembourg, Géron-sart et le final par la célèbre côte de Vaux sur Mons-Chimay-Mons.

Arrivée au Casino de Chimay. Le verre de l'amitié et déjà l'heure de se quitter avec prise de RDV pour la prochaine Croisière Belge à la Pentecôte 2026.

Alors que chacun charge son vélo dans sa voiture, Pascal Carmouze de Lourdes (F) place son chargement bike-packing pour rentrer chez lui à la recherche des meilleurs spots de bivouac en chemin. Sacré bonhomme !



LA GRAVELATTITUDE 2025

CYCL'AMIS - 20/04

Pour la première organisation combinée le dimanche de Pâques, les Cycl'Amis avaient mis les petits paniers «d'oeufs, il va de soi» dans les grands ! Ils y avaient également mis tout leur coeur afin de vous proposer un moment de grande convivialité.

Vous avez donc été 404 à leur faire le plaisir de venir leur rendre une visite de courtoisie.

Grand merci aux 285 participants sur les parcours de La GraVelaTTitude et aux 119 autres sur les parcours de La Surprise (cyclo) .

Au plaisir de vous croiser sur une prochaine randonnée et qui sait peut-être en 2026 sur notre prochaine organisation Les Cycl'Amis



SÉJOUR GRAVEL EN ESPAGNE



TRAININGPLUS vous donne rendez-vous en bord de mer à Platja d'Aro, au nord de l'Espagne, dans un hôtel tout confort 3***. L'endroit idéal pour découvrir le gravel, peu importe votre niveau. Des vacances sportives parfaites!

**DU 18 AU 25
OCTOBRE 2025**

7 JOURS EN DEMI PENSION

SUIVI ET ENCADREMENT PRO

GROUPES DE NIVEAUX ET PARCOURS VARIÉS. SEJOUR OUVERT AUX DÉBUTANTS !!

BRIEFING ET MINI CONFÉRENCES CHAQUE JOUR SUR DES SUJETS VARIÉS AUTOUR DU VÉLO : VOYAGE - TECHNIQUE - PHYSIO.

SÉANCES DE STRETCHING ET MOBILITÉ

ACTIVITÉS EXTRA SPORTIVES ORGANISÉES LORS DU SÉJOUR (VISITES GUIDÉES)

POSSIBILITÉ DE VENIR EN FAMILLE

960€ EN CHAMBRE DOUBLE

INFOS ET RÉSERVATIONS:

charles@trainingplus.be 0485/201938
<https://www.trainingplus.be/evenements>





3 BELGES À PARIS

PAR PHILIPPE COLLART - ORGANISATEUR WGT - VTT@VELO-LIBERTE.BE

Après avoir goûté aux joies du Bikepacking, 2 WGTistes de l'an dernier se sont mis en tête de réaliser cette année un défi personnel plutôt que de remettre le couvert en province de Luxembourg.

Motivé par le projet, un 3^e larron de la vieille époque décida de les rejoindre et il n'y avait plus qu'à concrétiser la chose. L'idée de base étant certes avant tout de pédaler mais également de découvrir de beaux endroits touristiques, il ne restait plus qu'à savoir jusqu'où aller ?

Après avoir envisagé différentes destinations, la ville lumière fut choisie comme point de chute avec un aller-retour représentant une belle distance d'environ 900km !

Vu la proximité de l'Eurovelo 3 par rapport au lieu de départ (Aisemont), la voie était toute tracée pour rejoindre Paris hors des grands axes routiers.

Dénommée Véloroute des Pèlerins vu son arrivée à Saint-Jacques de Compostelle, ce périple prenait également tout son sens pour nos 3 compères vu l'arrivée triomphale sur les célèbres Champs-Élysées comme le font les professionnels au terme du mythique Tour de France.

Afin de vivre pleinement l'aventure bikepacking, l'option camping fut privilégiée et c'est donc avec des vélos pesant +/- 35kgs que nos 3 braves se sont élancés dans l'aventure avec des pauses en camping afin de profiter malgré tout d'un minimum de confort (électricité, douche et repas de cantine)

Si le but premier étant certainement un défi sportif, l'idée fut également de profiter au maximum de la beauté des lieux parcourus.

Avec des étapes d'environ 90km/jour, il leur fut possible de prévoir des arrêts touristiques à l'Abbaye d'Aulne, la Cathédrale de Senlis, le Château de Chantilly et enfin Paris avec l'Arc de Triomphe, la Tour Eiffel et la Cathédrale Notre-Dame.

Pour la première et la dernière étape, le tracé de l'Eurovelo 3 fut légèrement modifié afin de prévoir un arrêt au camping de Val-Joly (Nord de la France) bien connu des protagonistes.

Au retour, une chouette surprise les attendait avec 3 amis ouvriers venus les rejoindre au petit matin afin de partager les derniers kilomètres de cette superbe aventure.





Tenté par l'aventure, voici le digest et surtout les « bonnes adresses »

Etape 1 : Aisemont - Willies (91,14km - D+607m)

Camping de l'Avesnois situé à 2,7km de l'Euro Vélo 3 (<https://www.gitavesnois.com/>)

Etape 2 : Willies - Guise (76,13km - D+585m)

Camping de la Vallée de l'Oise (<https://campingguise.wixsite.com/camping-vallee-oise>)

Etape 3 : Guise – Salency (76,33km – D+348m)

Camping de l'étang du Moulin <https://www.facebook.com/etangsdumoulin02>

Etape 4 (passage par le château de Chantilly): Salency – Saint-Leu-d'Esserent (89,83km – D+638m)

Campix (<https://campingcampix.com/index.php/fr/>)

Etape 5 : Saint-Leu-d'Esserent – Paris (99,45km – D+528m)

Camping de Paris (<https://www.campingparis.fr/>)
Bonus : Visite de la Ville Lumière (23,35km – D+125m)

Etape 6 : Paris – Gouvieux (95,68km - D+565m)

Camping le Pré des Moines (<https://www.camping-lepreedesmoines.com/>)

Etape 7 : Gouvieux – Salency (85,77km - D+415m)

Camping de l'étang du Moulin (<https://www.facebook.com/etangsdumoulin02>)

Etape 8 : Salency – Guise (81,13km – D+290m)

Camping de la Vallée de l'Oise (<https://campingguise.wixsite.com/camping-vallee-oise>)

Etape 9 : Guise – Val Joly (83,40km – D+758m)

Camping Val Joly (<https://valjoly.com/hebergements-camping/>)

Etape 10 : Val Joly – Aisemont (69,50km – D+511m)

Bilan Final : 871,71km – D+5370m



**AVIS AUX CLUBS
INFOS PRATIQUES**

AFFILIATION 2026



AFFILIEZ VOTRE CLUB DÈS LE 1^{ER} SEPTEMBRE

SUR WWW.VELO-LIBERTE.BE / WWW.FFBC.BE

AFIN DE COMMUNIQUER VOS DATES DE RANDONNÉES AU CALENDRIER 2026, RÉ-AFFILIEZ VOTRE CLUB VIA VOTRE ESPACE MEMBRE, PAYEZ LA COTISATION CLUB ET ENSUITE ENCODER VOS DATES POUR LE 31 OCTOBRE MAXIMUM.

AFFILIEZ VOS MEMBRES TOUTE L'ANNÉE

À PARTIR DU 1^{ER} SEPTEMBRE, LES NOUVEAUX MEMBRES POUR 2026 SONT AFFILIÉS LES 4 DERNIERS MOIS DE CETTE ANNÉE GRATUITEMENT

UN PEU DE LECTURE... C'EST CELA AUSSI LE VÉLO !

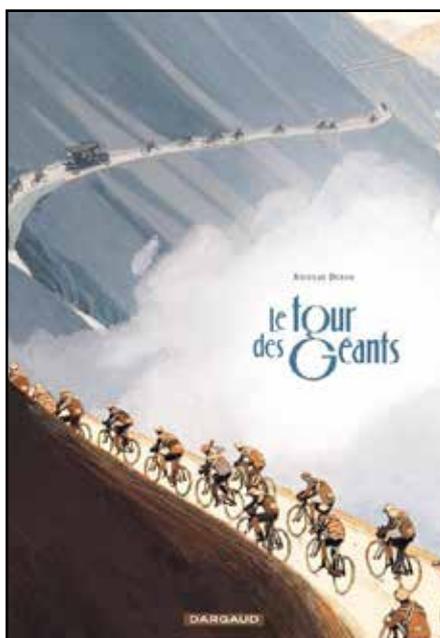
Retrouvez chaque trimestre nos coups de coeur et y trouver l'inspiration pour vous évader à vélo (en partenariat avec la librairie Le Temps de lire.be)

La Fédération vous propose son second rendez-vous «lecture» : vous y retrouverez les nouveautés sur le monde du vélo en général et dans le milieu du cyclotourisme, gravel et vtt de loisirs. Des livres conseillés pour préparer son aventure, sur des sujets techniques, sur l'alimentation, le sport, etc.. Tout ce qui passionne les cyclistes que vous êtes!

Ce mois-ci, ce ne sont pas des nouveautés mais en plein mois de juillet, on suit l'actualité passionnante pour tous cyclistes durant ce mois de juillet, «Le Tour de France». C'est l'occasion ici de vous présenter deux merveilleuses bandes dessinées qui réveilleront des souvenirs à certains ou inciteront d'autres à monter sur le vélo et partir à la découverte de cette belle France.

LE TOUR DES GÉANTS

Nicolas DEBON - DARGAUD - 2009



Cette histoire relate l'in-croyable épopée vécue par des hommes durant le Tour de France en 1910, étape par étape. L'auteur s'attarde sur les personnages dont les coureurs Faber et Garrigou. Une vision plus humaine que sportive avec de réels moments d'émotion servis par un graphisme somptueux,

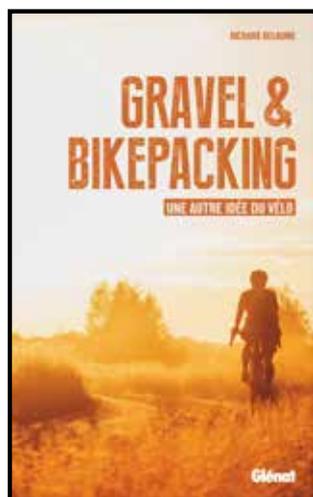
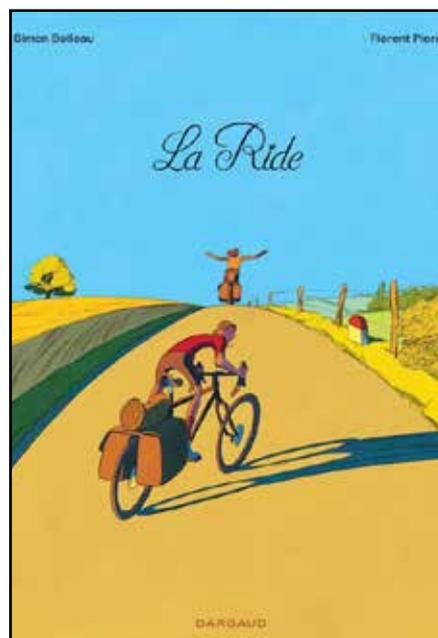
d'une grande élégance, par un auteur issu du monde de l'illustration. Une révélation !

Une bande dessinée complétée par un dossier sur le Tour 1910 avec de magnifiques photos d'époques à découvrir.

LA RIDE

Simon Boileau (Scénario), Florent Pierre (Dessins)
Prix René Goscinny - jeune scénariste 2024
DARGAUD - 2023

Une « ride » - à prononcer («raïde»), bien sûr ! - c'est une balade en vélo. Simon et Florent racontent la première impulsion, celle qui donne envie de larguer les amarres (pour une durée déterminée) et expérimentent qu'« on ne fait pas un voyage, c'est le voyage qui nous fait », comme l'a écrit l'immense écrivain voyageur Nicolas Bouvier. Un voyage en vélo façon buddy movie et pieds nickelés, de Paris à la Bourgogne, le tout en 5 jours, c'est aussi une manière d'aborder le territoire différemment, et de se retrouver un peu au bout du chemin !



MAIS ENCORE (PLUS DE DÉTAILS DANS REVUE 2025-002), NOUS L'AVONS TELLEMENT AIMÉ !

GRAVEL & BIKEPACKING : UNE AUTRE IDÉE DU VÉLO

Richard DELAUME - Glénat - 2 Avril 2025

Un ouvrage deux-en-un pour tous les cyclistes néophytes en Gravel, en quête d'informations pratiques, et qui souhaitent tester ce type d'aventure, pour vivre une expérience unique, mais sans aller dans une pratique extrême.

Ce livre propose une exploration des possibles, avec un rappel technique mais aussi une dizaine d'idées de voyages accessibles au plus grand nombre en France et dans les pays limitrophes. Le tout richement illustré et agrémenté de récits et témoignages de sportifs et des conseils d'experts.

CALENDRIER ROUTE/VTT/GRAVEL 2025

AVIS CLUB :

Veillez signaler TOUTES MODIFICATIONS (km/dénivelé/challenge/lieu ou heure de départ/etc...) au secrétariat afin d'adapter vos informations sur le site internet.
Contact : ffbc@velo-liberte.be - Tél. +32 (0)25 20 95 12

LIE - SAM 19-07-25 UN MAX DE COLS-HOMMAGE A LA DOYENNE

LA REDOUTE D'AYWAILLE 4920 Aywaille
BCCB 170 km / BAD 155 110 81 55 km
GRAVEL 70 50 km
www.vclaredoute.be al.manguette@gmail.com

NAM - SAM 19-07-25 LES BOUCLES DE LA MEUSE

SPEEDY CLUB NAMUR 5020 VEDRIN
BAD 120 80 60 km
www.speedyclubnamur.net davidverhoeven.speedy@gmail.com

HAI - DIM 20-07-25 13E MOINETTE RANDO

V.C. TONGRE-NOTRE-DAME 7904 TOURPES
ROUTE 100 85 60 40 25 km
veloclubtongrenotredame.wordpress.com john.vignoble@yahoo.fr

HAI - DIM 20-07-25 7ÈME RANDO VTT DU WAD'BIKE

WAD'BIKE 7971 Wadelincourt
VTT 88 68 55 47 37 25 km
jerome.vansteelandt@gmail.com

LUX - DIM 20-07-25 VTT D'ÉTÉ

SEVISCOURT CLUB VTT 6800 LIBRAMONT
VTT 60 45 30 15 km / MARCHE 10 5 km
Facebook.com/VTT-Séviscourt fromonthiry@gmail.com

NAM - DIM 20-07-25 LES CRÊTES NANINNOISES

CYCLO NANINNE 5100 Naninne
VTT 50 40 30 15 km
cyclonaninne.be bernard.tonon@belgacom.net

NAM - MAR 22-07-25 LES 4 MARDIS

TEAM FAULX-NAMUR 5100 Jambes
ROUTE 60 km
www.rtfn.be team.vcf.ccn@gmail.com

NAM - MER 23-07-25 DU FLEUVE AU PLATEAU HESBIGNON

VC VEDRIN 5020 VEDRIN
ROUTE 56 km
vcvedrin.be lemercier.philippe@gmail.com

LIE - SAM 26-07-25 LE PLATEAU DE HERVE 9 ÈME ÉDITION

CYCLO-CLUB BEAUFAYS 4050 Chaudfontaine
BAD 113 85 61 40 km
cycloclub.wixsite.com/beaufays leonlousberg@skynet.be

NAM - SAM 26-07-25 NANINNE-ROCHFORT-NANINNE

CYCLO NANINNE 5100 Naninne
BCCB 179 km / BAD 129 106 70 45 km
cyclonaninne.be jf.horekens@hotmail.be

HAI - DIM 27-07-25 BLACK & BIKE GRAVEL TOUR

CYCLING TEAM LRY ANDERLUES 6280 GERPINNES
GRAVEL 130 105 85 50 km
MARCHE 21 17 13 9 km
leroyalain@skynet.be

HAI - DIM 27-07-25 RANDONNÉE FRANCO-BELGE

CLUB CYCLO QUEVY A.S.B.L. 7040 Goegnies-Chaussée
BAD 114 80 51 23 km
users.skynet.be/cyclosquevy jc_bertin@hotmail.com

LUX - DIM 27-07-25 31^e FRATERNELLE SOUV. MICHEL PONCIN

ROYAL VÉLO-SPORT JAMOIGNE ASBL 6810 VALANSART - CHINY
ROUTE 110 85 60 30 km
www.vsjamoigne.be pierrotrossignon@hotmail.com

LUX - DIM 27-07-25 LE VTT DES RAMOUNIS

LAMBERMONT VTT LES RAMOUNIS 6820 Lambermont
VTT 60 40 25 km / MARCHE 11 8 5 km
adri.valou@hotmail.com

NAM - DIM 27-07-25 TOUR DU GRAND NAMUR

VC VEDRIN 5020 VEDRIN
ROUTE 69 49 27 km
vcvedrin.be lemercier.philippe@gmail.com

HAI - VEN 01-08-25 MARCHE ET TRAIL DU KIOSQUE

CYCLING TEAM LRY ANDERLUES 6543 BIENNE LEZ HAPPART
MARCHE 19 15 11 6 km
leroyalain@skynet.be

HAI - SAM 02-08-25 RANDONNÉE CAMPAGNARDE

CYCLO CLUB WANGENIES 6220 WANGENIES
BAD 125 100 km / ROUTE 80 60 40 km
Facebook.com/cyclo-club-wangenes cc.wangenes@aol.be

LIE - SAM 02-08-25 LA FAMENNE - MÉMORIAL PLAINE SAPIN

VELO CONDROZ 4120 Neupré
BAD 125 82 51 km
gerard.guy@hotmail.be

NAM - SAM 02-08-25 LA PITTORESQUE

CYCLOS EMP TINNOIS 5360 NATOYE
BCCB 194 154 km / BAD 114 87 35 km
www.cyclos-emptinnois.com info.cyclosemptinnois@gmail.com

HAI - DIM 03-08-25 LA TRADITIONNELLE

CYCLO CLUB FRASNES 7911 Frasnes-lez-Anvaing
BAD 123 92 60 30 km
MARCHE 10 5 km
e.becque@yahoo.com

HAI - DIM 03-08-25 LA WILLY MONTY

A.V. BESONRIEUX 7180 SENEFFE
ROUTE 101 80 65 45 30 km
GRAVEL 55 km
[Facebook: Entente du Centre](https://Facebook.com/Entente-du-Centre) michelhuon@hotmail.com

HAI - DIM 03-08-25 SUMMER SPORT VTT DES COLLINES

SUMMERSPORT DES COLLINES 7911 Frasnes-Lez-Anvaing
VTT 69 58 50 40 26 km
www.summersport.be summersportdescollines@gmail.com

LIE - DIM 03-08-25 FEXHE-MONTENAKEN-LANDEN-FEXHE

CTG FEXHE A.S.B.L. 4347 FEXHE-LE-HAUT-CLOCHER
ROUTE 75 58 km
www.ctg-fexhe.be jeanpierredenais63@gmail.com

DIM - LUX 03-08-25 LA VALLONNÉE

VAUX-SUR-SURE VÉLO-PASSION ASBL 6640 VAUX-SUR-SURE
BAD 114 85 55 41 km
www.velo-passion.be martialpoos@gmail.com

NAM - MER 06-08-25 CHALLENGE PONT J'EN BOIS

SPEEDY CLUB NAMUR 5100 JAMBES
ROUTE 65 km
www.speedyclubnamur.net davidverhoeven.speedy@gmail.com

LIE SAM 09-08-25 EIFEL TROPHY

C.C. DOLHAIN ASBL 4837 Baelen
BCCB 175 km / BAD 120 90 50 km
www.ccdolhain.be michelchambeau@hotmail.com

NAM - SAM 09-08-25 L'INATTENDUE

LES CYCL'AMIS 5364 Schaltin -Hamois
BCCB 164 km / BAD 130 106 80 62 30 km
eddy-gillard@hotmail.com

HAI - DIM 10-08-25 LA GRAMMONTAISE

CYCLOTOURISME 80 HAVRE 7021 HAVRE
ROUTE 120 85 50 km
GRAVEL 80 40 km / MARCHE 12 6 km
philippe180863@hotmail.com

LIE - DIM 10-08-25 TOUR D'ARVIA

C.C. MANAIHANT 4651 Herve
ROUTE 45 20 km
theo-beckers@hotmail.com

NAM - DIM 10-08-25 L'ÉDIEENNE

CYCLO CLUB INVICTUS 5150 FLOREFFE
ROUTE 52 28 km
<https://www.cyclo-club-invictus.be> pat.martine18@gmail.com

LUX - JEU 14-08-25 NOCTURNE VTT DES LUMÇONS

ARVILLE LUMÇONS 6870 ARVILLE
VTT 35 25 15 km / MARCHE 10 5 km
users.belgacom.net/lumbike/Club.html etienne.seba@gmail.com

BRW - VEN 15-08-25	A TRAVERS LE BRABANT
GUIDONS COURTOIS	1435 MONT-SAINT-GUIBERT
BAD 110 90 70 50 km	
GRAVEL 80 km	
www.guidons-courtois.be	club.guidonscourtois@gmail.com
HAI - VEN 15-08-25	9ÈME NOCTURNE DE BLANDAIN
VTT BCJ BLANDAIN	7522 BLANDAIN
VTT 45 25 15 km	
www.randobcj.com	brubru.2257@gmail.com
HAI - VEN 15-08-25	LA JARDINIÈRE
CT GAURAIN-RAMECROIX	7530 Gaurain-Ramecroix
ROUTE 80 60 40 km	
ctgaurain.be	valckepatrick61@gmail.com
HAI - VEN 15-08-25	RALLYE DE LA DUCASSE
CLUB CYCLO QUEVY A.S.B.L.	7040 BLAREGNIES
ROUTE 90 75 23 km	
users.skynet.be/cyclosquevy/	jc_bertin@hotmail.com
NAM - VEN 15-08-25	CHÂTEAUX CONDROZIENS
COMITÉ PROVINCIAL NAMUR	5000 NAMUR (CITADELLE)
BCCB 164 km / BAD 115 80 44 km	
www.copronam.net	copronam19@gmail.com
LIE - SAM 16-08-25	TILFF - LIERNEUX - TILFF
VELO CLUB TILFFOIS	4130 TILFF
BAD 115 95 55 50 km	
www.vctilffois.be	veloclubtilffois@gmail.com
NAM - SAM 16-08-25	RANDONNÉE DES MOISSONS
MEUX CYCLO LA BRUYÈRE	5080 Emines
ROUTE 100 60 40 km	
	chgroyne@hotmail.com
HAI - DIM 17-08-25	23ÈME RANDO VTT DU BCJ
VTT BCJ BLANDAIN	7522 BLANDAIN
VTT 65 55 45 30 20 km	
GRAVEL 90 60 40 km	
www.randobcj.com	bcj.mika@gmail.com
HAI - DIM 17-08-25	CENTROPOLE TOUR
CYCLING TEAM LRY ANDERLUES	7060 SOIGNIES
ROUTE 120 105 85 65 50 30 km	
	leroyalain@skynet.be
HAI - DIM 17-08-25	SOUVENIR ALBERT VANDEKERKOVE
CC ESTAIMBOURG	7730 Estaimbourg
ROUTE 90 65 35 km	
www.ccestaimbourg.be	ccestaimbourg@hotmail.com
LUX - DIM 17-08-25	SOUVENIR PASCAL MARLAIRE
MESSANCY CYCLO-CLUB ASBL	6780 MESSANCY
ROUTE 105 84 61 44 km	
www.cycloclubmessancy.wordpress.com	bob-le-loup@hotmail.com
NAM - DIM 17-08-25	LA RANDO DU SOUVENIR (17 AU 22/8)
TEAM FAULX-NAMUR	5340 FAULX-LES-TOMBES
ROUTE 75 48 km	
www.rfn.be	team.vcf.ccn@gmail.com
LUX - JEU 21 AU 24-08-25	WGT 2025 - RANDONNEURS
FFBC GRAVEL	6600 BASTOGNE
GRAVEL 480 km	
www.velaventure.org	velotourisme@velo-liberte.be
LUX - JEU 21 AU 24-08-25	WGT 2025 - TOURISTES
FFBC GRAVEL	6600 BASTOGNE
GRAVEL 480 km	
www.velaventure.org	velotourisme@velo-liberte.be
LUX - VEN 22-08-25	NOCTURNE DES CROISÉS
VTT DES CROISÉS	6831 Noirefontaine (Bouillon)
VTT 30 20 16 km / MARCHE 10 5 km	
www.facebook.com/vttdescroises	antoinedefat@gmail.com
HAI - SAM 23-08-25	LA TOURNAY RIDE
ROUE PRINCIÈRE ALLAIN	7520 TEMPLEUVE
ROUTE 80 40 km	
www.laroueprienciere.be	info@laroueprienciere.be
LUX - SAM 23-08-25	PATAGUMIA GRAVEL
ROYAL VÉLO-SPORT JAMOIGNE ASBL	6810 JAMOIGNE
GRAVEL 120 80 60 45 28 km	
www.vsjamoigne	jm.thevenin@skynet.be
HAI - SAM 23-08-25	LE TOURNAY GRAVEL TOUR
ROUE PRINCIÈRE ALLAIN	7520 Templeuve
GRAVEL 130 95 40 km	
www.laroueprienciere.be	info@laroueprienciere.be

LIE - SAM 23-08-25	DURTHER ET AISNE
CCT GRACE-HOLLOGNE	4460 Grâce-Hollogne
BAD 145 125 95 62 km	
Détails sur le site du club : www.cctgh.be	luvander@skynet.be
LUX - SAM 23-08-25	LA RONDE ARDENNAISE
CYCLO-CLUB CHESTROLAIS	6840 NEUFCHATEAU
BAD 125 104 65 48 km	
www.facebook.com/CC-Chestrolais	luc.liegeois@elia.be
NAM - SAM 23-08-25	LES LACS DE L'EAU D'HEURE
VELO LOISIR SAMBREVILLE	5060 Tamines
BCCB 159 km / BAD116 95 65 44 km	
voir site facebook.com/velo loisir sambreville	yveswamy@gmail.com
HAI - DIM 24-08-25	RANDONNÉE DES ENTENTES
CYCLING TEAM LRY ANDERLUES	7120 VELLEREILLE LEZ BRAYEUX
ROUTE 125 110 100 80 65 45 km	
MARCHE 20 15 9 km	
GRAVEL 75 55 km	
	leroyalain@skynet.be
HAI - DIM 24-08-25	SOUVENIR ANDRÉ BILLON
CYCLO LAMAIN SPORTS	7522 MARQUAIN
ROUTE 85 70 50 35 km	
	albert.et.catherine@gmail.com
LUX - DIM 24-08-25	RANDO CYCLO FÊTE LOCALE
CYCLOS RANDOS LUXEMBOURG	6769 Meix-dvt-Virton
ROUTE 95 65 48 38 km	
	pascal1957@outlook.be
NAM - DIM 24-08-25	LES CIMES MOSANES
VC VEDRIN	5020 VEDRIN
BAD 99 87 72 46 26 km	
vcvedrin.be	lemercinier.philippe@gmail.com
NAM - DIM 24-08-25	VTT DES OURS
ASSOCIATION CYCLOS ANDENNE	5300 ANDENNE
VTT 50 35 25 km	
www.cyclandenne.be	marcel@vewi.be
NAM - MAR 26 / MER. 27 & JEU 28-08-25	TRIPTYQUE DU SPEEDY
SPEEDY CLUB NAMUR	5020 VEDRIN
ROUTE 60 km	
www.speedyclubnamur.net	davidverhoeven.speedy@gmail.com
LUX - VEN 29-08-25	NOCTURNE VTT DES BAUDETS
BERTRIX BAUDET BIKE ASBL	6880 BERTRIX
VTT 35 28 20 km / MARCHE 12 6 km	
www.randodesbaudets.be	cedric.houchard@hotmail.com
LIE - SAM 30-08-25	ANS-VALKENBURG-AMSTEL
ANS VELO CLUB	4431 ANS
BAD 126 80 55 km	
www.facebook.com/cycloans	cedric.ansveloclub@gmail.com
LUX - SAM 30-08-25	42È RANONNÉE DES CABUS
LES CYCLOS D'MUSSY	6750 Mussy-la -Ville
ROUTE 70 45 km	
Facebook.com/Les Cyclos D'Mussy	a.beullens@yahoo.fr
NAM SAM 30-08-25	LA BLEUE/MÉMORIAL HENRI LEBRUN
CYCLO AUDAX SAMBRIEN	5190 Spy
BCCB 160 km / BAD 120 80 55 km	
audax-sambrien.wifeo.com	jpaul.mahy@gmail.com
HAI - DIM 31-08-25	GRAVEL DES PURLEUX
VELAVENTURE	7522 Isières
ROUTE 85 km	
GRAVEL 80 km	
www.velaventure.org	contact@velaventure.org
HAI - DIM 31-08-25	LA KIWANIENNE
CYCLING TEAM LRY ANDERLUES	7100 LA LOUVIERE
BAD 150 120 90 65 40 km	
	leroyalain@skynet.be
LIE - DIM 31-08-25	LA PASCAL DE LUCA - GEER ET MEUSE
CC GEER ET MEUSE	4690 BASSENGE
BAD 115 85 70 52 33 km	
GRAVEL 70 50 km	
www.cggeermeuse.be	philippe.gillard@gmail.com
LIE - DIM 31-08-25	LA REDOUTABLE VTT
LA REDOUTE D'AYWAILLE	4920 Aywaille
VTT 70 55 45 35 25 15 km	
www.vclaredoute.be	daniel.louette@skynet.be
LUX - DIM 31-08-25	BEL'GAUM RAID
BELLEFONTAINE CYCLO-CLUB	6730 BELLEFONTAINE
VTT 75 64 51 35 21 km / MARCHE 10 5 km	
GRAVEL 72 52 km	
www.cbellefontaine.be	louviauxp@gmail.com

NAM - DIM 31-08-25 C'EST LA FIN DE L'ÉTÉ**MEUX CYCLO LA BRUYERE** 5080 Emines**GRAVEL 75 50 km**
ROUTE 50 km chgroyne@hotmail.com**NAM - MER 03-09-25 LA TOINE CULOT****CYCLO AUDAX SAMBRIEN** 5620 Florennes**BAD 120 80 50 km**
audax-sambrien.wifeo.com jpaul.mahy@gmail.com**HAI - VEN 05-09-25 VTT NOCTURNE - LA DESPATURES****LES CENT AMIS DE BLÉHARIES** 7620 Bléharies**VTT 40 30 20 km / MARCHE 8 km**
www.100amisbleharies.e-monsite.com johnnybigoud_8@hotmail.com**HAI - SAM 06-09-25 A TRAVERS LES HAUT-PAYS****V.C. DE LA CHAPELLE** 7370 ELOUGES**MARCHE 15 10 5 km**
www.vclachapelle.be info@vclachapelle.be**HAI - SAM 06-09-25 RANDO DU PARC****LES CENT AMIS DE BLÉHARIES** 7620 Bléharies**ROUTE 100 80 60 45 km**
GRAVEL 100 70 km
www.100amisbleharies.e-monsite.com johnnybigoud_8@hotmail.com**HAI - SAM 06-09-25 RANDONNÉE FURETOISE****FURET MERBIEN** 6567 Merbes-Sainte-Marie**ROUTE 100 80 60 40 20 km**
etienne.boudart@gmail.com**LIE - SAM 06 AU 07-09-25 LA FÊTE DANS LE GUIDON****LA FÊTE DANS LE GUIDON** 6941 Bomal**ROUTE 60 40 km**
www.lafetedansleguidon.be christophe@movigo.be**LIE - SAM 06-09-25 LA SART D'AVETTE****CYCLO CLUB CAHOTTES** 4400 Mons-Lez-Liège**BAD 95 50 km** jean-lucwillems@skynet.be**NAM - SAM 06-09-25 L'ENTRE SAMBRE ET MEUSE****LES LEVRIERS ERPENT** 5100 JAMBES**BAD 82 60 40 km**
www.leslevriers.be jf.piersotte@gmail.com**BW - DIM 07-09-25 LES 5 RIVIERES****CWL** 1200 WOLUWE ST-LAMBERT**ROUTE 95 65 35 km**
www.wolucyclo.be heynendaniel2@gmail.com**DIM - HAI 07-09-25 A TRAVERS LES HAUT-PAYS****V.C. DE LA CHAPELLE** 7370 ELOUGES**ROUTE 90 70 40 15 km**
GRAVEL 50 km / MARCHE 15 10 5 km
www.vclachapelle.be info@vclachapelle.be**HAI - DIM 07-09-25 LA DESPATURES****LES CENT AMIS DE BLÉHARIES** 7620 Bléharies**VTT 80 65 45 35 20 km / MARCHE 12 8 km**
GRAVEL 100 70 km
www.100amisbleharies.e-monsite.com johnnybigoud_8@hotmail.com**HAI - DIM 07-09-25 LA DIÔLE DE RANDO****LA ROUE BASECLOISE** 7971 Basècles**ROUTE 85 65 45 25 km**
MARCHE 10 5 km lucvds59@gmail.com**HAI - DIM 07-09-25 RANDONNÉE FURÉTOISE****FURET MERBIEN** 6567 Merbes-Sainte-Marie**ROUTE 100 80 60 40 20 km**
etienne.boudart@gmail.com**LUX - DIM 07-09-25 L'AREL BËSCH****ARLON PROMOVÉLO LORRAINE ASBL** 6700 ARLON**ROUTE 90 60 45 km**
VTT 55 45 35 25 km / MARCHE 13 6 km
GRAVEL 60 40 km
www.promovelo.be fabrice_cobraiville@hotmail.com**NAM - DIM 07-09-25 MÉMORIAL ARSÈNE GROSFILS****CYCLO NANINNE** 5100 DAVE**ROUTE 55 30 km**
cyclonaninne.be jf.horekens@hotmail.be**HAI - VEN 12-09-25 SOUVENIR A. DELVINGT - VTT NOCTURNE****CYCLO CLUB ST-ROCH LESSINES** 7860 LESSINES**VTT 35 km**
https://www.cycloclubssaintroch.be frederic.droogmans@gmail.com**BRW - SAM 13-09-25 LA GUY MINSART****VELO CLUB HELECINE ASBL** 1357 HELECINE**BAD 118 75 55 km**
www.sites.google.com/site/veloclubhelecine christianclabots@skynet.be**HAI - SAM 13-09-25 L'AUTOMNALE****CYCLO SPORT RANSART** 6043 RANSART**ROUTE 100 80 60 40 km**
www.cyclosportransart.be georgesdeclere001@gmail.com**HAI - SAM 13-09-25 L'ÉPINEUSE VERS L'ABBAYE****VELO CLUB EPINOIS** 7134 EPINOIS**ROUTE 110 85 75 60 35 km**
MARCHE 10 5 km chevalierfrancoisxavier@gmail.com**HAI - SAM 13-09-25 SOUVENIR JACQUES BOZZINI****CYCLO SENIORS** 7334 hautrage centre**EASY 75 60 45 km**
Facebook.com/Les seniors yves.flament@skynet.be**LIE - SAM 13-09-25 LA JOSEPH BRUYÈRE****CCT DU NOUVEAU SOUMAGNE** 4630 Soumagne**BAD 90 60 km**
cctns.be vincent_deckers@hotmail.com**NAM - SAM 13-09-25 VERS LA BASE AÉRIENNE****CYCLO CLUB INVICTUS** 5000 NAMUR**BAD 118 80 51 km**
www.cyclo-club-invictus.be pat.martine18@gmail.com**BRW - DIM 14-09-25 LA GUY MINSART****VELO CLUB HELECINE ASBL** 1357 HELECINE**ROUTE 75 55 km**
www.sites.google.com/site/veloclubhelecine christianclabots@skynet.be**HAI - DIM 14-09-25 LA BIKE-FRITES****CYCLO STAR CLUB PIPAIX** 7904 PIPAIX**VTT 77 67 57 47 37 27 25 km / MARCHE 12 6 km**
vanderheerenchristophe@skynet.be**HAI - DIM 14-09-25 L'AUTOMNALE****CYCLO SPORT RANSART** 6043 RANSART**ROUTE 100 80 60 40 km**
www.cyclosportransart.be georgesdeclere001@gmail.com**HAI - DIM 14-09-25 L'ÉPINEUSE VERS L'ABBAYE****VELO CLUB EPINOIS** 7134 EPINOIS**ROUTE 110 85 75 60 35 km**
MARCHE 10 5 km chevalierfrancoisxavier@gmail.com**HAI - DIM 14-09-25 SOUVENIR ALBERT DELVINGT****CYCLO CLUB ST-ROCH LESSINES** 7860 LESSINES**ROUTE 85 55 25 km**
VTT 55 45 35 km / MARCHE 12 7 km
https://www.cycloclubssaintroch.be frederic.droogmans@gmail.com**LIE - DIM 14-09-25 LES COLLINES DU VCT****VELO CLUB TILFFOIS** 4130 TILFF**BAD 110 85 55 km**
Facebook.com + www.vctilffois.be veloclubtilffois@gmail.com**LUX - DIM 14-09-25 RANDO/MARCHE DES PÉDALES D'ARDENNE****EBLY PÉDALES D'ARDENNE** 6860 LEGLISE**VTT 65 51 43 36 28 21 km / MARCHE 21 11 5 km**
GRAVEL 75 52 km
www.facebook.com/PedalesArdenne dumont-11@hotmail.com**HAI - VEN 19-09-25 NOCTURNE - LA CYCLES LIEVENS****LES MORDOUS DU VELO** 7608 Wiers**VTT 35 25 km / MARCHE 12 7 km**
cycleslievens@gmail.com**FRA - SAM 20-09-25 BRM 200 - SOUVENIR****CYCLO CLUB ORCHIES** 59310 ORCHIES France**BRM 200 km**
www.ccorchies.fr jvelo@skynet.be**HAI - SAM 20-09-25 3È RANDO TECHNORD****CT GAURAIN-RAMECROIX** 7500 Tournai**ROUTE 100 70 35 10 km**
ctgaurain.be ktoff09@gmail.com**LIE - SAM 20-09-25 CITADELLE DE NAMUR****CYCLING TEAM AUX ASSEMBLÉES** 4100 SERAING**BAD 144 98 70 km**
www.aux-assemblees.com fabian.quintiens@gmail.com

LUX - SAM 20-09-25 CHEST CYCLO
COUSTEUMONT ECHAPPÉE-BELLE 6840 TOURNAY
 ROUTE 80 62 40 km jeanmarc.docquier@proximus.be

NAM - SAM 20-09-25 SUR LES ROUTES D'ANDRE MOUTON
ASSOCIATION CYCLOS ANDENNE 5300 ANDENNE
 ROUTE 90 56 km
 www.cyclandenne.be jeanpierre.masset@live.fr

HAI - DIM 21-09-25 JOURNÉE SPORTIVE 'FOC DU BON'
LA ROUE LIBRE DES MONTLIAUX
 ROUTE 100 75 50 km
 VTT 55 45 35 km / MARCHE 15 10 5 km
 GRAVEL 70 50 km John_Corneillie@hotmail.com

HAI - DIM 21-09-25 LES MOROUS DES TROLLS CYCLO/GRAVEL
LES MOROUS DU VELO 7608 Wiers
 ROUTE 90 60 20 km
 GRAVEL 80 40 km
 VTT 80 45 20 km / MARCHE 12 7 km
 cycleslievens@gmail.com

NAM - DIM 21-09-25 L'ASSAUT MOSAN (VTT & GRAVEL)
FERNELMONTAINBIKE 5380 Noville-les-Bois (Fernelmont)
 VTT 101 60 50 40 30 15 km
 GRAVEL 80 50 km
 www.fmtb.be dufeydo@gmail.com

NAM - DIM 21-09-25 RALLYE D'AUTOMNE
GEMBLoux SPRINT CLUB 5030 Gembloux
 ROUTE 60 km jules.kekenbosch@gmail.com

HAI - LUN 22-09-25 GRAVEL RAID 2025
VELAVENTURE 22700 Jaca (Esp)
 GRAVEL 620 km
 www.velaventure.org contact@velaventure.org

NAM - MER 24-09-25 CHALLENGE JEAN-MARIE DE GROOTE (B)
VC VEDRIN 5020 VEDRIN
 ROUTE 64 km
 vcvedrin.be lemercier.philippe@gmail.com

HAI - VEN 26-09-25 2 ÈME ÉDITION THUDI NIGHT RIDE
THUDIBIKERS 6530 Thuin
 VTT 31 km
 www.facebook.com/ThudiBikers thudibikers@outlook.be

HAI - SAM 27-09-25 4E RANDO TOURPES
V.C. TONGRE-NOTRE-DAME 7904 TOURPES
 ROUTE 75 55 25 km
 veloclubtongrenotredame.wordpress.com john.vignoble@yahoo.fr

HAI - SAM 27-09-25 LA MÉMORIAL VANDERSPIEGEL MICHEL
VELO CLUB FONTAINOIS 6142 Leernes
 BAD 140 86 58 km
 www.velo-club-fontainois.com jacquelinecarlo7@yahoo.fr

LIE - SAM 27 AU 28-09-25 LA FÊTE DANS LE GUIDON
LA FÊTE DANS LE GUIDON 4600 Visé
 ROUTE 60 40 km
 www.lafetedansleguidon.be christophe@movigo.be

LIE - SAM 27-09-25 L'AUTOMNALE LIMBOURGEOISE
CCT GRACE-HOLLOGNE 4460 Grâce-Hollogne
 EASY 70 55 km
 www.cctgh.be luvander@skynet.be

LUX - SAM 27-09-25 LA GRANDE GUERRE
HARRONCOURT LES ARADGIS DU GUIDON 6767 DAMPICOURT
 BRM 200 km
 www.facebook.com/aradgisduguidon adassurance@hotmail.com

NAM - SAM 27-09-25 LA SAITTA
SPEEDY CLUB NAMUR 5020 VEDRIN
 ROUTE 100 50 km
 www.speedyclubnamur.net davidverhoeven.speedy@gmail.com

HAI - DIM 28-09-25 LA FRONTALIÈRE
LE CHAMP PERDU LA BOUVERIE 7040 GOEGNIES-CHAUSSEE
 ROUTE 90 45 km
 percevalchristian@gmail.com

HAI - DIM 28-09-25 LA MÉMORIAL VANDERSPIEGEL MICHEL
VELO CLUB FONTAINOIS 6142 Leernes
 BAD 140 86 58 km
 www.velo-club-fontainois.com jacquelinecarlo7@yahoo.fr

HAI - DIM 28-09-25 LA ROBIN DU BOIS
C.C.M. LES FEUILLES MORTES 7900 Leuze-en-Hainaut
 VTT 65 50 35 km
 www.facebook.com/Feuilles.Mortes.Vieux.Leuze jmfrique@hotmail.com

LUX - DIM 28-09-25 25ÈME DE LA VIERRE À LA SEMOIS
ROYAL VÉLO-SPORT JAMOIGNE ASBL 6811 Les Bulles
 ROUTE 91 73 52 33 km
 VTT 55 40 30 20 km
 www.vsjamoigne.be jean-pierre.albert@skynet.be

NAM - DIM 28-09-25 LA 212
MEUX CYCLO LA BRUYERE 5080 Emines
 EASY 50 km chgroynne@hotmail.com

NAM - MER 01-10-25 LES MERCREDIS D'AUTOMNE
CYCLOS EMPYNNNOIS 5590 Ciney
 EASY 50 km
 www.cyclos-empyinois.com greg.hen@laposte.net

HAI - VEN 03-10-25 VTT NOCTURNE BRASSERIE DUPONT
ROYALE UNION AUDAX TOURNAI 7904 TOURPES
 VTT 35 25 km / MARCHE 12 8 6 km
 www.audaxtournai.be garagemaes.joel@skynet.be

HAI - SAM 04-10-25 «SOCIAL RIDE «AU LIÉGEOIS»
VELAVENTURE 7370 Dour
 ROUTE 65 km
 GRAVEL 60 km
 www.velaventure.org contact@velaventure.org

HAI - SAM 04-10-25 LA CLÔTURE CCB
CYCLO-CLUB BOUFFIOULX 6200 Châtelet
 ROUTE 80 65 40 km
 Facebook : Cyclo club Bouffioulx cc.bouffioulx@gmail.com

HAI - SAM 04-10-25 RANDONNÉE SOUVENIR JIMMY DUQUENNOY
LES MOROUS DU VELO 7540 RUMILLIES
 ROUTE 75 50 25 km
 GRAVEL 80 km / MARCHE 13 10 7 5 km
 dmallet@skynet.be

LIE - SAM 04-10-25 LES VALLONS DE L'EST
ANS VELO CLUB 4681 Hermalle-sous-Argenteau
 BAD 103 83 55 km
 www.facebook.com/cycloans cedric.ansveloclub@gmail.com

NAM - SAM 04-10-25 VEDRIN-HÉLÉCINE
VC VEDRIN 5020 VEDRIN
 ROUTE 100 67 46 25 km
 vcvedrin.be lemercier.philippe@gmail.com

HAI - DIM 05-10-25 BINCHE-CHIMAY-BINCHE
ROYALE AMICALE CYCLISTE BINCHOISE 7130 BINCHE
 ROUTE 130 70 15 km
 Facebook.com/people/Royale-Amicale-Cyclist fred.wil@outlook.be

HAI - DIM 05-10-25 VTT BRASSERIE DUPONT
ROYALE UNION AUDAX TOURNAI 7904 TOURPES
 VTT 60 45 35 25 km
 www.audaxtournai.be garagemaes.joel@skynet.be

LUX - DIM 05-10-25 L'AUTOMNALE
LES CYCLOS DE LA GAUME 6740 SAINTE-MARIE-SUR-SEMOIS
 ROUTE 61 37 km
 https://www.facebook.com/groups tonellidominique@live.be

NAM - DIM 05-10-25 AUDAX JEAN-PIERRE HANCE
VC VEDRIN 5020 VEDRIN
 ROUTE 62 km
 vcvedrin.be lemercier.philippe@gmail.com

NAM - MER 08-10-25 LES MERCREDIS D'AUTOMNE
CYCLOS EMPYNNNOIS 5590 Ciney
 EASY 50 km
 www.cyclos-empyinois.com greg.hen@laposte.net

LIE - SAM 11-10-25 LA BURDINALE - CLOTURE LIEGEOISE
CTG FEXHE A.S.B.L. 4347 FEXHE-LE-HAUT-CLOCHER
 BAD 85 65 50 km
 www.ctg-fexhe.be massin.m@outlook.com

NAM - SAM 11-10-25 LA TAMINOISE
VELO LOISIR SAMBREVILLE 5060 Tamines
 ROUTE 78 50 km
 Facebook.com/Velo Loisir Sambreville yveswenty@gmail.com

FRA - DIM 12-10-25 CHICORÉE CLASSIC
CYCLO CLUB ORCHIES F-59310 ORCHIES
 ROUTE 70 55 45 20 km
 VTT 50 35 20 km / MARCHE 11 8 5 km
 GRAVEL 65 km
 www.ccorchies.fr claude.bauduin28@gmail.com

HAI - DIM 12-10-25	LA ALAIN LEROY
CYCLING TEAM LRY ANDERLUES	6150 ANDERLUES
ROUTE 125 105 95 85 75 60 50 35 km	leroyalain@skynet.be
MARCHE 20 14 8 km	
HAI - DIM 12-10-25	L'AUDAXIENNE
ROYALE UNION AUDAX TOURNAI	7910 ARC-WATTRIPONT
MARCHE 20 12 6 km	yvettedelbecq@hotmail.com
HAI - DIM 12-10-25	RANDONNÉE DE CLÔTURE
CYCLO-CLUB MOUSCRON	7700 Mouscron
ROUTE 87 84 45 km / MARCHE 15 8 km	francis.yvette@skynet.be
LUX - DIM 12-10-25	VTT URBAIN ET FORESTIER
ARLON PROMOVÉLO LORRAINE ASBL	6700 Arlon
VTT 35 15 km	ymlavaux@hotmail.com
NAM - DIM 12-10-25	LA FLUETTE
VELO LOISIR SAMBREVILLE	5060 Tamines
ROUTE 74 45 20 km	yveswenty@gmail.com
HAI - LUN 13-10-25	ATLAS GRAVEL TOUR 2025
VELAVENTURE	40000 Marrakech
GRAVEL 500 km	contact@velaventure.org
NAM - MER 15-10-25	LES MERCREDIS D'AUTOMNE
CYCLOS EMPYNNIS	5590 Ciney
EASY 50 km	greg.hen@laposte.net
LUX - SAM 18 AU 25-10-25	SÉ.JOUR FFBC À VAISON-LA-ROMAINE
F.F.B.C. LUXEMBOURG	84110 Vaison-la-Romaine (France)
ROUTE/VTT/GRAVEL 100 50 km	communication@velo-liberte.be
NAM - SAM 18-10-25	LA REDOUTABLE ROUTE DU PEKET
SPEEDY CLUB NAMUR	5020 VEDRIN
ROUTE 85 55 km	davidverhoeven.speedy@gmail.com
HAI - DIM 19-10-25	LA RANDO DES COLLINES
VTT CLUB DES COLLINES	7911 BUISSEVAL
VTT 70 50 40 30 km / MARCHE 10 5 km	devosmath81@gmail.com
LUX - DIM 19-10-25	VTT D'AUTOMNE
CYCLOS RANDOS LUXEMBOURG	6769 MEIX-DEVANT-VIRTON
VTT 40 35 30 20 km	pascal1957@outlook.be
NAM - MER 22-10-25	LES MERCREDIS D'AUTOMNE
CYCLOS EMPYNNIS	5590 Ciney
EASY 50 km	greg.hen@laposte.net
NAM - SAM 25-10-25	CLÔTURE DES NAMUROISES
COMITÉ PROVINCIAL NAMUR	5190 Spy (Jemeppe-sur-Sambre)
ROUTE 89 51 37 km	copronam19@gmail.com
HAI - DIM 26-10-25	3^ÈÈME JUBARU BIKERS VTT GRAVEL
ROYALE UNION AUDAX TOURNAI	7543 MOURCOURT
VTT 60 45 30 15 km	mxsteph94@hotmail.com
HAI - DIM 26-10-25	MARCHE ABBAYE D'AULNE
CYCLING TEAM LRY ANDERLUES	6534 GOZEE
MARCHE 19 15 11 6 km	leroyalain@skynet.be
NAM - DIM 26-10-25	COULEURS D'AUTOMNE
COMITÉ PROVINCIAL NAMUR	5150 Floreffe
ROUTE 79 52 km	copronam19@gmail.com
LUX - DIM 02-11-25	LA DEREN
CYCLO CLUB HABAY	6720 Habay-la-Neuve
ROUTE 35 75 km	
VTT 50 35 20 km	
GRAVEL 45 35 km	alan.jacob006@gmail.com
LIE - DIM 02-11-25	LE CHEMIN DES SANGLIERS
CYCLING TEAM AUX ASSEMBLÉES	4100 SERAING
VTT 55 45 35 25 10 km	bastin.roland@gmail.com

HAI - DIM 09-11-25	MARCHE DES CARRIÈRES
CYCLOTOURISTES D'ANTOING	7640 Antoing
MARCHE 17 12 7 5 km	ctantoing.com
HAI - MAR 11-11-25	34^ÈÈME VTT DES CARRIÈRES
CYCLOTOURISTES D'ANTOING	7640 Antoing
VTT 55 45 35 20 km	gaillet.jardin@gmail.com
HAI - MAR 11-11-25	RANDONNÉE DE L'ENFANCE
LES DRAGONS AUDAX MONS	7000 MONS
ROUTE 70 50 km	alleyn.serge@gmail.com
NAM - MAR 11-11-25	LA GESVOISE
TEAM FAULX-NAMUR	5340 Gesves
VTT 43 36 26 20 km	team.vcf.ccn@gmail.com
HAI - DIM 16-11-25	LA BALADE DES VOISINS
PLEIN CADRE HERINNES-WARCOING	7730 BAILLEUL
ROUTE 58 28 km / GRAVEL 35 km	
MARCHE 13 8 5 km	vincentcopenolle@gmail.com
HAI - DIM 23-11-25	LA GADOUZIENNE
CYCLO BOL D'AIR ENGHEN	850 ENGHEN
VTT 65 55 45 28 km	mariefr@skynet.be
HAI - DIM 14-12-25	VTT DE LA FERME FLEURIE
LES CENT AMIS DE BLÉHARIES	7620 Hollain
VTT 45 30 20 km / MARCHE 10 5 km	johnnybigoud_8@hotmail.com
HAI - SAM 27-12-25	MARCHE NOCTURNE DE LA ST SYLVESTRE
LES DRAGONS AUDAX MONS	7000 MONS
MARCHE 10 km	hervelatouche1974@gmail.com

NOUVEAU

SAMEDI 23/08/2025 **PATAGUMIA GRAVEL**

ROYAL VÉLO-SPORT JAMOIGNE ASBL

Type	Distance	Dénivelé	De	A	Ravito
GRAVEL	20	200	08:00	14:00	1
GRAVEL	40	400	08:00	14:00	1
GRAVEL	60	600	08:00	13:00	1
GRAVEL	80	800	08:00	12:00	2
GRAVEL	120	1200	08:00	10:00	3
GRAVEL	160	1600	08:00	09:00	4

uniquement GPX - douches - petite restauration - animations

ANNULATION

Cyclos Courcellois «Les Boucles Ronquiéroises» du 19 et 20 juillet
CT ANTOING «Le Moulin Blanc» du 5 octobre

CHANGEMENT DATE

«LA DEREN» EST REPORTÉE AU 2 NOVEMBRE

DIMANCHE 02/11/2025 **LA DEREN'**

CYCLO CLUB HABAY

Complexe Sportif le Pachis - Rue de la courtière 1 6720 Habay-la-Neuve

«LES 5 RIVIÈRES» EST REPORTÉE AU 7 SEPTEMBRE

DIMANCHE 07/09/2025 **LES 5 RIVIÈRES**

C.W.L.

Chalet du Parc Malou - Chaussée de Stockel 45 1200 Woluwe-St-Lambert

CHANGEMENT LIEU DE DÉPART

SAMEDI 16/08/2025 **TILFF - LIERNEUX - TILFF**

DIMANCHE 14/09/2025 **LES COLLINES DU VCT**

VELO CLUB TILFFOIS

Cafétaria du Royal Sporting Club - Chemin de Halage 53 4130 TILFF

DIMANCHE 17/08/2025 **CENTROPOLE TOUR**

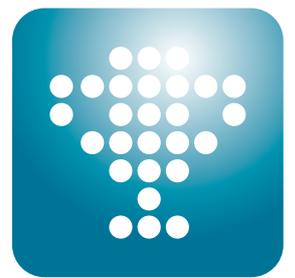
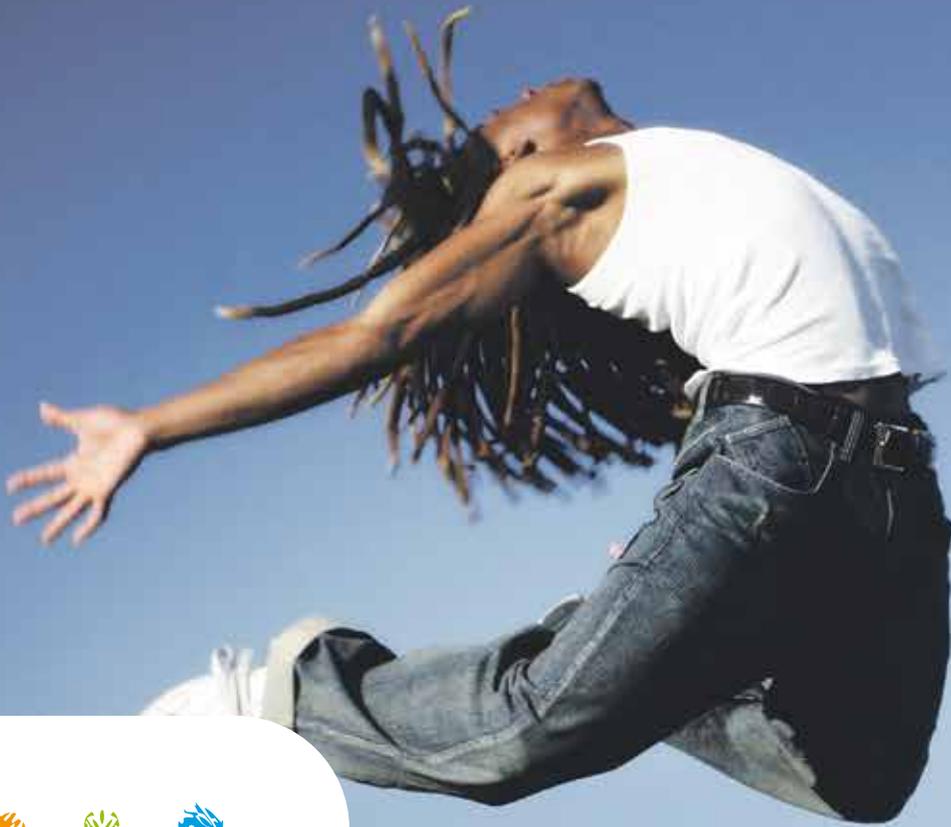
CYCLING TEAM LRY ANDERLUES

Club de Rugby de Soignies - Chemin du Tour Lette 90 7060 SOIGNIES

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

6 DESTINATIONS SPÉCIALES CYCLO

Vacances
Léo Lagrange

-10%

Remise spéciale
INDIVIDUELS

avec le code
FFBCLE025

-15%

Remise spéciale
GROUPES

avec le code
FFBCLE025



Des destinations uniques à découvrir

Nos Plus (selon la destination)

- un **local à vélos sécurisé**
- une **station de lavage** et de **gonflage**,
- un **espace de réparation**
- une **restauration adaptée** à base de produits locaux
- une **salle de débriefing** équipée,
- des **programmes découvertes** et **animations** pour les accompagnants.

Vacances Léo Lagrange - Linda KHETTABI
Tél. 06 25 63 10 74 - lkhattabi@vacancesleolagrange.com

VACANCESLEOLAGRANGE.COM

