



www.cth85.com

Trimestriel 172 - Mars 2026

La revue du cyclotourisme herbretais

Ce petit supplément d'âme !...

N'est-il pas là, meilleure définition pour expliquer les raisons pour lesquelles cette association née, le 6 novembre 1976, de la volonté de quelques bons copains, désireux de développer et encourager la pratique du vélo et partager ensemble leur expérience, a su traverser les époques, surmonter ses différents tout en continuant de convaincre les générations futures du bien-fondé de la décision prise ?...

Comment expliquer en effet une telle longévité, si ce n'est que de l'attribuer au devoir de transmission de véritables valeurs, qui en vérité, ne sont que le reflet, l'expression de sa grandeur d'âme, d'un bel état d'esprit, permettant d'éviter de possibles sorties de route ! ... **Que ce projet associatif et sportif à l'état embryonnaire devienne 50 ans plus tard une Institution à part entière de la vie associative du Pays des Herbiers aurait été à l'époque que pure spéculation !**

Oui c'est bien grâce à cette volonté incarnée au fil des années par chacun de ses membres, que ce projet a pris de la consistance et donné du sens à cette idée puisque, aujourd'hui, le CTH jouit d'une véritable notoriété grâce à son attractivité dont il n'a pas à rougir !!! Les nouvelles adhésions au profil sportif intéressant viennent me conforter dans ma démonstration !...

Oui face à l'évolution de nos pratiques cyclistes et sportives, VTT ou Route, le C.T.H est en mesure d'offrir à tous ses licencié.es les conditions suffisantes pour exercer sereinement leur discipline favorite et ce, quel que soit l'âge ou le niveau, pourvu qu'ils puissent avoir le choix de rouler avec le groupe le mieux adapté à l'état de forme du moment. **C'est en créant cet environnement propice à l'écoute et la bienveillance de chacun que la marge de progression individuelle et collective et l'intérêt porté n'est pas une vue de l'esprit, mais bien une réalité !...**

Oui notre capacité de mobilisation et notre qualité d'accueil lors de chacun de nos grands rendez-vous restent élevées et facilitent l'intégration des nouveaux licenciés. Elle est notre force, notre union, notre savoir-faire qui ne laisse personne indifférent, y compris les participants !... La préparation et l'organisation des brevets longue distance en sont la démonstration !...

Et non chez nous, il n'y a ni classement, ni performance, ni podium, mais il y a en revanche, un véritable esprit de camaraderie, d'entente et de partage entre toutes et tous. C'est ce petit supplément d'âme, ce dépassement de soi traversant les générations qui m'autorisent à afficher un réel optimisme quant à l'avenir de ce Cyclo Tourisme Herbretais ?...

Marquer de notre empreinte ce cinquantième anniversaire sera de nature à ravir ces grandes figures et se rappeler à leur bon souvenir !!! Grâce à tous ces présidents, secrétaires, trésoriers, bénévoles qui ont cru au projet et porté haut nos couleurs, que ce projet abouti fait aujourd'hui l'unanimité et la fierté de chacun. Soyez toutes et tous assurés de ma plus profonde gratitude.

Encore mille fois Merci !!!

**Pour le Cyclo-Tourisme Herbretais :
son Président, Ph.RAUTUREAU**



De nouveaux licenciés pour la saison 2026

Christophe BRIN

Christophe est retraité depuis début novembre, il exerçait le métier de chauffeur routier sur le grand Est en régulier.

Avant tout il s'est beaucoup occupé du foot où il a été aussi joueur.

Quand il arrête de pratiquer le foot, il adopte le cyclisme sur route avec ses copains d'Ardelay, dans des sorties le dimanche et le VTT plus principalement l'hiver.

Christophe s'était toujours dit qu'une fois la retraite sonnée, il prendrait une licence auprès du **CTH** pour rouler au moins le mercredi afin de côtoyer et connaître du monde.

Une fois sa prise de licence, il apprécie l'ambiance de rouler en groupe dans la semaine dans un club " bien sympa " à ses dires.

Il attend également de participer aux diverses animations proposées par le **CTH**, et de donner un coup de main lors des différentes manifestations annuelles.

Il aime aussi conjuguer à ce jour ses sorties avec du gravel en particulier l'hiver.

Bienvenue à lui au **CTH**.



Nicolas MORAND

Nicolas 62 ans, est en retraite depuis 2 ans, il a exercé dans la distribution de matériel électrique.

Il a débuté la pratique du vélo principalement en VTT vers l'âge de 40 ans avec des copains. Vers 50 ans il est passé à la route par suite de problèmes de dos, toujours en compagnie de copains et, c'est là qu'ils décident de rallonger leurs sorties de 3 voire 4 jours. De là leur est venue l'idée de ne pas pédaler idiot, mais de récolter des dons en créant les **Vélos du cœur**, il y a 18 ans avec Bernard Rondeau entre autres et 3 voire 4 copains.

D'où est né l'association en 2021. Chaque année à l'Ascension ils partent 3, 4 jours pour 4 à 600 kms.

Nicolas ressent le manque de rouler plus régulièrement, c'est pourquoi, après que Bernard ait franchi le pas, il officialise et signe sa licence au **CTH**, où il y trouve un club très accueillant, avec des personnes très à l'écoute et simplicité.

L'intégration s'est faite très rapidement au vu du nombre de cyclos qu'il connaît.

Nicolas attend aussi de participer aux multiples manifestations du **CTH** où il se fera un plaisir d'offrir son aide.

Bienvenue à toi dans cette grande famille du vélo.



Michel GOETZ

Michel a connu le **CTH** en faisant le BRM 200 km il y a 2 ans, en compagnie de Sébastien Coutant auprès duquel il a sympathisé. Il a par ailleurs récidivé cette année, dans un nouveau 200 km où il fait part d'une très bonne ambiance avec les gars.

Déjà à la clé les nouveaux BRM 2026 de Thouars et Fouras le motivent fortement.

En 2005, Michel a commencé la boxe thaïlandaise et en 2014 devient instructeur et crée avec deux autres copains le club de

discipline similaire à Montagu.

Parallèlement il courait des petites distances pour quand même finir par se faire un 100 km en Ultra Trail.

Un peu marre de coacher, Michel a souhaité prendre du temps pour lui.

Michel en est à sa 3^{ème} saison en compétition cyclisme à Montagu, ce qui nous laisse dire que c'est un grand sportif.

Par ailleurs son projet peut être surréaliste (selon ses dires) c'est de participer au prochain Paris Brest Paris 2027, qui sera pour lui une totale découverte.

Nous lui réservons notre meilleur accueil et bon courage pour la suite dans ces épreuves.

Michel VAILLANT

Michel travaille sur les chantiers nautiques **Jeanneau**, et côté sportif il pratique le triathlon aux Herbiers depuis sa création en 2009 et justement ce qu'il l'a attiré vers le **CTH** c'est la pratique du vélo en groupe et de rouler en plusieurs niveaux.

Il a effectué de multiples compétitions en course à pied comme des Ironman (3,8 km de nage, 180 km de vélo route et 42 km course à pied rien que ça), La diagonale des fous à la Réunion avec 176 km, pour ne citer que celles-ci.

Il a été président du club de triathlon et déjà le couple avait décidé d'inscrire leurs enfants au **Vélo-Club-Herbretais**. De ce fait, il connaît depuis longtemps les clubs **VCH** et **CTH** et la complémentarité du vélo avec la discipline du triathlon.

Une fois l'invitation faite par Alexis : « *Allez vient rouler avec nous* » Michel souhaite avant tout se donner aux BRM pour les grandes et longues distances.

Nous lui souhaitons la bienvenue au club du **CTH**.



Philippe RIGAUDEAU

Philippe 61 ans, retraité, a travaillé toute sa carrière au sein de l'entreprise cuisine YOU. Cela fait très longtemps qu'il pratique le vélo avec une petite équipe de 8 cyclos dont quelques collègues de boulot depuis les années 80.

Il s'est acheté son 1^{er} vélo avec son premier salaire, ils roulaient le dimanche, par la suite plusieurs d'entre eux sont entrés dans le **CTH** et lui également ceci dans les années 90 où il est resté 3 voire 4 années.

Philippe s'est toujours dit qu'une fois, la retraite sonnée il reprendrait une licence au **CTH** avec comme objectif de rouler en groupe, avoir du contact et acquérir une connaissance plus complète de la région dans les sorties hebdomadaires.

Il apprécie la bonne convivialité au sein du club du **CTH**.

Il envisage aussi de participer pourquoi pas aux **BRM 2026** une fois que l'entraînement régulier sera là.

Nous lui souhaitons la bienvenue au **CTH**.



Sylvain BRETON

Sylvain vient du Sud de la Vendée, à côté de Luçon. Installé aux Herbiers pour le travail depuis 12 ans, il exerce chez **K LINE** en tant que chargé de clientèle.

Il pratique essentiellement le VTT, discipline où il est un grand passionné. Après quelques recherches sur les réseaux et une prise de contact auprès de Nicolas Courbeix, où il reçoit un accueil plus que chaleureux et une multitude d'informations, il signe sa licence, puis sa 1^{ère} sortie a lieu le 02 septembre 2025 en VTT. Sylvain y découvre le plaisir de rouler en groupe, la bonne ambiance, des circuits très variés et un rythme parfaitement adapté au **CTH**. Il vante très sincèrement la solidarité et l'esprit de groupe présents au sein des vététistes. À côté de cela, Sylvain pratique également le badminton aux Herbiers ainsi que l'ultimate (frisbee). Il a particulièrement adoré la sortie nocturne VTT et le charme du petit ravitaillement avec vin chaud aux Alouettes, la convivialité et le plaisir d'avoir fait connaissance avec quelques cyclos présents lors de cette manifestation.

Un peu « chauffé » par certains de ses amis vététistes « *Allez, on s'inscrit !* » Il évoque désormais une possible participation à la semaine VTT en septembre en Belgique, avec un objectif d'endurance.

Sylvain, bienvenue dans la grande famille du vélo du **CTH** toutes sections confondues.



Propos recueillis par Michel Cauneau / Photos CTH / mise en page: Gino



La salsa des vieux démons !

Comme aurait pu chanter avec humour Alain Souchon s'il avait signé au CTH :

« **Dans la basse-cour du peloton, on mélange les opinions
On échange sur le temps qui passe, sur la forme qui parfois nous lâche
Mais comprenez-moi c'est une migraine
Mes pauvres jambes sont à la peine** »

Le sens profond de cette mélodie raisonne comme une rengaine qui hante nos esprits agités par les années qui défilent, installant la crainte éternelle du cycliste : le moins bien avec en sous-entendu une question lancinante : et si c'était le début du déclin ?

Face à cette énigme existentielle certains renoncent, d'autres s'accrochent mais tous écrivent le grand thriller cycliste : « **la grande bascule** »

Pas de panique les amis, la science est plus claire que nos pensées, il nous reste des pistes pour échapper aux solutions radicales et à la déprime : **résistons, prenons le maquis.**

Quels sont les effets du temps sur notre organisme ?

Le muscle perd en puissance et en récupération : un muscle qui travaille avec intensité doit se restructurer après l'effort, réparer les lésions et renouveler les fibres altérées. Avec l'âge cette phase de restauration permanente est plus longue, plus difficile, compliquée par une alimentation de moins en moins adaptée et déficiente en apport protéique (on mange moins et différemment). Si nous répétons des efforts longs et intensifs, faute de récupération musculaire, arrivent des séquences de lassitude et de fatigue à la fois déroutantes et délicates à gérer. Le cycliste doit faire évoluer sa préparation avec l'âge en privilégiant sa fraîcheur physique donc sa récupération.

Le cœur monte moins haut et moins bien avec l'âge. De ce fait, transportant moins d'oxygène, le sang prive le muscle de carburant et l'amène trop vite dans des zones de travail exigeantes en terme énergétique (les réserves sont vite consommées) donc trop fatigantes. Des exercices de préparation à l'intensité sont donc nécessaires pour travailler la VO2 max (volume d'oxygène transporté) contrariant les idées reçues ou les cardiologues prudents qui incitent à la modération dans l'effort. L'intensité brève, mais l'intensité malgré tout, reste indispensable pour améliorer les capacités d'explosivité et de puissance : piochons brièvement.

Le mental : remplacer l'entêtement ou le renoncement par la clairvoyance pour alimenter confiance et envie, indispensables ingrédients pour oser avec joie. Evitons deux travers : en faire trop peu et devenir un diesel, ou en faire trop et trainer une sorte de fatigue chronique.

Conduite à tenir sur le vélo

Sorties longues : le foncier représente 80 pour cent du travail avec sorties longues à allure contrôlée surtout dans le dénivelé.

Sortie courtes : 20 pour cent du travail à vélo sera consacré malgré l'âge à la haute intensité en séquences brèves type sprint ou fractionné. Seul l'effort intense prolongé est contre indiqué sans oublier de travailler sans vitesse de jambes la force indispensable pour le renforcement musculaire.

Récupération : surveiller la nutrition notamment l'apport protéique le plus souvent en dessous des besoins (viande blanche, œufs, produits laitiers).

En conclusion

Ne pas céder aux croyances et idées reçues, tous ces doutes qui poussent à accepter le renoncement alors que le rêve reste toujours accessible et bienfaiteur. Comprendre que bien piloter son corps reste le cheminement vers le plaisir de rouler encore et encore.

Le cycliste est comme la voiture de collection, l'état de conservation et d'entretien compte davantage que l'année de mise en circulation.

Loic.

CALENDRIER CYCLO-TOURISTE

Départ
Le samedi 13h30
Le dimanche 8h00
Le mercredi 13h30

4 & 5 avril		
Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	9	9
La Gaubretière	13	13
St Martin des Tilleuls	18	18
La Verrie	23	23
Rochard	27	27
Le Puy St Bonnet	34	34
La Tessoualle	38	38
Moulin	44	44
Mauléon	50	50
St Amand s/sèvre	58	58
La Pommeraie s/sèvre	62	
La Flocelière	70	
La Chagnaie	74	
Le Boupère	78	
St Paul en Pareds	84	
Les Herbiers	90	79

Lundi 6 avril		
Les Herbiers	0	0
Mesnard La Barotière	9	9
St Fulgent	16	16

RANDO LA FULGENTAISE

Lieu : complex sportif rue du stade

Route : 55 et 75 kms
Participation CTH

CTH Samedi 11 avril

BRM 200 KMS

BRM 200

THOUARS (79)
Samedi 11 Avril 2026
tél : 06 12 54 80 05
daniel.bousseau@orange.fr

11 & 12 avril		
Les Herbiers	0	0
L'ouvrierière	6	6
La Gaubretière	12	12
Les Landes Genusson	17	17
La Bruffière	25	25
La Bernardière	34	
St Hilaire de Clisson	38	
Vieilleveigne	52	
L'Herbergement	60	
Les Brouzils	66	44
Chavagnes en Pailliers	72	50
Bazoges en Pailliers	81	60
=> Beaurepaire		
Les Herbiers	93	70

LES SORTIES DU WEEK-END

Rendez-Vous 6 rue de la Guerche

Autres randonnées Le 12 avril

ROCHESERVIÈRE 12 AVRIL 2026
RANDO DES LUTINS
INSCRIPTION dès 7h30 à LA SALLE PIERRE AUX LUTINS
TARIFS 7€ (adulte licencié FFVélo)

LA CHATAIGNERAISIENNE 12 AVRIL 2026

15h30-14h59 km
S'inscrivent sur les circuits
Faites à vos glorieux !
Circuit de 15,30 km
Circuit de 14,59 km
Circuit de 13,80 km
Circuit de 12,50 km
Circuit de 11,50 km
Circuit de 10,50 km
Circuit de 9,50 km
Circuit de 8,50 km
Circuit de 7,50 km
Circuit de 6,50 km
Circuit de 5,50 km
Circuit de 4,50 km
Circuit de 3,50 km
Circuit de 2,50 km
Circuit de 1,50 km
Circuit de 0,50 km

18 & 19 avril		
Les Herbiers	0	0
Le Gué-Jourdain	10	10
Mouchamps	13	13
St Cécile	19	
St Martin des Noyers	25	
St Hilaire le Vouhis	31	
Chantonay	38	
Puybéliard	40	22
Sigournais	44	26
=> Mouilleron sur 4 km		
A gauche Velaudin	48	30
Tallud Ste Gemme	54	36
D89 à droite et à gauche		
La Grignonnière		
La Meillaie Tillay	62	44
Le Boupère	71	53
Rochetjoux	76	58
Berton- Bariteau	80	62
St Paul en Pareds	81	63
Les Herbiers	87	69

25 & 26 avril		
Les Herbiers	0	0
La Gaubretière	10	10
La Verrie	16	16
Mortagne s/Sèvre	22	22
St Christophe du Bois	26	26

Dimanche 26 avril
La Christophorienne
Salle des fêtes centre ville Eglise
7€ pour les adultes
3 parcours cyclos de 43 à 73 kms

Participation CTH
Retour au choix de chacun

La Séguinière	30	30
Le May s/Evre	41	
Trémentine	51	
Nuillé	54	
Mazière en Mauges	61	
La Tessoualle	66	41
Le Puy St Bonnet	69	44
St Laurent s/Sèvre	74	49
St Malo du Bois	78	53
Les Epesses	84	59
Les Herbiers	94	69

1 ^{er} mai		
Parcours rando du club		
Les Herbiers	0	0
Le Gros bois	5	5
St Paul en pareds	10	10
La Champrenière	14	14
La Limouzinière	16	16
La Burlandière	18	
La Bessonnière	20	
L'Epaul	21	
La Baritaude	23	
St Mars la réorthe	26	
La Marière	30	24
La Creulière	33	27
Les Enfrins	34	28
Le coup de Brisque	36	30
Mt des Alouettes	41	35
Chambreaud	46	40
La Verrie	52	
La Tour_la Martinière	57	
St Aubin des Ormeaux	60	
St martin des tilleuls	63	50
La Gaubretière	67	54
La Simbrandière	71	58
La Souchaie	73	60
=> Mesnard la barotière		
Les Herbiers Parc Eque	84	71



2 & 3 mai		
Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
St Prouant	14	14
Monsireigne	16	16
Réaumur	30	30
St Pierre du Chemin	39	
Menomblet	44	
La Forêt s/sèvre	51	
St André s/sèvre	54	
St Mesmin	59	42
La Pommeraie s/sèvre	65	48
Les Chatelliers	70	53
Les Epesses	77	60
St Michel mt mercure	83	
Les Herbiers	94	70

ST HILAIRE DE CLISSON

Randonnée Rand' Omelette 3 MAI 2026
PEDESTRE • CYCLO • VTC
4 circuits de 8 à 25 KM (ouvert route)
3 circuits de 55 à 90 KM
1 circuit de 20 km
Libre de 7h à 8h45
Sur les parcours
Départ de 7h30

Rando au Pays des Alouettes 29^e édition
8 MAI 2026 LES HERBIERS

LES CIRCUITS
VTT (5) Marche (5)
Gravel (3) Cyclo (3)

Appel à tous les bénévoles pour l'organisation de la randonnée

9 & 10 mai		
Les Herbiers	0	0
=> Beaurepaire		
Bazoges en Pailliers	13	13
St Fulgent	20	20
St André Goule d'Oie	22	22
Les Essarts	29	29
La Chaize le Vicomte	44	
Thorigny	52	
Bournezeau	60	
St Hilaire le Vouhis	67	42
St Cécile	74	49
=> Mouchamps		
Les Herbiers	92	67

Jeudi Ascension		
Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	9	9
St Fulgent	16	16
Chauché	24	24
La Copechagnière	30	30
D 18 La Chabotterie		
St Sulpice le Verdon	39	
Les Lucs sur Boulogne	47	
Le Poiré sur Vie	56	
Belleville sur vie	64	
St Denis la Chevasse	71	35
Chavagnes en Pailliers	83	47
Bazoges en Pailliers	93	57
Beaurepaire	96	60
Les Herbiers	105	69

16 & 17 mai		
Les Herbiers	0	0
St Paul en Pareds	6	6
St Mars la Réorthe	13	13
Chateaurmur	22	22
St Amand s/Sèvre	26	26
Mauléon	34	34
St Aubin de Baubigné	39	
Les Aubiers	47	
Nueil s/Argent	49	
D33 Le Pin	60	
Combrand	63	
A gauche Montravers	68	47
La Pommeraie s/Sèvre	73	52
Les Chatelliers	77	56
Les Epesses	85	64
Les Herbiers	94	74

Randonnée des Bois d'Anjou
Organisé par le Vélo Club Cyclotouriste de Sornioire
Dimanche 17 mai 2026

Randonnée pedestre : 5 km, 8 km, 12 km, 16 km et 19 km.
Randonnée cyclo : 30 km, 67 km et 85 km.
Randonnée VTT : 35 km et 55 km.
Tarifs : 7,00€ (adulte de 16 ans à 70 ans), 4,00€ (enfant de 6 à 15 ans), 2,00€ (senior de 70 ans et plus).
Accueil : salle des sports (route d'Esmaillé) - SOIRIE
Inscriptions sur place de 7h30 à 10h30 - Café et boissons offerts pour bien commencer !
Ravitaillement sur tous les circuits et assiette garnie à l'arrivée.
Apéritif offert à l'arrivée.

23 & 24 mai

Les Herbiers	0	0
Le Gué Jourdain	10	10
Mouchamps	13	13
St Cécile	19	19
St Martin des Noyers	25	25
La Ferrière	37	
Château-Fromage		
La Roche les oudairies	47	
La Bretèche		
Les Poudrières		
La Ferrière	61	
La Merlatière	68	37
Les Essarts	74	43
St André Goule d'Oie	82	51
St Fulgent	84	53
Mesnard la Barotière	90	59
Les Herbiers	98	67

LES SORTIES DU WEEK-END

Dimanche 31 mai

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
Puybéliard	21	21
St Mars des Prés	25	25
St Philbert du Pont	29	29
D106 sur 2 kms		
A gauche => Villeneuve		
St Juire Champjuillon	40	
St Hermine	45	

**31/05/26 SALLE POLYVALENTE
RUE FLANDRES DUNKERQUE
RANDO DU PÈRE LA VICTOIRE
65 et 85 kms
Participation CTH**

=> Fontenay

A gauche D8 Thiré	49	
à gauche D10		
D10 Champjuillon	52	
D10 St Martin-Lars	55	
D10 St Hilaire du Bois	60	34
Bazoges en Pareds	65	39
Chavagnes les Redoux	72	47
Monsireigne	76	51
St Prouant	78	53
St Paul en Pareds	86	61
Les Herbiers	92	67



13 & 14 juin

Les Herbiers	0	0
Le Gué-Jourdain	10	10
Mouchamps	13	13
St Cécile	19	19
Les Chaffauds	24	24
Le Fuiteau	32	32
L'Angle Guignard	34	34
La Réorthe	39	39
=> Chantonay à dr D106		
St Philbert Pt Charrault	46	46
St Mars des Prés	50	50
Sigournais	54	54
Chavagnes les Redoux	60	
D43 Tillay	63	
D13 Le Boupère	73	
St Prouant	77	64
St Paul en Pareds	85	72
Les Noyers	88	
La Marière		
Les Herbiers	95	78

Samedi 20 juin la pays de retz

Les Herbiers	0	0
Mesnard la barotière	9	9
Vendrennes	13	13
St André-g-d'oie	19	19
Chauché	26	26
St Denis la chevasse	34	34
Les Lucs sur boulogne	45	45
Beaufou	49	49
St Etienne du bois	55	55
Touvois	66	66
St Etienne de mer mor	73	73
Bois de Cené	84	84
St Gervais	93	
La Barre de mont	106	
Ile de Noirmoutier	110	
Le Gois	114	



Bouin	133	93
Port du collet	140	100
Les Moutiers en retz	144	
La Bernerie en retz	148	
Le Clion sur mer	153	
Chauvé	159	
La Sicaudais	165	
Chémeré	176	114
St Hilaire de chaléons	181	119
=> St Pazanne		
St Philbert de grd lieu	202	139
St Coloman	208	145
St Philbert de bouaine	214	151
Vieillevine	222	159
L'Herbergement	230	167
Les Brouzils	235	172
Benaston		
La Rabatelière	242	179
St Fulgent	249	186
Mesnard la barotière	256	193
Les Herbiers	264	201

20 & 21 juin

Les Herbiers	0	0
Les Epesses	9	9
Mallièvre	14	14
Treize-Vents	16	16
La Chapelle Largeau	20	20
Loublande	24	24
La Tessoualle	28	
Maulévrier	37	35
=> Chanteloup les Bois		
Etang de Péronne	47	
A droite D 65 sur 1 km		
A gauche D 158		
Toutlemonde	54	
Mazières en Mauges	59	
La Tessoualle	65	44
Le Puy St Bonnet	68	47
Mortagne s/Sèvre	73	52
La Verrie	78	57
La Gaubretière	84	63
Beaufort	88	67
Les Herbiers	97	75

Autres randonnées Le 21 juin

Randonnée de la coulée verte
Chanverrie (La Verrie)
Organisateur :
Routes et Sentiers la Verrie
Lieu de R-d-V : Stade

27 & 28 juin

Les Herbiers	0	0
La Gaubretière	10	9
St Martin des Tilleuls	15	13
St Aubin des Ormeaux	17	15
La Martininière		
Le Cou la Tour	23	23
A g la Marquière		
Mortagne s/Sèvre	30	30
Le Puy St Bonnet	35	35
La Tessoualle	39	39
Mazières en Mauges	44	
D200 Nuaillé	51	
=> Veuzins à droite		
D148 Toutlemonde	57	
D 148 Maulévrier	63	
St Pierre des Echaub	66	
Loublande	74	
La Chapelle Largeau	78	46
Treize-Vents	82	50
Mallièvre	84	52
Les Epesses	88	56
Les Herbiers	98	66

Randonnée de La Ferrière (85)
28 JUN 2026

Départ complexe sportif : 7h30 - 9h30
Sandwichs boissons et animations à l'arrivée

Lundi de pentecôte

Les Herbiers	0	0
La Gaubretière	10	10
Tiffauges	20	20
Torfoü	23	23
Roussay	31	31
La Renaudière	35	
St Philbert en Mauges	40	
Andrézé	46	
Le May sur Evre	52	
La Séguinière	62	42
St Christophe du Bois	66	46
Mortagne s/Sèvre	71	51
La Verrie	76	56
Chambretaud	83	63
Les Enfreins	88	68
Les Herbiers	93	73

Samedi 30 mai la gegene

Les Herbiers	0	0
St Fulgent	15	15
Chauché	23	23
Dompierre s/Yon	38	38
Venansault	52	
Beaulieu sous la Roche	61	
Les Clouzeaux	71	
La Boissière des landes	82	
St Vincent sur graon	91	
Le Champ St père	95	
Rosnay	101	
Thorigny	111	
Bournezeau	118	
St Martin des Noyers	128	60
St Cécile	134	66
St Vincent sterlange	137	69
Mouchamps	141	73
Les Herbiers	153	85



2026 Randonnée de la rose
Les Sables d'Ormeau
Dimanche 31 Mai

Randonnée pour les féminines et tandems mixtes, organisée par le Comité Départemental de Vendée, avec le concours des Cyclos du C.T. Sablais

6 & 7 juin

Les Herbiers	0	0
=> La Gaubretière	9	9
Tiffauges	22	22
Torfoü	25	25
La Bruffière	32	32
Treize-Septiers	36	36
la Guyonnière	39	39
St Georges de Montai	44	44
Chavagnes en Paillers	53	53
Les Brouzils	58	
Chauché	66	
St Fulgent	74	
Mesnard la Barotière	81	
Beaufort	86	64
Les Herbiers	95	73

Sortie découverte féminine du club le 7

Rando Vélo Féminines
Partageons une matinée à vélo!



SORTIE DU MERCREDI

RUE DE LA GUERCHE

DEPART 13H30-13H45



1 Avril 73 Km La Bruffiere

Les Herbiers / Les peux
La Belletière / la Maison Neuve
L'Auraie / Beaurepaire
La Gaubretière Tiffauges
Bel-Aire / Le Plessis
La Nerrinière /La Chaumière
La Bruffière / Roche Fleurie
La Chartencière / Les Borgnières
Boissière de Montaigu
La Brossardière /La Grandinère
Lac de la Bulière / Château D'eau
Le Plessis /Le Vignaud
La Rivière Galochon / Paillers
Mesnard La Barotière / La Boule
La Patte / Ardelay / Herbiers

8 Avril 72km St Mars des Prés

Ardelay /La drapelière
Le Gué Jourdain / Mouchamps
La Grange Gallut / La Bobinnière
Les Ardillers / L'Hôpitaux / St Cécile
St Vincent / Les Roches Baritaud
Puybelliard / St Mars des Prés
Sigournais / La Galdebillièrre
La Motte : Les Gornières
La Débuterie => St Paul
A/d Thibaudière / Les Roches a/d
La Champrenière A /g La Barbère
4routes Chambaudière / Croix Barat
St Mars /Le Pressous / Pelleterie
Ardelay / Les Herbiers

15 Avril 69 Km Torfou

Les Herbiers / L'Aurière /Mesnard
=>St Fulgent A/d Millère / Paillers
Bozoges en Paillers / Rancunelière
La Lisière / Les Boucherie
Les Landes Genusson
L'Ouvardièrre / La Bruffière
D146 Torfou / Tiffauges
Les Noues St Martin des Tilleuls
La Gaubretière / => Chambreateau
A/doite Dugerie / Mont des Alouette
Les Herbiers

22 Avril 76 Km La Réorthe

Les Herbiers/ St Paul
Débutrie /Les Gornières /
Les Gornières /Les Noue
St Germain /Puybelliard
St Mars des Prés
La Roche / St Philbert / La Barre
Villeneuve / La Réorthe
L 'Assemblée des deux Lay
Le Fuiteau / Les Chauffauds
St Vincent Serlanges La Tranchais
Mouchamps / Gué Jourdain
La Drapelière Les Herbiers

29 Avril 73km Rorthais

Les Herbiers Ardelay
ST Paul / La Chambaudière
L'Epaud / St Michel / La Flocellièrre
Dortière /Pommeraièrre sur Sèvre
La Billière / Combrand / Marrière
La Rivoire / Conilière/ Vaubaillou
Rorthais / LeTillac / St Amand
Les Roche / Bas Châtelliers
Les Epesses St Mars
Les Herbiers

6 Mai 79km ST Sulpice le Verdon

Les Herbiers L'Aurière / Mesnard
St Fulgent / Chauché / La Brossette
D13 L'Ermitage / Essiré / La Fumoirre
La Boulay / La Limousinière
ST Sulpice le Verdon
L'Herbergement / Les Brouzils
Benaston / Chavagnes en Paillers
Bazauges en Paillers / Beaurepaire
Les Herbiers

13 Mai 84km St Hilaire de Clisson

Les Herbiers Les Peux
Gaubretière / Landes Genusson
L'Ouvardièrre / St Symphorien
Treize Septiers La Bernardière
St Hilaire de Clisson
St Hilaire de Loulay / Montaigu
St Georges / Le Pont Léger
A/ d Bazoges Rivière Galochon
Paillers / Mesnard La Fournerie
Les Herbiers

20 Mai 79 km Mauléon

Les Herbiers / Ardelay / St Mars
Les Epesses / Le Puy du Fou
St Malô du B / St Laurent sur Sèvre
La Chapelle Largeau / Moulin
Mauléon / Le Coudreau
Marssaudières / Barangerie
St Amand sur Sèvre
Châteaumur / La Savarière
la Roussière / Beaufou
La Siciotière/ La Chagnais
Le Boupère / Les Davière
St Paul / Les Herbiers



27 Mai 89km Château Fromage

Les Herbiers / Le Gué Jourdain
Mouchamps / La Tranchais
St Vincent Sterlanges / St Cécile
St Martin d Noyers / Les Grève
La Ferrière / Château-Fromage
Rond Point de Ajoncs La Viallière
La Ferrière / L'Airière / Merlatière
Chauché / St Fulgent / Mesnad
La Fournerie / Les Herbiers



10 Juin 82km Cerizay

Les Herbiers// St Paul//le Boupère
La Chagnais / Pas Français
Boctière /Les Echardières
Flocellièrre / Vilcreux / Roidan A/g
Limouzinière / Béquinière / Branle
Beauchêne / Cerizay / Montravers
Pommeraièrre /St Amand /la Roches
Rabinère /La Baud / Girardièrre
Epesses / Chambreateau
Les Enfrin / Les Herbiers

17 Juin 81k St Pierre des Echaubrognes

Les Herbiers / Les Peux
La Châtaigneraie / Chambreateau
Malô /St Laurent sur Sèvre
Les Suissières / Côte fer a cheval
Loublande / St Pierre Echaubrognes
Remouzinière A/g Les Oulleries
St Aubin Daubigné / Rorthais
St Amand / Châteaumur
Nouzillac / St Mars Le Pressou
Les Herbiers

ATTENTION HORAIRES DE JUIN

SUSCEPTIBLES DE MODIFICATIONS

EN CAS DE FORTES CHALEURS

3 Juin 80Km Montigné sur Moine

Les Herbiers/ Les Peux / Gaubretière
St Martin des Tilleuls /Les Noues
Tiffauges /Torfou / Montigné s Moine
Rimbaudièrre / Gerbaudièrre 1^{ère} a/c
La Méchinaudièrre / Boussay
La Bruffière / Treize Septière
La Guyonnière / Le Lac Chausselièrre
La Mazure / Bazauges en Paillers
Rivière Galochon / Paillers
Mesnard/ L'Aurière / Les Herbiers

24 Juin 87km Thorigny

Les Herbiers La Jonchère
Rochetjoux La Bertaudière
St Germain /La Sangle / Les Fournils
La Marzelle / L'Angle/ Bournezeau
Thorigny / Fougéré / St Martin
L'Oie / La Goussaie
Vendrennes / Mesnard
La Fournerie Les Herbiers

**SUR UN VÉLO
ON BOIT DE L'EAU
UNE FOIS SUR
TERRE ON BOIT
DE LA BIÈRE**

Nos amis disparus

Jean-Luc Denieau

Jean-Luc Denieau n'est plus, notre copain, notre ami nous manque. Nos pensées émues lui sont adressées, comme celles qu'il exprimait à l'égard de ses copains qui avant lui, avaient rejoins l'éternel repos. Pilier incontournable du CTH depuis 1977, un an après la création du club, aucune année de licencié ne manquait à son actif. 2025 en fut l'ultime. Nous garderons de lui son enthousiasme, son entrain, sa générosité, sa loyauté sportive, sa camaraderie infaillible, sa grande discrétion, son attention pour chacun de nous. Tout ce que le club peut recevoir de mieux de la part d'un licencié.

Pour Geneviève son épouse, ses enfants et toute les siens nous leur renouvelons nos regrets et nous nous unissons à leur peine.



Gilbert Paillat

Pas moins de 7 médailles et autres trophées disposés sur un coin de table de la salle à manger pour nous rappeler au bon souvenir de notre ami Gilbert. Il est vrai que son visage, cette figure qui a tant donné de sa personne pour servir l'intérêt et participer à l'activité de son club reste inconnue pour bon nombre de licenciés. Il suffit pourtant de se remémorer le temps où il consacrait du temps à fabriquer matériel et autres équipements pour l'organisation des manifestations du club.

Entré à l'âge de 33ans, (âge du Christ comme il aimait le rappeler) sous l'impulsion de nos amis Alain.T, Gégéne.B et quelques temps plus tard, son ami Guy.R, Gilbert a réalisé pas moins de 4 Bordeaux-Paris entouré de ses plus proches amis. Ce groupe de cyclos constituait à l'époque le noyau, le cœur du CTH dans les années 2010.

Grâce à cette proximité, grâce à ce lien sportif et affectif qu'il a su entretenir, il a pu enchaîner les semaines fédérales et ses longs cortèges de cyclistes avisés, avides de curiosité et de découvertes. Gilbert était un courageux, un dur au mal, capable de tenir les longues distances, sans jamais se départir, ni perdre de vue l'objectif qu'il s'était fixé. **Un modèle pour les adeptes du cyclo tourisme !**

L'équipe du petit journal tenait à lui rendre un hommage ému et appuyé pour cette parfaite complicité, ce plaisir partagé et remercier très chaleureusement son épouse Marie-Odile, ainsi que son fils Franck, licencié au CTH, pour l'avoir soutenu tout pendant cette longue et terrible épreuve et de nous avoir aussi gentiment reçus pour nous raconter son histoire et honorer sa mémoire encore vive !



Pour le CTH : son Président Ph.Rautureau

Koh-Lanta façon CTH

Fallait quand même être un peu givré ce 26 décembre !!

En effet, le foie gras et les huîtres à peine digérés, alors que les températures frôlaient le zéro degré et que le soleil avait déjà mis son pyjama, une bande de joyeux Vttistes, frontales vissées au casques et gilets jaunes (à col roulé) s'élançait sur les pentes de la Maha pour prendre ensuite la direction du parking des Alouettes afin d'y déguster un revigorant vin chaud. La nuit venue retour au local via Montassier pour un debrief convivial et un agréable moment entre jeunes vttistes et vieux routards.

Au-delà du côté fun de l'exercice, ce que les uns et les autres retiennent, c'est surtout un instant de partage et d'échanges entre licenciés d'un même club mais pratiquant une discipline qui ne nous permet malheureusement pas de nous croiser souvent pour apprendre à nous connaître.

Ce genre d'occasions restent rare dans la vie de notre club, donc ne pas hésiter à les saisir quand elles se présentent, quitte à sacrifier une petite soirée au chaud devant la télé à regarder Koh-Lanta et l'année prochaine venez tenter l'aventure et déguster un excellent vin chaud.

Bernard Rondeau



44*18 A TOUTE BERZINGUE

Essayage

« Comment tu me trouves ? » « Ça me boudine pas trop ? »

« Je prendrais bien aussi ce petit haut »

Hé non ! Nous ne sommes pas chez Brousseau encore moins à la Fashion Week mais bien au local rue de la Guerche lors d'une séance d'essayage de la future tenue du CTH.



Erratum.

Avant de frôler l'incident diplomatique je tiens à profiter de cette rubrique pour un petit rectificatif du dernier 44 18.

En effet, un illustre participant natif d'une terre de géant a été zappé de la liste des participants du périple du Massif Central. En espérant obtenir sa clémence pour ce regrettable oubli...

50 ans du CTH

Déjà 4 réunions pour la commission d'organisation du cinquantenaire du CTH.

Nous mettons tout en œuvre pour vous concocter une journée d'exception et pleine de surprises. Par conséquent et pour être certains de ne rien louper, sortez vos agendas et bloquez la journée du 26 septembre car il n'y aura peut-être pas de place pour tout le monde !!!



Improbable rencontre au pays des Kangourous

Entre licenciés du CTH il peut nous arriver de nous croiser dans le bourg, à la boulangerie, chez Brousseau, plus rarement à la sortie de la messe mais le plus souvent à bicyclette sur nos routes bocageuses.

Certains voient plus grand et surtout plus loin et c'est à l'autre bout du monde et plus précisément sur un marché à Melbourne que Claude et Patrice se sont croisés !

Va savoir, peut-être que nos 2 compères du CTH n'avaient tout simplement pas téléchargé le bon itinéraire GPS sur le site CTH85, J'ai vérifié, pas un seul parcours ne passe par Melbourne !

Galette des Rois

Gaspard Melchior et Balthazar n'étant pas dispos, c'est donc Remy et Jean Yves qui ont assuré l'organisation de la traditionnelle galette des rois.

Beau succès pour cette soirée où nous étions environs 70 à être couronnés ou médaillés en remerciement du soutien apporté durant les derniers championnats de France

Merci à eux pour cet agréable moment.



Message de soutien pour Yvon Daniel victime d'un accident domestique. Nous lui souhaitons un prompt rétablissement pour un retour dans le peloton au plus vite.

A vos agendas :

Petit rappel pour les amateurs de longue distance pensez à vous inscrire pour le prochain BRM 200 le 11 avril 2026.

b2dm
IMPRIMEURS

02 51 57 43 06

AMG
MÉTALLERIE

02 51 65 26 18
contact@amg-metallerie.fr

ZA La Souchais 85500 BEAUREPAIRE

FLORIAN LABORIEUX
PEINTURE | DÉCORATION | RAVALEMENT

tél. 02 51 63 55 25 | port. 06 71 78 20 39
15 rue de Prunelles | 85500 Mesnard La Barotière

MAISON DION
JARDINERIE & CAVE

www.maisondion.fr

St-Fulgent 02 51 42 75 41
Les Herbières 02 51 67 10 64

Baptiste DOUSSIN
RAVALEMENT

Neuf & Rénovation
Les Herbières
TEL. 06.27.04.42.04
www.doussin-ravalement.com

ATLANTIQUE GRAVURE
MIROITERIE DECO

M M A
Gérard PELLOQUIN
ASSURANCES

15 Bis Avenue des Sables
85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 67 11 64

64 Rue La Fontaine
85110 CHANTONNAY
Tél. 02 51 94 32 18

g.pelloquin@mma.fr

Créations DU BOCAGE
PAYSAGISTE

Cycles BERLAND 85

Beta Peugeot ORBEA Gazelle

7 Rue de Gradine - 85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 67 18 34 - crberland@hotmail.fr
www.cyclesrolandberland.com

Art et Ciseaux
COIFFURE

1 Rue du Bignon - 85 500 LES HERBIERS
02 51 64 72 99

SAS GARAGE Martineau

CITROËN

40 AVENUE GEORGES CLEMENCEAU
85500 LES HERBIERS
02 51 91 07 50

Crédit Mutuel

Agence du Crédit Mutuel Les Herbières
Centre Commercial Ardelay
27 B avenue Georges Clemenceau
85500 LES HERBIERS

CFCMO - RCS La Roche/Yon B 307 049 015. 2020

CHERVET OPTICIENS

Le Professionnalisme au service de l'élégance

WWW.OPTIQUE-CHERVET.FR • 02 51 91 04 90 • LES HERBIERS

R & LEC
Electricité générale • Poseur électroménager

HYPER U Les Herbières
Commerçants autrement

HYPER U Les Herbières

TECHNOLOGIE
CULTURE
BILLETTERIE
DRIVE
SUSHI DAILY
LIVRAISON FUEL à domicile
flunch
SERVICE APRES-VENTE
location

www.hyperu-lesherbières.com

02 51 91 02 97

Avenue de la Maine • 85500 LES HERBIERS

Remerciements aux partenaires du C.T.H.

