



Le Vélo Club Nazairien est en deuil

Christian ROBIN, quelques mots, un sourire, ta discrétion était appréciée par tous. Tu te fondais au peloton dès le départ ou en cours de route. Puis de temps en temps, sans fanfaronnade, sur quelques km tu prenais le large, mais ceci ne durait qu'un court instant.

A l'automne, tu modifiais ta façon de rouler, tu retrouvais ton fameux sac à dos et tu associais avec bonheur la pratique du vélo et la récolte de champignons.

Pénestin, Mesquer, Lavau, Missillac... les routes de notre région n'avaient que bien peu de secrets pour toi et tu prenais parfois un malin plaisir à emprunter ce que tu espérais être un raccourci.

Christian



Stéphane POULAIN, vient de nous quitter beaucoup trop tôt. Licencié depuis plus de 10 ans, fervent adepte du VTT qu'il pratiquait assidûment avec des collègues ou amis, il participait régulièrement aux nombreuses randos VTT organisées dans la région. Lorsqu'il n'y avait pas de randos organisées, il empruntait les parcours locaux entre mer et Brière et finissait souvent sur le remblai de La baule où il aimait à "challenger" quelques cyclos les jours de vent favorable.

Jean Do

Yves LE GOFF, plus connu sous le pseudo de Zizi, licencié pendant de nombreuses années au VCN, fidèle participant aux randos de la Presqu'île et fidèle participant actif aux organisations du Club, nous a également quittés en juin dernier. Depuis quelques années, sa santé l'avait écarté du Club dont il appréciait l'ambiance et la convivialité.

Guy

Un Club éprouvé mais solidaire

Ce dernier trimestre, notre Club a été affecté par des départs trop prématurés: Yves, Stéphane et Christian, vous avez marqué notre mémoire et nous nous souviendrons encore des bons moments passés avec vous.

La vie continue et nous devons poursuivre notre mobilisation de bénévoles pour faire vivre notre Club et l'adapter. Nos dernières recrues s'impliquent beaucoup et je m'en réjouis; c'est important pour réussir nos organisations, développer la convivialité, notre solidarité et les moments heureux de notre vie sociale. J'ai eu l'occasion de le noter lors des moments tristes de ces derniers mois.

Merci à tous pour votre implication, il faut que cela continue. Il faut aussi que d'autres nous rejoignent pour faire baisser la moyenne d'âge du Club; alors, si vous connaissez des pratiquants solitaires ou des jeunes, expliquez-leur l'intérêt à nous rejoindre.

Un exemple réussi de cette vie sociale a été notre dernière sortie annuelle à Mervent: merci à Christiane pour l'organisation, les parcours avec beaucoup de descentes (et des montées), la ballade en barque très arrosée. Nous avons passé un très bon week end, qui laissera aussi des souvenirs heureux.

Joël

Dates à retenir:

- ⇒ **Soirée avec Harmonie Mutuelle: le Vendredi 06 Octobre 2017, 20h à la Maison des Sports**
- ⇒ **Randonnée Entre LOIRE et BRIERE : Dimanche 17 Septembre 2017**
rendez-vous: salle A. Guyodo, rue Guy de Maupassant à 8 heures
- ⇒ **Assemblée Générale annuelle: Dimanche 19 Novembre 2017 à 9 heures**
Maison des Sports, avenue P. de Coubertin Saint-Nazaire
suivi d'un repas au restaurant



SUPER U

Super U SAINT NAZAIRE

54, rue Léon Bourgeois

44600 SAINT-NAZAIRE

tél: 02 40 22 39 09

<http://www.superu-saintnazaire.com>



Saint-Nazaire Entre Mer et Sillon : 3 ème édition.



Le 21 mai dernier, par une météo mitigée, sans pluie, nous avons accueilli 187 cyclos; pour la 1ère fois 9 tandems venus de la région nantaise ont permis la participation de personnes en situation de handicap. Un peu déçu(e)s par cet attrait modeste de notre organisation, il nous faut maintenir notre mobilisation bénévole pour continuer à faire exister notre sport loisir à Saint-Nazaire. Il nous faudra sans doute à



l'avenir rechercher une autre formule de randonnée qui nous permette de rassembler

un public plus large de pratiquants de la randonnée à vélo; les suggestions sont bienvenues.

Merci à tous ceux et celles, bénévoles, qui ont permis de conserver une grande qualité de notre accueil et la réussite, sans incident, de cette matinée.

Joël



SAINT-NAZAIRE - PEILLAC - SAINT-NAZAIRE sous le soleil

Ce Samedi 3 Juin, nous avons effectué la 8ème visite à nos amis Peillacois. Par un temps magnifique, 38 cyclos au départ de Saint-Nazaire (20 du VCN, 9 de St Viaud, 7 de La Baule, 2 de La Chapelle), rejoints par les cyclos de Peillac au ravitaillement de La Roche Bernard, ont rallié Peillac, au camping du Pont d'Oust, pour le moment de convivialité tant apprécié.

Un groupe de marcheuses (7), nous ont accompagnées après avoir découvert la campagne de Rochefort en Terre. Cette formule, proposée par nos amis Peillacois mérite d'être maintenue car elle permet une

participation plus large de nos adhérent(e)s.

Yvette et Patrick ont encore assuré une logistique sans faille et très appréciée, merci à eux.

Merci au Comité de Jumelage de Peillac pour l'organisation du repas pique-nique. Prochain rendez-vous, le samedi 2 Juin 2018.

Joël



79ème Semaine Fédérale - du 30 Juillet au 06 Août 2017 - Mortagne au Perche (Orne)

Elle est jolie la Normandie, mais le Perche! Qui aurait l'idée de quitter notre Presqu'île pour passer des vacances dans le Perche? Nous l'avons fait et en avons été ravis. Il est vrai qu'à l'attrait de la région s'ajoutait celui de la Semaine Fédérale; les circuits proposés étaient bien là pour mettre en valeur le terroir: châteaux, églises, expositions, un accueil chaleureux et une gastronomie alléchante (le boudin noir de Mortagne est tout simplement délicieux), le Perche n'a rien à envier à bien d'autres régions.

Vous comprendrez aisément que nous étions très heureux de nous retrouver parmi les 10054 cyclos et seulement 3 du VCN. Un petit regret que le Club ait perdu cet engouement pour cette Semaine Fédérale; chacun y roule pourtant à son rythme au gré des rencontres, des bosses (il y en a dans le Perche) et des pauses repas.

En 2018, c'est dans les Vosges à Epinal que nous avons rendez-vous, du 05 au 12 août, sous le slogan "La vie en Vosges". Il est vrai que sur certains parcours, il faudra adopter une position en danseuse, mais "laisse aller, c'est une valse", dans les descentes vous retrouverez une "vie en rose"...

Christian

pour en savoir plus: <http://sf2018.ffct.org>



Centre Automobile de l'Etoile
Océanis
380, route de la Côte d'Amour
BP 60212
44600 SAINT-NAZAIRE
tél: 02 40 17 20 20





Les infos du

VELO CLUB NAZAIRIEN

GAZETTE N° 64
Septembre 2017
page 3/4

Sortie annuelle à MERVENT

Nous étions 30, 21 cyclos et 9 accompagnateurs(trices) partis à la découverte du Sud Vendée. Merci Christiane, quelle bonne idée de nous avoir trouvé un hébergement au "fond d'une cuvette" d'où il nous a fallu sortir chaque jour!

La Vendée est riche en paysages et en patrimoine, nous avons été accompagnés et guidés par nos amis cyclos du Club SVF de Fontenay le Comte qui nous ont proposé 3 circuits de découverte de leur "pays".



L'entrée en matière, le Vendredi, longue de 60 km (750 m de dénivelé) à travers le pays minier de Faymoreau et la forêt de Mervent-Vouvant, nous a fait comprendre le caractère "ondulé" du bocage vendéen; certains ont mis pied à terre dans la dernière bosse. Le plat de résistance du Samedi a été plus raisonnable (105 km, 600 m de dénivelé), à la découverte du marais poitevin, nos amis nous avaient tracé un parcours magnifique de découverte dans un environnement encore préservé. Dommage que la pluie et le froid se soient

invités au moment de la promenade en barque et de la pause pique-nique du midi, perturbant un peu notre enthousiasme. La rentrée à bon rythme à notre hébergement vers la forêt de Mervent nous a permis de corriger (sévèrement) le manque de relief du marais. Un repas typiquement vendéen (un peu copieux) partagé avec nos accompagnateurs nous a fait retrouver nos forces et notre bonne humeur.

Dimanche matin les plus courageux ont revisité le bocage et réévalué leurs capacités en côte sur un parcours de 45 km et 500 m de dénivelé. Les moins motivés en ont profité pour visiter Mervent, joli village perché au-dessus de son lac.

Merci à Yvette et Patrick, nos logisticiens expérimentés, merci à JL notre DJ préféré, merci à nos accompagnateurs(trices) pour leurs encouragements dans les moments difficiles.



Merci à Jean Luc Murailon, président du SVF, et ses ami(e)s qui ont préparé les circuits et nous ont accompagnés durant ces 3 jours; nous sommes prêts à les accueillir à Saint-Nazaire (il va falloir leur trouver des bosses car ils (elles) aiment cela).

Guy



Licences de fin de saison 2017 - 2018

Depuis le 1er Septembre, il est possible, pour les nouveaux licenciés, de souscrire une licence FFCT valable jusqu'en fin 2018. Faites-le savoir autour de vous et invitez vos ami(e)s à découvrir notre Club et notre pratique sportive. Ils (elles) peuvent participer à 3 sorties sans être licencié(e)s à condition d'en informer au préalable vos dirigeants (secrétaire, trésorier, président). Nous sommes toujours en recherche d'adhérent(e)s, de bénévoles et de nouvelles compétences.

Contact: Christian, votre secrétaire: tél: 06 81 78 79 80 - E-mail: veloclubnazairien@free.fr



Antenne Régionale
29, quai François Mitterrand
44273 NANTES Cédex 2
tél: 02 40 41 19 19

Agence de Saint-Nazaire
3, rue Brizeux
tél: 02 40 41 19 19



L'Ariégeoise - la cycloportive des Pyrénées (24 juin 2017)

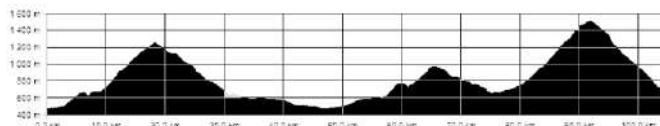


Un des rendez-vous traditionnels dans les Pyrénées depuis plus de 20 ans, l'Ariégeoise (limitée à 5000 participants, venant de toute la France et de l'étranger; par contre 1 seul du VCN (cela doit changer!)).

Le programme est adapté à tous les goûts: du plus jeune à la recherche d'un palmarès à l'Ariégeoise de base qui peut être la seule sortie de l'année. Les 4 parcours permettent aussi le choix; du plus court: 70 km, 1100 m de dénivelé, à l'XXL: 170 km et 4500 m de dénivelé et même, pour la 1ère fois, un parcours spécifique pour les vélos électriques!

Personnellement, je me contenterai de la Mountagnole: 105 km avec un dénivelé de 2490 m via 3 cols (col de Port, col de Sarailles, port de Lers); c'est déjà pas mal sans autre entraînement en altitude que les côtes de Brière. Un temps "honorabile" de 5 h 15, presque 2 h de plus que le 1er mais 4 h de moins que le dernier (quand même!), comme quoi il y en a pour toutes les aptitudes.

A cause d'éboulements provoqués par le mauvais temps de début juin, le parcours a été modifié au dernier moment; nous avons évité le terrible col d'Agnès que doit emprunter le Tour de France en Juillet (10 km à 8,1 % de moyenne). Depuis Saint-Nazaire, je n'ai pas pu faire de reconnaissance, mais avec ce changement de tracés, je me trouve sur un pied d'égalité avec les autres participants. Le Tour passera finalement par le col d'Agnès 2 semaines plus tard lors de la fameuse étape entre Saint-Girons et Foix, gagnée par Barguil le 14 juillet (ils n'ont fait que 100 km ce jour là!).



L'Ariégeoise, c'est surtout une ambiance, les retrouvailles avec les copains, l'animation du "village vélos" la veille, les repas avec les amis au camping, et les encouragements des habitants tout au long du parcours, les 750 bénévoles, toute une région qui vibre pour le vélo.

Ce sont aussi des moments de souffrance, surtout dans les dernières ascensions, mais tout s'oublie autour de la tartiflette d'après course. Voilà, mon objectif de l'année est réalisé, maintenant, prochain rendez-vous pour l'Ariégeoise du 30 juin 2018 et sa terrible montée du plateau de Beille (16 km à 7,6 % de moyenne).

Nota: il est toujours possible de louer un bus si le VCN y participe en nombre!

Michel Dalia

pour en savoir plus: <http://www.cycloport-ariegeoise.com> -
<https://www.facebook.com/ariegeoise>



Caisse d'Océanis
24, allée de la Mer d'Iroise
44600 SAINT-NAZAIRE
tél: 0820 094 208 (N° indigo)