



■ EDITO – MARIAGE CONTRE NATURE

LA COHABITATION CYCLO - AUTO

Tout a été dit ou presque sur cette cohabitation difficile. Pour les connectés de la toile, les sites sur la sécurité routière et les blogs sont nombreux pour relater ce fait : **le cyclo la bête noire de l'automobiliste et vice versa**. Quelle dualité pour chacun d'entre nous tantôt l'un et tantôt l'autre !

Selon l'article R189 du code de la route il est parfaitement autorisé de rouler à deux de front lorsque la chaussée le permet. Si les automobilistes respectaient simplement les distances de sécurité quand ils dépassent un vélo (pour mémoire 1m50) et les règles de priorité cela serait déjà une belle avancée. Les cyclos casqués et bardés de vêtements fluorescents se signalent pourtant irrécusablement. Certains groupes se déplacent avec une auto devant et une en arrière équipées d'un gyrophare en guise de signalisation. Niveau sécurité, là, c'est le top ! Et alors !

On peut aussi parler du comportement de ces cyclistes qui grillent les feux tricolores ou les stops pour ne pas déchausser, de ceux qui n'utilisent pas les bandes cyclables existantes et ceux qui roulent en troupeau comme au TDF. C'est sans compter également sur les chapelets de jurons utilisés d'égale façon dans les deux camps.

Mais non la route n'est pas un circuit où chacun fait ce qu'il veut sans regarder les autres usagers. Très rares sont ceux qui n'ont pas la connaissance de l'autre pour appréhender les différences de vitesse, et, il en va de même pour la gestion du déplacement et du doublement.

Chaque protagoniste en prenant les commandes de son véhicule se sent "le maître du monde", c'est bien là certainement le talon d'Achille de l'Homme et la raison de cette relation houleuse !

En fait, une petite dose de tolérance et de patience d'une part, ainsi qu'un soupçon de savoir être d'autre part, le tout doublé de vigilance et d'anticipations communes devraient grandement concourir à la réussite de cette cohabitation.

Pour conclure je livrerai à votre réflexion cette citation du poète Paul Eluard : **Ma liberté s'arrête là où commence celle des autres.**

Thierry Bourcier

■ LES PISTES CYCLABLES

Il y a beaucoup à dire sur ce réseau maillé qui est apparu au fil des ans dans notre beau pays. De la volonté politique créatrice pour la sécurité et la pollution, au désintéressement total concernant l'exploitation et l'entretien que reste-t-il, si ce n'est souvent, spéciale crevaisons, une multitude de débris d'origine humaine et de déchets végétaux.

Non, mes amis tout n'est pas perdu, et dans l'attente de jours meilleurs pour nos pistes, Daniel Clerc, usager des pistes cyclables mondiales, vous invite à vous connecter sur son site :

http://daniel.clerc2.free.fr/rubrique_pistes_cyclables.htm

Bons voyages.

■ OU ETIONS NOUS ?

■ A LA SEMAINE FEDERALE chez " Les Gens du Nord "

L'évènement annuel le plus important, pour les cyclotouristes est la semaine fédérale. Cette année cette manifestation européenne a été organisée à Saint Omer.

« Les Gens du Nord ont dans le cœur... le soleil qu'il n'ont pas dehors »

Ces paroles de la célèbre chanson d'Enrico Macias gardent toute leur signification, tellement, leur accueil a été chaleureux.

« Il ouvrent toujours leur porte ... à ceux qui ont souffert. ... »

Près de 15000 participants et accompagnateurs, dont 600 étrangers ont souffert sur les routes très accidentées d'une région méconnue. De Bergues au mont Saint Eloi, en passant par le cap Gris Nez ou Boulogne sur mer, tout n'est que succession de « Casse-pattes » à répétition au pourcentage relativement élevé, à la surprise de beaucoup d'érudits qui croyaient que le plat pays du grand Jacques s'étendait jusque dans le Pas de calais.

« L'accordéon les fait danser... et puis la bière les fait chanter ».

Aux pauses casse-croûte bien méritées, une bonne « ambrée » est très appréciée aux rythmes des différentes animations que seuls les Gens du Nord ont le secret.



« Si leurs maisons sont alignées, ... c'est par souci d'égalité »

Ereintée par les différents conflits qui ont traversé son histoire, la région nordique a un patrimoine touristique relativement limité. La côte d'Opale mérite toutefois le détour. Les nombreux cimetières militaires sont témoins et « n'oublient pas qu'ils ont vécu des années d'enfer »

Le C.T.H a largement participé à cette belle manifestation.

En effet 47 adhérents sont allés se surpasser chez les ch'tis, hissant notre club au cinquième rang européen de la participation.

Chacun, selon son niveau ayant choisi le parcours désiré, la moyenne des sorties oscille entre 130/140 kilomètres jour.

Au campement, l'ambiance au sein de notre petite famille y est toujours aussi conviviale aux vues des troisièmes mi-temps animées et généreuses.

C'est le moment le plus prisé pour échanger les impressions de la journée mais aussi quelques petits « gorgons » réparateurs

« Et quand la fête ... tourne les têtes »



Cette année Gilbert s'est surpassé pour le défilé final. Cet artiste aux talents multiples a confectionné une reproduction des moulins et chapelle des Alouettes qu'il a judicieusement installée sur son vélo.

Le succès était au rendez vous, très applaudi par

« Les Gens du Nord »

Jean Paul Tricot



**HERBRETAISE AUTOMOBILE SAS**
VENTE VÉHICULES NEUFS ET OCCASIONS

- Atelier Mécanique
Tôlerie - Peinture
- Location courte
et longue durée
- Magasin de pièces
de rechange

Services commerciaux : avenue de la Maine
Services après-vente : 2, rue de l'Industrie - Tél. 02 51 91 01 71
Fax 02 51 91 13 48
85504 LES HERBIERS Cedex
www.herbretaise-automobile.fr

■ OÙ ETIONS NOUS ?

■ A L'ÉTAPE DU TOUR – Le Mont Ventoux

Tout a commencé au début de l'hiver quand j'ai demandé à Eric Bobinet et Bruno Vincendeau "vous ne feriez pas l'étape du tour ? Cette année c'est le Ventoux, la région est magnifique et il y fait toujours beau."

C'était pendant un entraînement des cadets (nos garçons courent ensemble).

Arrivé à la maison j'ai regardé le profil de l'étape, le Ventoux après 150 kms avec les cols d'eyes et des abeilles c'est trop pour moi.

Deux mois plus tard ce sont eux qui me posent la question "on la fait l'étape du tour ?", je ne pouvais pas me dégonfler ! C'était parti pour 4 mois de préparation, des sorties tous les trois le samedi, avec le club le dimanche et un peu de VTT.

Nous sommes partis les trois couples en minibus avec les bagages et les vélos le samedi.



Le dimanche on a roulé tous les trois sur les 70 premiers kilomètres de l'étape, puis on est allés retirer nos dossards au village départ. Nous avons pu admirer de nombreux stands avec des vélos et des équipements magnifiques.



Lundi 21 juillet, c'est le jour J. Il y a 9500 inscrits nous avons les dossards 3250, 3251, 3252.

A 7 heures le départ est donné.

Dimitri Champion, Brochard, Zabel s'élancent. Nous passons la ligne de départ 10 minutes après les premiers et il y en a encore au moins 5 milles derrière nous. Il fait déjà 20° et il y a beaucoup de monde au bord de la route.

Sur le vélo ça parle toutes les langues, il y a des américains, anglais, allemands, hollandais... Le paysage est somptueux, quel bonheur de faire du vélo au milieu de la lavande, des oliviers, des vignes, rythmé par le chant des cigales. Eric et Bruno sont partis devant, j'essaie de trouver un groupe pour rouler, mais ils vont tous trop vite pour moi. Je me laisse dépasser, je respecte ma consigne de départ ne pas dépasser les 155 pulses/minutes pour ne pas me griller.

Les ravitaillements sont énormes au moins 100 m de long. Par deux fois nous retrouvons les femmes sur la route elles sont faciles à repérer elles agitent un grand drapeau de la Vendée.



Tout va bien jusqu'au pied du Ventoux, j'ai fait les 150 premiers kms à 25 de moyenne, je suis largement dans les délais (c'était ma crainte). Mon calvaire commence dans le Ventoux, la pente est raide et il fait très chaud (jusqu'à 40°). Il y a de plus en plus de monde qui marche à côté du vélo, certains font demi tour, d'autres s'allongent au bord de la route. Il me reste 15 kms et je suis archi cuit, les ambulances se succèdent, il y aura 35 interventions des pompiers dans le Ventoux (coup de fatigue, coup de chaleur...) J'alterne marche et vélo et je passe la ligne après 10 heures de vélo.

Bruno a mis 9 heures et Eric 8 heures, Alain Prost 6 heures et le vainqueur a mis 5 heures.

Après une bonne nuit d'un sommeil très profond nous sommes rentrés en faisant un détour par Beaumes de Venise pour déguster et acheter un peu de vin, et c'est sûr à chaque bouteille ouverte on refait l'étape.

Christophe Rocheteau

AXA **Yvonnick LALERE**
ASSURANCE - PLACEMENT - BANQUE
15, rue Nationale - 85500 LES HERBIERS
Tel. 02 51 66 03 76 - Fax 02 51 66 93 19
E-mail : agence.lalere@axa.fr
www.axa.fr/lalere.lesherbiers
CERIAS 07015380
Particuliers Professionnels Entreprises

Votre vue
c'est du sérieux

OUVERT
du lundi au samedi
9 h 00 - 12 h 45
14 h 00 - 19 h 00

Dominique CHERVET
OPTICIENS

Quartier d'Herbauges
LES HERBIERS
Tél. : 02 51 91 04 90

■ OU ETIONS NOUS ?

■ DE HENDAYE A MENTON



Après, être arrivé à Hendaye le jeudi soir et la séance photo pour alimenter la collection de l'hôtelier du Santiago, me voilà vendredi matin au poste de police à 7h00.

C'est parti pour 940 km. Le temps est brumeux mais Il ne pleut pas et Il n'y a pas de vent. Prochain arrêt, ce midi à Orthez à 109 km. A 12h57, je me suis arrêté au restaurant à Lacq avec 120 km de fait. J'ai été plus vite que prévu. Le vent me soufflait dans le dos, donc pas besoin de pédaler. J'ai une heure et demie d'avance sur mon horaire. J'ai pris le k-way pendant une demi-heure à partir de 10h00. Si non le temps est idéal. Je pense arriver à l'hôtel ce soir à St Gaudens avec 2h d'avance soit vers 19h00. Tout l'après midi je me suis fait arrosé copieusement, avec le tonnerre pour compagnon et quelques erreurs de parcours à Pau et à Tarbes. Résultat, 20 km supplémentaires, avec mes cartes imprimées au jet d'encre délavées. Après être parti au niveau de la mer ce matin je suis monté à Lannemezan a 630 mètres. Mais je n'ai pas mal aux jambes et je suis à 24,5 de moyenne.

Samedi matin départ à 4h en direction de Montpellier pour 309 km arrivée prévue 21h00. 1er arrêt à la Plaigne au kilomètre 125 à 10h42. Encore de la pluie ce matin, je démarre à 420 mètres d'altitude pour arriver au niveau de la mer. Il y aura donc moins de montée qu'hier. Déjeuner à Carcassonne, Il me reste 150 km à faire, et j'ai 1h15 d'avance. Le ciel est plus clément l'après-midi, pas un nuage et toujours un léger vent qui me pousse, pas de difficulté. J'arrive à Fabrègues à 19h15, le kilométrage est respecté, c'est parfait les jambes sont bonnes.



Dimanche matin départ à 4h en direction de Draguignan avec 285 km et l'arrivée est prévue à 20h00. Dans la traversée de Montpellier j'ai bien du mal à trouver ma route après avoir tourné en rond pendant une heure je prends la direction de la Camargue qui n'était pas vraiment au programme. Le paysage est magnifique avec le soleil et toujours le vent favorable. Après avoir fait 140 km ce matin à altitude 0, j'ai fait 165 km de bosse dans l'arrière pays, je suis monté jusqu'à 530 mètres pour finir à Draguignan à l'altitude 300. Je suis arrivé à 20h avec 3/4 h de retard et 37 km de surplus quand on aime on ne compte pas.

Lundi matin départ à 4h pour être sûr d'être dans les délais. Après avoir fait les montagnes russes de l'arrière pays, séance photo et petit déjeuner sur la promenade des anglais à Nice et final par la basse corniche avec passage à Monaco.

Arrivée à Menton à 11h25 mission accomplie en 76h et 40mn et 1000 Km au compteur.

J'ai apprécié cette 1ère expérience de diagonale en solitaire, il est vrai que j'ai été favorisé par le vent.

Pierre Bénaiteau





Cycles
ROLAND BERLAND

SARL Christophe MOREAU

Dépositaire des marques
BH - Orbéa - Lapierre - Daccordi
Kuota - Rotwild

Concessionnaire :
Peugeot Motocycles - Scooters
et cyclos à boîte

- Service course (route,VTT)
- Montage à la carte
- Vêtements cyclistes
- Vélos électriques
- Location de vélos

5, avenue des Sables LES HERBIERS
Tél. 02 51 67 18 34 - Fax 02 51 66 81 51



ets
DION

FRANCE
RURALE

JARDINERIE
ANIMALERIE


Cave du
DonJon

VETEMENT
CAVE

LES HERBIERS | **ST FULGENT**
02.51.67.10.64 | **02.51.42.75.41**

■ OU ETIONS NOUS ?

■ RENNES BREST RENNES



Ayant lu sur internet, et confirmé sur le (ou irons nous ?) de la fédération, le 13 et 14 juin 2009, un grand brevet cyclo de 600km est organisé par les cheminots Rennais **Rennes Brest Rennes** sur les routes mythiques du Paris Brest Paris (1200km tous les 4 ans)

Pour leur première organisation du genre, ce fut un succès, puisque 260 cyclos et cyclotes étaient au départ de cette folle randonnée avec ses 6700m de dénivelé, à 5h le samedi matin.

Je me suis empressé de m'inscrire, seul, et sans assistance pour un délai maxi de 40h.

Il fait un temps idéal, et les jours sont au plus long, mais il faut en garder sous la pédale, surtout avec les bagages et les côtes. Il faut chercher sa route, surtout de nuit, car une erreur et c'est fatalement des kms en plus et du dénivelé !

Les pointages se font tous les 80km environ, sur livret personnel, et de nuit par envoi de cartes postales. **Frayeur** au km 360, la nuit est belle et pour une fois que je roulé vite (descente du roc Trévezel), un lapin s'invite à traverser la route, à 10cm de la roue avant, mais fait demi-tour aussitôt, ouf ! Ça réveille.....juste pour un moment, car au km410, vers 4h du matin, le sommeil a raison du cyclo qui s'endort sur les graviers d'un parking de Maël Carhaix pour 2h durant.

Et c'est reparti, pour la pause très attendue du petit déjeuner à 10h le dimanche matin au km 480, chez des amis à Loudéac.

Puis c'est l'arrivée à Rennes à 17h, soit 36 h au total. Tous les randonneurs et organisateurs sont visiblement heureux des deux jours passés en Bretagne, et pensent sûrement déjà aux brevets pré-qualitatifs de 2010 pour le fameux Paris Brest Paris de 2011 !!....que du bonheur, et que de rêves en prévision !!!

Joël Renou

■ LES COLS PYRENEENS

La France peut se vanter de posséder sur son territoire des massifs montagneux qui semblent défier à tout moment des fêrus du vélo.

Une cyclo-montagnarde attribue un brevet aux cyclistes ayant effectué une randonnée sur un parcours de 80 à 200 km avec une dénivellation comprise entre 2000 et 4000 m.

Les cinq fêlés trônant sur la photo ont opté pour le brevet des cols pyrénéens, s'alignant sur un parcours, d'un jour, de 177 km avec un dénivelé de 3067 mètres.

Il comprend l'ascension des cols de « **Marie Blanque** » 11 Km (8%) « **L' Aubisque** » 18.4 km (9.5%) - « **Le Soulor** » 3 Km (7 %).

Pour certain c'est la découverte de la montagne, pour d'autre la grande galère, mais pour **tous** la satisfaction d'avoir réussi un challenge personnel. D'autant qu'aucun brevet ne leur a été attribué, le cyclo-club béarnais de Pau avait déclaré forfait, faute de sponsors et de participants.




Jean Paul Tricot

Garage GÉRARD BOUHIER



Réparation
Ventes neufs
et occasions
Toutes marques
Tôlerie - Peinture

10, Avenue des Sables
85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 91 00 59 - Fax 02 51 92 93 68



Charentier
Traiteur

Fabrication artisanale
Plats cuisinés - Banquet
Repas - Buffet - Lunch

20, rue de l'Eglise
85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 91 04 16

■ OU ETIONS NOUS ?

■ RAYON DE BRONZE (Rouen – Dieppe – Rouen) (155 Km)



L'aller et le retour pour ce rayon de bronze se font par des petites routes au milieu d'une campagne très boisée, comme tous les autres rayons d'ailleurs. Ce circuit passe par un parc régional avec possibilité de faire en même temps un brevet national (pointage obligatoire évidemment). C'est ainsi que j'ai passé tout un après-midi à visiter le parc de Clères dans un cadre d'étang, de rivière et d'arbres magnifiques. Une multitude d'oiseaux et mammifères en semi-liberté pullulent dans cet environnement propice à leurs ébats. De petits jardins de composition classique, sont abrités en décorum d'un château renaissance. D'autres océans de verdure ne manquent pas sur cet itinéraire : forêt syndicale de la Muette, le jardin botanique « Le Hareng » à Béaumont, la forêt « Eawy » à Saint Germain d'Etables, la forêt d'Arque la bataille, l'Arborétum de Heugleville sur scie, un jardin paysager au Coudray, ainsi que la forêt verte d'Houpperville. De nombreuses vallées et ruisseaux agrémentent ce parcours donnant à chaque virage un décor changeant de lumières et de beauté. La traversée de Dieppe, avec son port, son château, sa plage reste un haut lieu touristique, prolongée par « Pourville sur mer » d'une vue superbe sur la vallée et la mer.

Le but de mon inscription à cette randonnée était une visite à « Esteville » pour me recueillir sur la tombe de l'abbé Pierre. J'ai pu réaliser mon rêve en faisant par « Cristot » quelques kilomètres supplémentaires. Une semaine ne suffit pas pour visiter Rouen et ses musées. Je me suis contenté de la découverte du « Vieux Rouen » avec ses magnifiques maisons à colombages. Comme après chaque randonnée permanente, il ne me reste que d'excellents souvenirs.

Raymond Barreau

■ DEVELOPPEMENT DURABLE - 8 kg pour 70 kg !

Ou, comment transporter 70 Kg avec une machine de 8 kg ?

En utilisant un vélo, tout simplement. Le rendement est exceptionnel comparé à celui d'une voiture qui pèse 1400 kg pour le même usage !

L'ingéniosité humaine a réussi au moyen d'un engin fort simple à quintupler la vitesse de l'homme sans autre énergie que sa force propre, sur des distances largement supérieures à celles qu'il peut parcourir à pied. Cet engin simple et merveilleux, c'est la bicyclette. La bicyclette demande un minimum de connaissances techniques.

Le cadre

Même pour les dames, il vaut mieux choisir un cadre fermé dit "cadre homme" beaucoup plus rigide qui autorise des vitesses plus importantes. Ce qui est primordial, c'est sa longueur qui doit être fonction de la taille de l'utilisateur (trice). Il faut commencer par mesurer son entrejambe à partir du sol, pieds nus à l'aide d'un livre par exemple. La hauteur du cadre correspondra au 2/3 de la distance mesurée. Par exemple pour un entrejambe de 80 cm le cadre sera de 54. Cette distance se retrouvera de l'axe du pédalier à l'axe du tube horizontal qui coupe l'axe du tube de selle. Entre deux dimensions, il est préférable de choisir le cadre le plus petit.

Les manivelles

Leur longueur correspondra au 1/5 de l'entrejambe, soit 165 mm pour une entrejambe inférieure à 80 CM et de 170 mm au dessus.

Les développements

Ils doivent être déterminés avec soin pour rouler longtemps et sans fatigue. Il est conseillé d'utiliser de petits développements pour cultiver sa vitesse de jambes plutôt que sa force. Afin de garder une ligne de chaîne correcte, ne pas utiliser le grand plateau avec le grand pignon, idem entre le petit plateau et le petit pignon.

Les pneus

Evitez de rouler avec des pneumatiques sous gonflés, cela augmente le risque de crevaison, provoque une usure prématurée, agit sur la tenue de route et sur le freinage. Un repère facile à mémoriser, gonfler les pneus à la pression correspondant au chiffre des dizaines de votre poids. Un cycliste de 70 kg doit gonfler ses pneus à 7 bars.

Bonne route.

Joseph Guilloton - texte inspiré du "Guide FFCT"

ENERGIES RENOUVELABLES
ELECTRICITE - SANITAIRE - CHAUFFEAGE

24 rue Edouard Branly - 85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 67 13 31 - Fax 02 51 66 82 77
<http://sarl-charpentier.com>

6

INTERSPORT
LE SPORT COMMENCE ICI

10€* de réduction à partir de 70 € d'achat

INTERSPORT
LE SPORT COMMENCE ICI

OUVERT du lundi au samedi de 9h30 à 10h

LES SORTIES DU WEEK-END

Rendez-Vous sur le parking, rue de Clisson



Départ 8H30

3 & 4 Octobre

Les Herbiers	0	0
Les Epesses	10	10
Les Chatelliers	17	17
St Amand s/sèvre	20	
La Pommeraie s/sèvre	24	21
St Mesmin	31	
Montournais	38	
Réaumur	42	
St Maurice le Girard		
Mouilleron-en-Pareds		
Chavagne les Redoux		
Monsireigne	57	
St Prouant	59	41
Mouchamps	68	50
Les Herbiers	80	62
Les Herbiers	95	

Autres sorties

St Michel le cloucq 85
RANDONNEE MELUSINE

Lieu Salle polyvalente
adhérents FFCT 6,00 E
Kms Route 70
Tel : 02.28.13.06.44



Donges	44
Tel 02.40.45.70.28	
Ancenis	44
Tel 02.40.96.16.86	
St sylvain d'anjou	49
Tel 02.41.76.55.74	
Les cerqueux	49
Tel 02.41.55.91.75	

Boucle
supplémentaire pour
les cycloportifs

10 & 11 Octobre

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
La Pagerie	10	10
La Gaubretière	11	11
Les Landes Genusson	16	16
La Bruffière	25	25
Cugand	33	
Clisson	36	
St Crespin s/Moine	43	

Tillières

Gesté

St Germain-sur-Moine

Montfaucon s/Moine	48	
Montigné s/Moine	50	
Torfeu	57	33
Tiffauges	60	36
La Gaubretière	71	47
Les Peux	77	53
Les Herbiers	80	56
Les Herbiers	99	

Autres sorties

Saumur 49



Lieu Gymnase delessert
adhérents FFCT 4,50 E
Kms Route 40 - 60 - 90 - 110
Tel : 02.41.52.93.33

Le May / Evre

RANDO
DE LA
FRESSION



SAMEDI

17 Octobre 2009

11ème rando du chrono



110 km Départ 8h30

83 km Départ 8h45

55 km Départ 9h

18 Octobre

Les Herbiers	0	0
=> Les Epesses		
A/d St Mars la Réorthe	8	8
La Blotière	10	10
Chateaumur	16	16
La Pommeraie s/ Sèvre	22	
St Mesmin	28	
=> Moulin des affaires		
La Glamière	30	
Lénardière 1ère a/droite		
La Mézanchère	32	
Montbail		
Pouzauges	38	
Moulin Terrier Marteau		
La Flocellière	45	20
St Michel Mt Mercure	47	22
Le Boupère	53	28
St Prouant	58	33
=> Mouchamps sur 5km		
A droite Rochetroux	66	41
Mouchamps	72	47
Les Herbiers	83	58

Autres sorties

DEPART 8h

Mouchamps	12
Ste Cécile	18
St Martin des Noyers	24
Bournezeau	24
Thorigny	41
Rosnay	47

Concentration
de clôture

Retour Libre

St Léger sous Cholet 49

Tel 02.41.58.19.80

Rezé

Tel 02.28.21.06.31

24 & 25 Octobre

Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	7	7
La Dalle	11	11
St Fulgent	15	15
Chauché	23	23
La Brossette	26	
La Copechagnière	31	
Les Brouzils	36	31
St Georges de Montaigu	43	38

Montaigu

Treize Septiers

La Bruffière

Les Landes Genusson

Bazoges en Pailleurs	58	53
Beaurepaire	61	56
La Pagerie	64	
La Gaubretière	65	
L'Ouvardière	69	
La Belletière	72	
Les Herbiers	77	63
Les Herbiers	92	

Autres sorties

Vihiers 49



Lieu Salle des loisirs
adhérents FFCT 4,00 E
Kms Route 35 - 55 - 75
Marche 8, 13, 19 km
Tel : 02.41.75.06.53



Chataignes
et
Vin nouveau
à l'arrivée

Crédit Mutuel

Océan

LA BANCASSURANCE A QUI
PARLER

11, rue Nationale - LES HERBIERS

BROCHOIRE Yves-Marie

Concessionnaire Piaggio - Gilera - Vespa



20 rue Ouvrardière - 85500 Les HERBIERS

Tél. 02 51 66 91 07



LES SORTIES DU WEEK-END

8

5 & 6 Décembre

Les Herbiers	0	0
Beaurepaire	7	7
Bazoges en Pailleurs	10	10
La Boissière	17	17
La Bruffière	25	25

21 & 22 Novembre

Les Herbiers	0	0
Les Peux		
La Beltière	4	
L'Ouvrardière	6	
La Gaubretière	11	9
Tiffauges	21	
St Aubin des Ormeaux	25	
St Christophe du bois		
Mortagne-sur-sèvre		
La Verrie	31	15
St Laurent s/sèvre	41	25
St Malo du Bois	45	29
Les Epesses	51	35
Les Herbiers	61	45
Les Herbiers	75	

Montigné-sur-moine		
Boussay	29	
Torfoü	36	
Tiffauges	40	
La Gaubretière	50	39
L'Ouvrardière		
Les Herbiers	60	49
Les Herbiers	71	

31 & 1er Novembre

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
Vendrennes	19	19
St Fulgent	24	24
Bazoges en Pailleurs	32	32
La Boissière de Montaigu	39	
St Symphorien	44	
Les Landes Genusson	49	

Mercredi 11 Novembre

JOUR FÉRIÉ

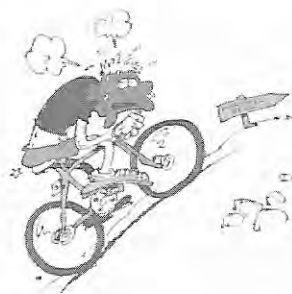


Tiffauges		
St Aubin des Ormeaux		
La Verrie		
La Gaubretière	54	39
Beaurepaire	58	43
Mesnard la Barotière	64	49
Les Herbiers	71	56
Les Herbiers	91	

Les Herbiers L'Aurière	0	0
Mesnard La Barotière	7	7
Direction St Fulgent		
A/droite Beaurepaire	14	14
La Pagerie	17	17
La Gaubretière	19	19
St Martin des Tilleuls	23	
St Aubin Des Ormeaux	25	
=> St Christophe		
A/droite La Coudavid	27	
La Verrie	34	25
=> St Laurent s/sèvre		
Après route de Rochard		
2 ^{ème} route sur la droite		
La Grande Brosse	40	
Stop a/g St Malo du Bois	45	
A/droite Le Puy du Fou	49	
Chambreaud	58	35
La Chainelière	61	38
Mont des Alouettes	64	41
Les Herbiers	67	44



28 & 29 Novembre



12 & 13 Décembre

Les Herbiers	0	0
La Pâte- La Forêt		
Mouchamps	14	14
L'Oie	20	20
St Florence	22	22
Chauché	32	
St Fulgent	40	31
Mesnard la Barotière	46	37
Beaurepaire	52	
Les Herbiers	59	44

Samedi 7 Novembre

Les Herbiers	0	0
Les Epesses	10	10
St Malo du Bois	16	
St Laurent s/sèvre	20	
Treize-Vents	27	
St Amand s/sèvre	36	
La Pommeraié s/sèvre	40	22
Pouzauges	49	31

Montournais		
Réaumur		
La Meilleraie-Tillay		
Le Boupère	58	40
St Paul en Pareds	65	47
Les Herbiers	71	53
Les Herbiers	88	

19 & 20 Décembre

Les Herbiers	0	0
La Gaubretière	9	9
La Verrie	15	15
Rochard	20	
St Hilaire de Mortagne	22	
Puy St Bonnet	27	
St Laurent S/Sèvre	31	
St Malo du Bois	35	25
Les Epesses	41	31
St Mars la Réorthe	44	34
Croix Bâra	46	36
Les Herbiers	54	44

Dimanche 8 Novembre

Départ 8h

Sortie VTT du club

Grillades à l'Arrivée

14 & 15 Novembre

Les Herbiers	0	0
Mesnard la Barotière	7	7
Vendrennes	11	11
St André Goule D'Oie	16	16
Les Essarts	24	
Boulogne	32	
Belleville-sur-vie		
St Denis la Chevassé		
Chauché	37	25
La Rabatelière	41	
St Fulgent	49	33
Mesnard la Barotière	55	39
Les Herbiers	62	46
Les Herbiers	83	

Les Herbiers	0	0
Mouchamps	12	12
St Vincent-Sterlanges	17	17
St Germain de Prinçay	23	
Sigournais	27	
St Mars des Prés	30	
Chantonay	34	
La Marzelle	37	25
St Martin des Noyers		
Les Essarts		
St Cécile	43	31
Mouchamps	49	37
Le Gué Jourdain	53	41
Les Herbiers	62	50
Les Herbiers	82	

26 & 27 Décembre

Les Herbiers	0	0
Gare des Epesses	6	6
St Mars la Réorthe	9	9
Le Boupère	17	17
La Meilleraie-Tillay	25	
Les Carrières		
Monsireigne	35	
St Prouant	37	23
Rochetrejoux	44	30
La Jonchère	47	33
Les Herbiers	54	40

La Cave du Vigneron

Bernard VIGNERON
19 avenue des Sables
85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 64 57 50
Port. 06 81 67 18 29

Vin - en vrac - Bière - Spiritueux
Associations - Mariages - Banquets

Fermé le jeudi et le samedi après-midi

Tresse dorée

Dominique PLANCHOT
Meilleur Ouvrier de France
Boulangerie

Pain - Pâtisserie - Chocolat
BRICHOE VENDEENNE - PAQUAUDE
PREFOU - Pain POULICHETTE

Spécialités chocolats :
BICHOTTES, JEU DE PALETS,
P'TITS GRAINS D'SEL

Nos boutiques
LES HERBIERS - ARDELAY - ST PAUL EN PAREDS
LA ROCHE SUR YON - CHOLET - MONTAIGU
VALLET - LA COTINIÈRE (Ile D'Oléron)

www.tressedoree.com - @chat en ligne

Les rando VTT du trimestre

OCTOBRE

4/ Ancenis (44).

« La Rando du pays d'Ancenis »
35 à 70km
Prix : ?

4/ Les Cerqueux (49)

« Rando de la Brioche »
20-45-60km
Prix: 4€

4/ Mouilleron le Captif (85)

« Rando Mouilleronnaise »
25 à 65km
Prix: 5€

4/ St Michel Le clouq (85). « Randonnée Mélusine

Transmerventaise »
? km
Prix: 4€

11/ Mouzillon (44).

« La rando des Moules »
25 à 45km
Moules frites à l'arrivée.

Prix: 6€

11/ Les Châtelliers-Châteaumur (85).

« La Castelmuroise »
30-40-48 km
Prix: 5€

11/ Le May/Evre (49)

« Rando de la fressure »
15-25-50km
Prix: 4€ / -18 ans: GRATUIT

18/ La Mailleraie-Tillay (85)

21-38-55
Prix: 5€

18/ St Léger-sous-Cholet (49). « Rando du boudin »

25-35-75km
Prix: 4€ / -18 ans: GRATUIT

25/ Nuillé (49).

« Rando du massif forestier »
26 à 69km
Prix: 4€

25/ Vihiers (49).

« Rando des châtaignes et vins nouveaux »
25-35-50km
Prix: 4€ / -18 ans: GRATUIT

25/ Ardelay.

« Rando de la pendule »
25-35-55km
Prix: 5€

NOVEMBRE

1/ St Cécile (85).

« La Cécilienne »
25 à 55km
Prix: 5€

8/ Les Herbiers. « Rando du Club »

Changement de montures, les routards se mettent aux V.T.T. Emmenez vos amis non-licenciés! Grillades à l'arrivée.
RDV 8H au local rue de clisson, parking maison Lelièvre.
25-45km

15/ Les Herbiers

22/ Cerizay (79)

« Les chemins creux cerizéen »
30-50km

29/ Les Herbiers

DECEMBRE

6/ Les Herbiers

13/ St Paul en Pareds (85). « Rando des Bichottes »

20 à 45km
Prix: 5€ / -14 ans: 3€

20/ Beaupréau (49).

« Rando de la bûche »
25-35-45km
Prix: 4€ / -12 ans: 2,50€

Joyeux Noel



Courtier en assurance

Yves BIDAUD

Particuliers et Entreprises
Toutes Compagnies
Assurances et Placements

11, avenue de la Gare - BP 133 - 85501 LES HERBIERS Cedex

Port. 06 84 51 36 98 - Tél./Fax 02 51 92 93 48

Email : yves.bidaud@orange.fr - Site : www.assurances-laturballe.com

Garage MARTINEAU

Agent CITROEN



Réparations
toutes marques,
vente neuf
et parc occasion,
tôlerie,
peinture

40 av. Georges Clemenceau - 85500 LES HERBIERS
Tél. 02 51 91 07 50

■ LICENCES CLUB 2010



L'année 2009 défile à grands coups de pédales et l'assemblée générale se profile à l'horizon. Il est de tradition lors de cette A. G. de s'acquitter de sa cotisation de licence pour l'année suivante.

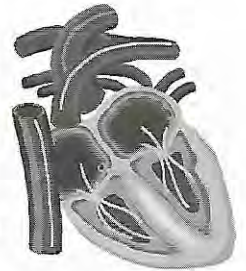
Dans le dernier bulletin fédéral de juillet, il nous est mentionné les tarifs 2010. Je me dois de vous informer que les tarifs proposés par la M.M.A. assureur fédéral auprès de la FFCT, sont en nette augmentation pour la formule "Grand Braquet". **La cause est due à une forte hausse du nombre et du coût des sinistres, notamment matériels** (phrase reprise du bulletin). Il faudra donc compter pour ceux qui choisissent la formule "Grand Braquet" sur une augmentation de 17 € environ sur le tarif de la licence par rapport à 2009, ce qui correspond à la hausse de l'assureur. Pour les autres formules une hausse d'environ 2 € s'applique.

Les tarifs définitifs seront fixés lors d'une prochaine réunion de bureau et vous seront communiqués avec l'invitation à l'assemblée générale. Pour plus d'informations contactez-moi au 02 51 67 38 36.

Le trésorier Dominique Godard

■ TEST A L'EFFORT

Rappel : C'est la période également pour tous ceux qui désire effectuer un examen médical, voir un test à l'effort, en référence aux accidents cardio-vasculaires. Tout cela étant facultatif, ils doivent être établis dans les 4 mois précédant la prise de la licence ou le mois qui en suit la délivrance, et sont valides pour 2 saisons. Référez-vous pour plus de renseignements au verso de votre support de licence ou bien auprès de votre serviteur ...



Dominique Godard

■ LA PETITE REINE



Le Cargocycle est un vélo à trois roues assisté électriquement. Conçu pour une activité de transport de marchandises, il permet d'économiser 3 tonnes de CO2 par an (en comparaison à un véhicule à essence ordinaire). Sa capacité de chargement est de 180 kg ou 1,5 m3. Disposant d'un statut de vélo, il a accès aux pistes cyclables et peut se garer temporairement sur les trottoirs à proximité d'un lieu de livraison. Résolument innovant, il est source d'amélioration de la qualité de vie en ville : absence de pollution, aucune nuisance sonore, ne génère aucun embouteillage.

■ LE CYCLO-GUIDE VENDEE

Le « Cyclo-Guide 85 » est édité et en vente dans les librairies des grandes surfaces au prix de 6 euros. 24 circuits vous font découvrir la Vendée sous ses plus beaux aspects. Grâce au concours d'Yves pour les parcours et de Jean-Paul pour les descriptifs, le CTH a apporté son écot à l'élaboration de Cyclo-Guide.

Ce guide a été élaboré et créé par le Comité Départemental de la Vendée de la Fédération Française de Cyclotourisme avec la contribution de 7 clubs (CHALLANS, LA CHÂTAIGNERAIE, LES HERBIERS, LES SABLES D'OLONNE, LA ROCHE/YON, LUCON et LA TRANCHE/MER).



■ PEDALONS POUR LE TELETHON



Le 5 décembre 2009 le CTH renouvelle son soutien à la lutte contre la myopathie et sera présent à la salle d'Herbauges pour participer au TELETHON.

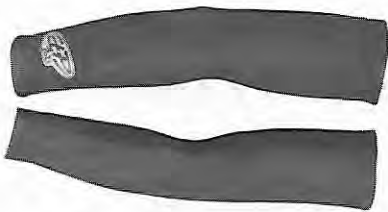
Cette année un nouveau défi est lancé : Parcourir la distance qui sépare les Herbiers de Narbonne, soit 700 km à réaliser sur 4 vélos dans un temps limite de 10H00.

Cyclos et Cyclotes du CTH et vous Herbretais, nous comptons sur votre présence pour réaliser ce défi. Un compteur kilométrique sera installé sur chaque vélo et toutes les trente minutes nous ferons le calcul des kilomètres parcourus, que nous indiquerons sur le panneau d'affichage numérique, fabriqué au lycée Jean Monnet des Herbiers.



Marylène et Brigitte

■ MANCHETTES A VENDRE



Robert Annereau, le fourrier du CTH tient à votre disposition des manchettes de couleur rouge assorties à votre tenue.

Prix de vente de la paire 10 €.

Tél : 02 51 91 20 58

■ 18 octobre – Concentration de Clôture

La concentration de clôture se tient à Rosnay. Pour ceux qui souhaitent y participer, le rendez-vous est prévu à 8h00 au local.

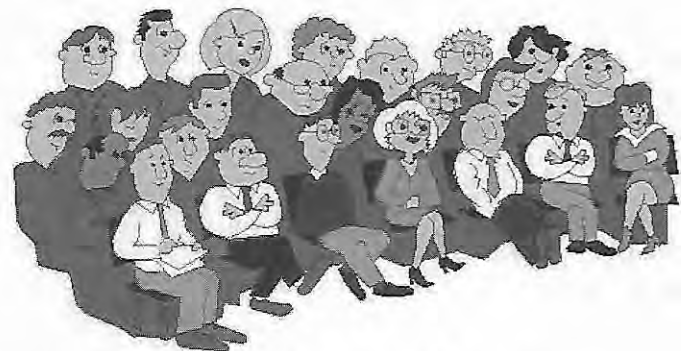
■ 8 Novembre – Sortie VTT du CTH



Traditionnellement, les vététistes du CTH organisent une sortie dont ils ont le secret pour l'ensemble des cyclos du club. Le départ sera donné à 8h00 à la maison Lelièvre route de Clisson, pour deux circuits de 25 et 45 km. Cette sortie

est aussi ouverte aux non-licenciés. N'hésitez pas à inviter vos connaissances et à réserver cette date. A l'arrivée, la commission Boire et Manger vous attendra pour vous restaurer.

■ 27 Novembre – Assemblée Générale du CTH



Rendez-vous à 20h00 à la salle du Pontreau.

Tous les licenciés sont chaleureusement invités à participer à l'AG. C'est le moment de dresser le bilan de l'année écoulée, sous forme de rapports et de diaporamas.

Election du tiers sortant : 6 postes sont à pourvoir au sein du bureau. Merci de faire acte de candidature auprès de notre Président Léon Planchet : 02 51 67 13 15.

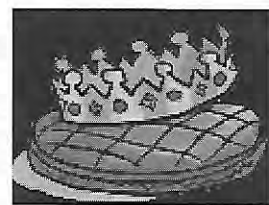


La commission Boire et manger sera encore à l'honneur pour servir le traditionnel verre de l'amitié.

1983 – 2009
Paul, Thierry, Christophe
2010 - ...

■ 3 Janvier - Galette des rois

Nous avons tous rendez-vous après la randonnée du dimanche 3 janvier vers 11h00 pour partager la galette des rois. Ce sera l'occasion d'échanger nos vœux pour 2010. Venez tous nombreux.



Le lieu des festivités vous sera précisé ultérieurement.

■ 30 janvier – Soirée Dansante



Salle d'Herbauges, le samedi 30 janvier se tiendra notre très attendue soirée dansante. En 2008 plus de 500 personnes avaient répondu à l'invitation du CTH.

Amis danseurs, pour cette édition 2010, vous découvrirez un nouvel orchestre spécialement sélectionné pour vous.

Les cartons d'invitations vous seront remis lors de l'Assemblée générale du 27 novembre. En attendant parlez-en autour de vous, à vos amis, votre famille et soyez prévoyant en prenant date pour le samedi soir, 30 janvier 2010.

■ 2010 – Renouvellement de l'équipe de rédaction du 44x18

Après plusieurs années d'activités, une partie de l'équipe de rédaction se retire. Pour la continuité de votre journal, les personnes intéressées peuvent se faire connaître auprès de Léon.



Que les nouveaux se rassurent, les anciens assureront la transmission de leur savoir-faire.



Le Vélo de Papa



En 1818 le baron allemand, Drais de Sauerbronn, invente la draisienne, propulsée à grands coups de pied sur le sol. Ce sont les premiers balbutiements d'un engin mut uniquement à la force des mollets. Le vélocipède à pédales, 1861, apporte une bonne mais fausse révolution avec le grand-bi. Ce n'est qu'en 1868 que naît, beau comme un bijou, avec sa selle suspendue, et ses pédales à glands le vélocipède Michaux qui séduit Napoléon III et son état-major. D'ailleurs, comme toute la famille impériale pédale, le fils devient vélocipède IV, dans les satires, et son père vélocipède III.



Louis Mazas (1843 – 1926) prétend avoir inventé la bicyclette. N'était-ce pas Juzan ou Starley? Il aura été l'un des 36 inventeurs ayant eu la même idée.



Les forçats de la route de la fin du XIX siècle, dont l'anglais Mills, survolent Bordeaux-Paris et le Français Terront, avale, à la vitesse du vent Paris –Brest-Paris. A chaque victoire médailles ou écharpes étaient accrochées sur le torse des valeureux récipiendaires. Alors que pour la pose photo le coureur est maintenu par un ami ou un collègue à qui il rendra la pareille.



Déjà en 1903, les premières publicités apparaissent vantant les mérites de la selle. Elle doit être confortable comme une « Brown » taillée dans une croupe d'une vache. Ou bien de la pompe 'Gop-Sport' qui gonfle des gros pneus appelés : boudins ou tuyaux d'arrosage

« sans vous pomper »
Comme cet article
... J'espère...

Jean Paul Tricot

elle gonfle sans vous "pomper"!

Gop Sport

TOURISTES !
Les Pompes

GOPEX
GOPAL
Sady Lucas

sont aussi munies du

PISTON BREVETÉ SPÉCIAL Gop

LES SELLES BROWN

ONT ÉTÉ FABRIQUÉES AVEC LA CROIX DE MA PÈRE

LEUR ÉLÉGANCE ET LEUR SOLIDITÉ SONT INCOMPARABLES

FABRIQUÉES PAR NELSON FRÈRES. VENDUES PARTOUT

Comité de rédaction :
Marylène PLANCHET - Thierry BOURCIER - Paul GENTREAU - Joseph GUILLOTON - Jean-Charles PINEAU - Christophe PITARD - Patrice REMIGÉREAU - Jean Paul TRICOT.

HYPHER U

OUVERT TOUS LES JOURS
9 h. à 20 h. Vendredi 21 h.
(SAUF DIMANCHE)

le plus sportif
des HYPERS

LES
HERBIERS