

Avec Sylvain LE DOUARON c'est un membre éminent de la confrérie des TGR, les "très grands rouleurs", que nous rencontrons aujourd'hui ! Sylvain est un homme discret, pondéré, d'humeur toujours égale. Sa modestie est inversement proportionnelle à l'étendue de ses états de service en tant que grand rouleur de l'ACBE. Hello Sylvain, comment ça va depuis le temps qu'on ne s'est vu ? Comment tu vis cette deuxième année de restrictions de circulation ?

Ma foi la santé ça va et pour le moral, eh bien, je roule "un peu". J'ai roulé vendredi au polygone de Vincennes, pas grand chose (NB : Sylvain me dira quand même qu'en 4 heures 45 il a roulé 135 km !...) et dimanche j'irai vers la campagne, tout seul malheureusement car il le faut bien, pour respecter les règles en attendant des jours meilleurs.

Qu'est-ce qui te motive habituellement Sylvain ?

Moi, c'est simple, il me faut un défi : genre Paris - Brest - Paris. Ça c'est un challenge, je l'ai fait trois fois, en 2011, 2015 et 2019, et je ne suis jamais tant motivé que l'année précédant une nouvelle édition... D'ailleurs je suis déjà tourné vers l'édition 2023 et j'espère que ce sera l'occasion d'une nouvelle émulation collective au sein du club : pourquoi pas se fixer le record du nombre de participants issus de l'ACBE ? J'ai déjà en tête des noms et des visages que je souhaiterais convaincre de participer car pour moi c'est acquis j'en serai !

[Petit encart pour les non-initiés : Paris-Brest-Paris est un brevet cyclotouriste randonneur de 1.200 km à peu près, et de 11.000 mètres de dénivelé positif cumulé, se tenant tous les quatre ans. Cette épreuve est organisée par l'Audax Club Parisien en lien avec la Fédération française de cyclotourisme. Le règlement précise que le parcours, pour être validé, doit être effectué en moins de 90 heures. On dit que c'est la plus grande "course" cyclotouriste au monde. Pour être autorisés à participer, les cyclistes, hommes et femmes, doivent avoir réalisé des brevets qualificatifs afin d'attester d'un niveau physique suffisant : 200, 300, 400 et 600 km. Dans les coulisses, ce sont entre 2.000 et 3.000 bénévoles qui sont à pied d'œuvre au long du parcours pour offrir leur assistance à l'organisation.]

Justement, Sylvain, pour quelqu'un qui n'aurait jamais participé à PBP, qu'est-ce que ça représente ?

Oh, la-la, comment te dire ? C'est une épreuve terriblement exigeante, mais à peine a-t-on fini qu'on songe déjà à préparer l'édition suivante ... Il faut voir l'ambiance incroyable, au départ et tout au long du parcours, dans les points de ravitaillement et de repos en pleine nuit. On croise des concurrents de toutes nationalités venus du monde entier pour être là et réussir le parcours dans le temps fixé et si possible en beaucoup moins de temps. Ma première participation date de 2011. J'étais encore jeune adhérent de l'ACBE (mon arrivée date de 2007) et je me suis embarqué dans cette aventure avec Philippe (Oliveira) et Lionel (Drochon) parce que Marie-Paule (Traisnel), Joël (Mégard) et Michel (Grousset), qui avaient réussi l'édition précédente (2007), nous en ont tant et tant parlé qu'ils nous inoculé le virus ! Et je suis reparti en 2015, cette fois avec Lionel, Vincent (Pedregno) et Jean-Pierre (Doré) et puis encore en 2019, avec Ludovic, Jean-Pierre, Emmanuel et Lionel. C'est une épreuve individuelle et collective car on veut réussir mais tous ensemble malgré les coups de fatigue inévitables que les uns et les autres peuvent ressentir. Ma référence au sein du club c'est Joël car, si je ne m'abuse, il en a fait cinq !

Trois Paris-Brest-Paris successifs pour toi : chapeau ! Tu étais bien préparé à cela ?

En fait, je suis venu au vélo de route sur le tard. Je faisais avant tout du VTT et seul. Ainsi, grâce aux informations de la FFCT, je m'inscrivais sur toutes les randonnées organisées en saison dans la région parisienne. Et puis un jour, un copain m'a demandé sur le ton de la boutade si je n'en avais pas marre de nettoyer mon VTT après chaque sortie et proposé de passer au vélo de route. J'ai essayé et ça m'a plu ! Je me suis acheté un vélo d'occasion dans une brocante et j'ai rejoint l'ACBE. Je me souviens encore de ce gros vélo Décathlon jaune ! Pourtant c'est bien avec lui que j'ai fait mon premier 200 km, celui de Noisiel, puis la même saison, encore un autre, puis encore un autre. Je crois bien en avoir fait quatre la première année de mon arrivée à l'ACBE. Ça m'a vraiment plu, je me suis fait des copains, j'ai apprécié la bonne ambiance, le brassage des âges et des niveaux. J'ai été mordu rapidement pour les randonnées de longue distance. De ce point de vue, on est vraiment chanceux à l'ACBE car peu de clubs dans le Val-de-Marne ont une telle expérience des randonnées au long cours, des PBP en particulier.

De fil en aiguille, le président de l'époque, Michel Grousset, m'a proposé de rentrer dans le bureau pour apporter des idées neuves et j'en suis toujours membre. Entre autres choses, je suis responsable de la bonneterie. Cela consiste à gérer le stock de vêtements et à passer deux fois par an les commandes des adhérents : en février pour les vêtements d'été et en septembre pour les tenues d'hiver. L'air de rien, comme on a facilement huit ou neuf adhésions nouvelles chaque année, cela fait un peu d'activité car les nouveaux, et c'est heureux, souhaitent rapidement être équipés des couleurs du club.

Tu as vu des changements dans la tenue en cinq ans ?

Oui car même si les couleurs sont toujours les mêmes, l'entreprise qui produit nos tenues (et les fait fabriquer en Italie) suit la mode et les exigences des cyclistes. Les vestes et cuissards sont taillés désormais beaucoup plus près du corps, tout comme les vêtements des coureurs professionnels... Je pense qu'on a là un très bon fournisseur avec une qualité très pro.

Et en dehors de Paris-Brest-Paris, quels autres exploits tu pourrais nous raconter ?...

Je n'ai pas fait beaucoup de cyclosporatives ni de séjours avec le club. En revanche j'ai un souvenir très fort avec ma participation à une édition de Liège - Bastogne - Liège. C'était très difficile car très long et avec vraiment beaucoup de dénivelé positif. Je ne peux pas dire que les éléments jouaient contre nous car on a eu, cette année-là, un très beau temps. Je me souviens, surtout au retour, de la succession de bosses très usantes avec des pentes parfois très raides (jusque 18%). J'ai entendu aussi parler de "Monts-et-moulins" que certains au club ont fait en 2019 sur le parcours du Tour des Flandres : je n'ai jamais roulé sur des pavés, je crois bien que j'aimerais essayer un jour...

Sinon je pense à un 200 km de Créteil à Montmirail qui a été pour nous une vraie galère. Alors que la veille le temps était chaud, le thermomètre est tombé le lendemain jour de sortie autour de 10° alors que nous étions partis en tenue d'été. Nous étions tous frigorifiés et avons tous abandonné !

Parle-nous un peu de ton vélo actuel...

Je l'ai acheté il y a un an. C'est un CANNONDALE Synape : il est typé confort. Je suis encore en phase de découverte avec lui. Mon ambition est de faire PBP avec lui en 2023 : mon ancien, que j'ai conservé dix ans, en avait fait trois. Le nouveau est équipé en freins à disques mais pas en dérailleur électrique : si jamais ça tombe en panne, je ne saurais pas le réparer tandis qu'on trouve toujours une solution, où qu'on soit, pour réparer éventuellement un dérailleur mécanique.

Il est de tradition qu'on ajoute une photo au petit portait : quelle photo de toi vas tu choisir ?

J'y ai réfléchi. Ce n'est pas une photo de moi mais une photo de nous, celle de notre arrivée en 2019 en "finisher" de Paris-Brest-Paris. C'est comme ça que je conçois le vélo : notre réussite était collective !

