

R.T.T Route et Tout-terrain



Toute l'information des réunions de votre club



À vélo tout est plus beau !

SOMMAIRE

Quel mois d'avril !	1-2
Une belle cyclo à Périllos et Tautavel	2
En passant par la pause café de Prades	3
Rando cyclotines	4
Qui veut rouler à Quillan jeudi 9 ?	4
Quel temps aurons-nous au col de Jau ?	4
Une balade à vélo à la Pentecôte	5
Rouler de Céret à Coustouges	5
Danser au bord de la piscine	5
Le Port d'Envalira	5
Accueil des touristes dans le club	5
Vêtements cyclistes	5
Tous à vélo	6
Du côté des magazines	6
Destination Jeux Canet-en-Roussillon	6
Affiche randonnée des cyclotines	7
Les événements du mois	7

**RÉUNION MENSUELLE
VENDREDI 7 JUIN A 18H00**



Quel mois d'avril !

C'est sous ce titre que j'écrivais le premier article du premier numéro du RTT de mai 2005 voilà donc très exactement 19 ans. Je vous laisse le lire pour vous montrer que ce mois d'avril 2024 n'a rien d'exceptionnel :

Eh bien, ça ne s'améliore pas ! Les 3 premiers dimanches n'ont pas vu beaucoup de cyclos sur les routes : en ce qui concerne l'ACC : 1 seul (mais qui était-ce ?) le 3 avril, et encore, pas longtemps (pluie à la pause-café de Prades), aucun le 10 avril (vent à la randonnée de la fève) et quand même 10 courageux le 17 à celle de Millas, malgré la tram'. Quant à la sortie longue distance dans les Corbières, elle a d'abord été reculée du 16 au 23 avril, puis supprimée à l'issue d'un faux départ à Si-gean : il pleuvait (alors que le soleil brillait à Canet !) Heureusement, pour ceux qui pouvaient en profiter, certains jours de la semaine se sont montrés plus cléments et on s'est retrouvé jusqu'à 23 participants un certain mardi.

Et en 2008, ce n'était pas mieux :

La tram', toujours la tram' !!! Que faire ?

En mars, la tram' nous a pas mal perturbé, et en avril aussi ! Si l'on en croit l'Indépendant, ce fameux vent a soufflé plus que de raison ces deux derniers mois : 27 jours en mars, et une bonne quinzaine en avril. Quand la tram' souffle, pas de doute, une seule solution, c'est à nous à nous adapter ! Comment ? En se concoctant des itinéraires permettant de s'abriter relativement, ou en changeant le jour de sortie ! C'est ce que l'on a essayé de réaliser en faisant des 8 dans la Salanque et en roulant les jours non habituels. François a ramené un certain nombre de cyclos pour rouler lors de ces jours, mais ce n'est pas évident. Alors, le mieux est de venir à tout hasard au club à l'heure prévue pour les sorties en semaine le jour où il n'y a pas trop de vent, quel qu'il soit. Il y aura toujours bien quelques cyclos qui auront eu la même idée. On l'a déjà dit et redit, mais cette variante a du mal à se mettre en place. Ah, les habitudes !!!

Effectivement, ce mois d'avril 2024 s'inscrit bien dans cette lignée. On a bien eu du mal à rouler. Pas à cause de la pluie, toujours aussi rare depuis 2 ans, mais du vent. La sortie VTT du canal de la Robine a été ajournée puis supprimée, la randonnée dans les Corbières, déjà reportée, a été annulée, tout comme la sortie col de Brousse, et certains sont restés plus d'une semaine sans pouvoir rouler. Et à la fin du mois, la pluie s'est invitée. Enfin, pourrait-on dire, mais elle aurait pu attendre un jour de plus, car elle est arrivée un dimanche !

On a quand même pu aller à Prades (8 volontaires seulement) et à Périllos et faire du VTT dans la Salanque. Tout n'est donc pas noir. Mais il faudrait quand même que le mois de mai se montre plus favorable pour réaliser nos objectifs, notamment l'Envalira, l'Aubisque et Dax. Et tout pour simplement rouler chaque jour de roulage !

Bernard

Une belle cyclo à Périllos et Tautavel

Nous sommes 7 à rouler sous un beau soleil, sans vent (Didier, Francis, François, Monique, Patrice, René, Roger), sous la conduite bienveillante de Patrice.

L'approche de la citadelle d'Opoul se fait sans encombre. Nous grimpons, passons en jetant un regard sur les murailles centenaires et poursuivons en mode gravel. La route se détériore et René en fait les frais, crevaison du pneu avant. Tout le groupe s'affaire auprès de lui et nous repartons aussitôt, toujours en mode gravel. Au bout de quelques kilomètres la carte postale apparaît. Le vieux village oublié de Périllos se

dresse, tout au fond, sur une crête, le soleil derrière lui. Magnifique et les plus sensibles ressentent un pincement au cœur. Au bas du village, Didier nous attend, en photographe qui immortalise notre arrivée. Nous voilà dans Périllos. Le village longtemps endormi se réveille. Ici, une couche de peinture récente rajeunit des volets. Là-bas, une bétonnière ronronne inlassablement. Nous sentons bien que la sève printanière monte pour revigorer un passé qui fut radieux. Même le cimetière si particulier et bien entretenu nous accueille en souriant. Didier a eu la gentillesse et la patience de nous attendre depuis le départ, alors nous lui donnons un bon de sortie. Il peut poursuivre le circuit à son allure, qui reconnaitsons-le, est plus vive que la nôtre. Retour, toujours en mode gravel. René crève à nouveau, à l'arrière cette fois ! François sort aussitôt sa bombe anti crevaison, mais sans succès, le pneu reste à plat. René déballe alors une chambre à air déjà bien rustinée et qui refuse de se laisser gonfler. Patrice, prend les choses en main et, en capitaine de route efficace, donne une chambre à air flambant neuf. Tout rentre dans l'ordre. Sauf pour René qui craignant sans doute une nouvelle mésaventure, décide au Pas de l'Échelle de rentrer sur Canet. Nous le regardons s'éloigner avec regret. Nous avons faim et dans la descente Patrice nous fait arrêter dans un virage, sur une petite aire de pique-nique qui surplombe Vingrau. Bien restaurés, nous repartons vers Tautavel pour une pause café ou une bière. Le retour par Estagel nous apaise, plus de montée ou presque. C'est vrai, quelques centaines de mètres à gravir, à Cases de Pène, pour rejoindre le plateau. Nous rentrons sans encombre, avec 1000 m de dénivelé dans les jambes. Nous sommes heureux.

Francis.



En passant par la pause café de Prades

Vous connaissez la Bretagne, cette région où, lors du passage à l'heure d'été, il est de bon ton d'en profiter car il pleut une heure de moins.

Eh bien Canet avait revêtu son chapeau bigouden ce dimanche matin. C'est sous un léger crachin que je me dirigeais vers Prades. Par bonheur, le ciel plombé avait cessé de pleurer à notre arrivée sur le bord du plan d'eau où nous nous étions donnés rendez-vous.

A l'heure du départ, nous ne sommes que 8. 4 VAE : Michèle, Bernard, Monique et Francis et 4 Musculaires : Patrice, Pierre, René et moi-même.

Après avoir préparé et chevauché nos montures nous nous rendons au centre sportif Marcel Clos où nous sommes chaleureusement reçus par nos amis cyclistes de Prades. En fait nous sommes, vu l'heure matinale, les premiers convives à profiter de leur accueil. Nous en profitons pour avaler quelques carrés de chocolat, tranches de pain d'épices et autres tartines avant d'aborder les difficultés de la matinée.

Une fois une photo prise en compagnie du Président de nos hôtes, nous nous élançons à l'assaut du premier col de la journée, le Col des Millères, la plus grande difficulté de la journée, 520 m de dénivelé en 12 km. Arrivée au Col, un petit désaccord apparaît. Bien que sur le bord de la route un panneau signale la présence du col, je remets en cause le bien fondé de cette signalisation. Je bifurque donc, d'abord seul, puis suivi par Pierre, Bernard et René, sur une petite voie sans issue, mal bitumée, dont la pente varie entre 10 et 12% sur 600m, pour enfin atteindre le véritable col. Bernard, en juge de paix et après avoir

vérifié à l'aide de son GPS, confirme qu'il fallait bien faire cet aller-retour pour rejoindre le col des Millères. Nous reprenons notre route, franchissons le Col Saint-Eusèbe, puis traversons Vernet-les-Bains encore ensommeillé. Le Col de Sahorre avalé, nous atteignons la N116, longeons les murailles de Villefranche-de-Conflent, et après avoir parcouru 3km sur la N116, nous la quittons en franchissant un petit pont sur la TET où une petite pause s'impose.

Nos forces récupérées, nous reprenons notre périple sur une petite route au revêtement magnifique nous conduisant à Catlar en évitant Prades. Comme quoi, il y a du bon d'avoir eu un maire premier ministre. Lors de la traversée de Catlar, nous sommes arrêtés par la cérémonie des « gongs del ous ». Après avoir assisté à la descente des oeufs de la fenêtre de la mairie, nous sommes désolés de devoir décliner l'invitation qui nous est faite de partager l'omelette pascalle, mais le devoir commande. Nous continuons, traversons la N116 et abordons au pied de Los Masos l'ascension du dernier col du jour, et pas le plus facile, le col de Creu. Prononcez Créou pas vrai Bernard ? Sinon, vous êtes un gavatxos, dites « gabatch ». Ce col franchi, il nous reste à nous laisser descendre jusqu'au « Le Bon profit », notre restaurant, où décidément je ne mangerai jamais en terrasse, le mauvais temps imposant de nous réfugier à l'intérieur.

Que retenir de cette matinée :

Qu'une petite sortie de 58km peut être épuisante lorsqu'elle affiche un dénivelé de 1021m et que lors des descentes, la température ressentie chute énormément, pas vrai Michèle ?

Christian



Rando Cyclotines

Merci et bravo à tous, car nous sommes plus d'une trentaine de bénévoles à nous être proposés pour assurer la réussite de la 7ème randonnée cyclotines organisée par le club; après une semaine pluvieuse, la météo devrait être de notre côté ce dimanche 5, et si tel est le cas, espérons que les cyclotines viendront nombreuses.

Il est demandé à chacun et chacune de venir avec le **maillot vélo du club**.

RDV place Méditerranée (et non pas cette année au Théâtre de la Mer) à partir de 8h45 pour les préposé(e)s aux inscriptions et au café d'accueil et pour les encadrants du circuit 30km; les encadrants du circuit 15km peuvent s'ils le souhaitent ne venir qu' à 10h00.

A l'issue du pot de clôture qui se déroulera en présence du maire Stéphane Loda, la mairie, conformément à l'engagement qu'elle avait pris l'année dernière, offrira aux bénévoles et aux membres du conseil d'administration une paella.

Qui veut rouler à Quillan jeudi 9 ?

La randonnée de Quillan, qui aura lieu comme chaque année le jour de l'Ascension, est incontournable pour les grimpeurs. Elle permet de rouler sur des itinéraires peu usités car chaque année, ils sont différents. L'organisation est remarquable, avec un ravitaillement chaud (œufs sur le plat et ventrèche) en plus du repas, le tout pour 14€ seulement.

Le club a choisi d'adapter le parcours médian, initialement de 108km et 1408m de dénivelée pour raccourcir le parcours après le repas situé cette année à Rennes-les-Bains; l'option retenue permet de ramener le parcours à 95km et 1100m de dénivelée, elle est donc tout à fait accessible aux VAE.

RDV à 7h45 salle René Pont 4, quai du Pouzadou pour un départ vélo à 8h. Compter 1h30 pour rejoindre le départ. S'inscrire au siège pour organiser le covoiturage.

Quel temps aurons-nous au col de Jau ?



Pour savoir si la photo de groupe prise en haut du col immortalisera des cyclos frigorifiés, comme ce fut le cas ce 1 mai 2018, rien de plus simple : il suffit de participer à la sortie programmée jeudi 16 mai au départ de Marquixanes !

58km pour 1315m de dénivelée, c'est un parcours accessible aux vélos électriques d'autant que, s'agissant d'un aller retour, on peut faire demi-tour à tout moment.

<https://www.openrunner.com/r/11771091>

RDV à Marquixanes à 8h15 pour un départ vélo à 8h30

Pour ceux qui le souhaitent, déjeuner au restaurant le Bon Profit près du plan d'eau à Prades
S'inscrire sur la fiche au tableau

Une balade à vélo à la Pentecôte

« Enfourchez vos vélos et partez à la découverte de Canet-en-Roussillon en famille ! Cette balade facile et accessible à tous vous emmènera sur un parcours de 17km à travers les paysages variés autour du village de Canet. »

C'est ainsi qu'est présentée la balade à vélo « Histoire et patrimoine de Canet-en-Roussillon » organisée par l'association « Les Amis du Patrimoine Canétois et Méditerranéen » et programmée le dimanche 19 mai.

Bernard, Edouard et Bruno assureront la sécurité et aideront le cas échéant aux réparations. Si vous souhaitez les accompagner pour encadrer cette balade, RDV à 15h devant l'office du tourisme de Canet.

Rouler de Céret à Coustouges

Mardi 21 mai, dernier galop d'essai avant de partir à l'assaut des 2408m du Port d'Envalira la semaine suivante : une randonnée de 74km pour 1095m de dénivelée au départ de Céret direction Coustouges.

<https://www.openrunner.com/r/18177698>

RDV à 8h45 à Céret pour un départ vélo à 9h00.

Ne pas oublier d'emmener le piquenique.

Inscriptions sur le tableau au club.

Danser au bord de la piscine

Si vous souhaitez rejoindre la cinquantaine d'inscrits au repas dansant du samedi 25 mai à partir de midi à l'hôtel Aquarius à Canet, il n'est pas trop tard et il y a encore de la place.

Pour confirmer votre participation, remettre un chèque à l'ordre de AC Canet ou faire un virement sur le compte du club au plus tard le dimanche 19 mai.

Pour rappel, le prix du repas dansant est de :

40€ pour les licenciés et les membres bienfaiteurs et extérieurs

45€ pour les conjoints ou compagnons non membres bienfaiteurs et les amis

Le Port d'Envalira

Ce sera le mardi 28 mai, avec RDV à Bourg-Madame à 8h15 (petit parking entre le pont du train jaune et le pont sur la rivière sur la N116) pour un départ vélo à 8h30 et un circuit de 82km et 1585m de dénivelée <https://www.openrunner.com/r/14831123>

Attention : si vous vous décidez au dernier moment, appelez impérativement soit Bernard Baudot, soit Patrice Daurat; sinon, si le groupe, dont la majorité sera sur place la veille, se pense au complet, il pourrait décider de partir plus tôt, ou d'un autre endroit.

Accueil des touristes dans le club

Pour permettre aux touristes en vacances ou de passage de participer aux sorties du club, une convention, valable du 15 mai au 15 septembre 2024, a été signée par le club avec la FF Vélo .

Attention : les « profiteurs » locaux ne sont pas concernés par cette possibilité.

Vêtements cyclistes

La livraison des vêtements cyclistes commandés à Tactic est prévue première semaine de juin.

Quelques vêtements sont en stock; leur prix diffère selon qu'ils comportent l'ancien ou le nouveau logo de Canet. Renseignements complémentaires : consulter le site du club,

<https://accanetoise.ffct.org/> rubrique « Le Club » « Nos tenues ».

Tous à Vélo

Perpignan Méditerranée Métropole (PMM) a décidé de reconduire Tous à Vélo en 2024 : ce sera le samedi 21 septembre en parallèle de la Semaine européenne de la Mobilité et des Journées du Patrimoine. Cette année, les cyclistes des différentes communes convergeront jusqu'au parc Guillem à Cabestany. On aura l'occasion d'en reparler mais notez dès à présent la date.

Du côté des magazines

« Cyclotourisme » :

- 3 parcours dans l'Aisne sur des routes tranquilles et des voies vertes
- Festival des films de voyage à vélo. En Europe et dans le monde
- 5 circuits en étoile en Vendée : littoral, marais, histoire
- Historique de la revue « Cyclotourisme » depuis 1924
- Attention au dopage, même en cyclotourisme !

« Le Cycle » :

- Guide d'achat d'un vélo. *Pour tous les goûts et tous les prix de 2000 à 15 000€*
- Parcours : en Lot et Garonne, diversité de paysages.
- Col de l'Arzlier 1154m dans le Vercors. Belle grimpe peu connue de 800m.
- D'autres façons de faire du vélo
- Trouver le bon GPS, les montres connectées. Etude exhaustive sur les différents modèles.
- Le mal de 3 tendons au niveau du genou. Que faire ?



- Salon des artistes canétois sur le thème de l'olympisme
du jeudi 16 au mercredi 29 mai de 15h à 18h à la Galerie des Hospices
- Accueil de l'équipe de natation du Japon
du mercredi 18 mai au jeudi 23 mai au Centre de natation Arlette Franco
- Meeting international de natation Mare Nostrum
week-end du 25 et 26 mai au Centre de natation Arlette Franco
- Accueil de l'équipe de France de waterpolo
du mardi 28 mai au vendredi 7 juin au Centre de natation Arlette Franco



AC CANET

A paraître dans le RTT du mois de juin

66 Degrés Sud la Cyclo : on y était !

par notre envoyée spéciale Jacqueline Sellem

7^e RANDONNÉE DES CYCLOTINES
CANET EN ROUSSILLON
DIMANCHE 5 MAI 2024

<https://accanetoise.ffct.org>

100% gratuit
 Amenez vos Copines!

2 circuits. Départs :
 Balade 15 km : 10h40
 Randonnée 30 km : 09h30

Départ de la
 Place Méditerranée



LES CYCLOTINES FÊTENT LE VÉLO

ORGANISATION:
 AMICALE CYCLISTE CANÉTOISE 06 74 48 25 79

fête du vélo

DESTINATION JEUX
 Canet en Roussillon

FF vélo

f Suivez-nous sur Facebook : [cyclotinescanetoises](https://www.facebook.com/cyclotinescanetoises)

Ne pas jeter sur la voie publique

LES ÉVÈNEMENTS DU MOIS

Date	Heure	Randonnée/Destination
Dim 5		7ème randonnée des cyclotines
	8h00	Leucate - Feuilla - Opoul
Jeu 9	8h00	Randonnée des stations vertes Hautes Vallée de l'Aude à Quillan (11)
Dim 12	8h00	Port-Vendres - Cerbère
Jeu 16	8h30	Col de Jau au départ de Marquixanes puis restaurant
Dim 19	8h00	Maury par la véloroute
	15h00	Balade à vélo « Histoire et patrimoine de Canet-en-Roussillon » APCM
Mar 21	9h00	Sortie journée Coustouges au départ de Céret avec pique-nique
Dim 26	8h00	Randonnée organisée par Palau-del-VIDRE
Mar 28	8h30	Le Port d'Envalira au départ de Bourg-Madame

Bonne route à tous!