

LE PLATEAU



Amicale Cyclotouriste de la Banlieue Est
Le Perreux sur Marne

(Fondée en 1947)

Site Internet : <http://acbe.ffct.org>

EDITO



Chères amies et chers amis,

Après une année 2017 bien remplie et riche en évènements, nous voici en 2018 pour une nouvelle saison.

Et cette année, malgré une météo incertaine, nous avons en compagnie d'élus de la ville, ouvert le « bal » par notre sortie le Perreux, les Bords de Marne et Paris- Montmartre, avec la traditionnelle pause café sur la Butte.

Sortie bien agréable et conviviale que nous continuerons au gré de notre calendrier...

Certains, en vue de la Vélocio ont déjà repris l'entraînement en participant à la Cipale – Provins, vu ce matin dans Facebook !

- En février : Belleville-la Cipale.
- En Mars : La Plesséenne 94

Pour 2018, nous espérons vous voir nombreux sur les rallyes du Val de Marne, l'ACBE prendra en charge les engagements sur 10 rallyes.

Vous aurez encore cette année, l'embarras du choix pour vos sorties et séjours : Vélocio, journées ACBE, BRM et autres...

Je vous souhaite à toutes et à tous une très belle année 2018 à vélo.

Amicalement.

Jean-Pierre MAKOWSKI

PARCOURS DU 1^{er} FÉVRIER AU 31 MAI 2018

SORTIES HEBDOMADAIRES



- ♥ **Tous les dimanches matin**, départ du parking du Centre des Bord de Marne, carrefour Quai d'Argonne et 2 rue de la Prairie, le Perreux sur Marne. Parcours selon programme ci-dessous.
- ♥ **En gras et souligné**, le lieu de rendez-vous pour le café à mi-parcours.
- ♥ **Tous les mardis et jeudis après-midi**, départ à 13 heures 30 du carrefour N34/N370, au lieu-dit « La Charrette ». Parcours défini sur place selon la période, le temps, le sens du vent et l'humeur du moment !

Sur le site internet <http://acbe.ffct.org> , onglet **Calendrier**, vous trouverez les circuits des sorties amicales, le trajet.

Pour les rallyes nécessitant un déplacement, nous avons fixé une heure de rendez-vous sur place (Départ une demi-heure après). Cela ne doit pas vous empêcher de vous téléphoner pour organiser ce type de déplacement : essayez toutefois de respecter le créneau horaire pour permettre aux retardataires, étourdis ou autres de se joindre à vous pour effectuer la randonnée.

- ✓ Une randonnée, une cyclo-sportive vous tente : parlez-en autour de vous, suscitez l'envie, dialoguez dans le groupe Facebook "ACBE Le Perreux" ! Il peut se créer un petit groupe et rendre cette sortie inoubliable !

Contactez nous, nous relaierons l'information !

LEGENDE



Sortie Prioritaire : engagement payé par le Club



Epreuve Cyclosportive



Barbentane

VENDREDI 2 FÉVRIER

Réunion Club ouverte à tous.

A 20H45, salle Charles de Gaulle, 75 avenue Ledru-Rollin, 94170 Le Perreux-sur-Marne.

DIMANCHE 4 FÉVRIER

Sortie amicale. Départ à 8h30

Le Perreux, Noisy-le-Grand, Malnoue, Emerainville, Croissy-Beaubourg, Collégien, Jossigny, Favières, **Tournan**, Villé, Les Lycéens, Neufmoutiers, Villeneuve-le-Comte, Jossigny, Guermantes, Saint-Thibault-des-Vignes, Torcy, Noisiel, Champs-sur-Marne, Noisy-le-Grand, Le Perreux. (76 km, dénivelé 330m)

<http://www.openrunner.com/index.php?id=2198746>

ACBE 77B

DIMANCHE 11 FÉVRIER

Sortie amicale. Départ à 8h30

Le Perreux, Chelles, Vaires, Guermantes, Jossigny, Serris, Bailly-Romainvilliers, Dainville, Villiers-sur-Morin, **Crécy-la-Chapelle**, Serbonne, Tigeaux, Villeneuve-le-Comte, La Sablonnière, Pontcarré, Roissy-en-Brie, Emerainville, Malnoue, Noisy-le-Grand, Le Perreux. (77 km, dénivelé 309m)

<http://www.openrunner.com/index.php?id=2241889>

ACBE 77A



75. Randonnée Bellevilloise souvenir Léon Mourard. Rdv à 8h30 Quai d'Argonne (CBM) ou à partir de 8h00 pour les grands parcours à la Cipale, vélodrome Jacques ANQUETIL, avenue de Gravelles Vincennes. 60, 80, 105 km.

Engagement payé par le club

DIMANCHE 18 FÉVRIER

Sortie Amicale. Départ à 8h30

Le Perreux, Chelles, Villevaudé, Claye-Souilly, Annet, Fresnes, Charny, Villeroy, Iverny, Le Plessis-l'Evêque, Cuisy, Montgé-en-Goële, Carrefour les Tillières, **Saint-Mard**, Juilly, Nantouillet, Saint-Mesmes, Messy, Claye-Souilly, Villevaudé, Chelles, Le Perreux. (73 km, dénivelé 411 m)

<http://www.openrunner.com/index.php?id=2234731>

ACBE 73A

SAMEDI 24 FÉVRIER

75. CLASSIC CHALLENGE PARIS (voir le site <http://classics-challenge.cc/>)

DIMANCHE 25 FÉVRIER

Sortie amicale. Départ à 8h30

Le Perreux, Chelles, Vaires, Guermantes, Jossigny, La Sablonnière, Favières, **Tournan**, D10/D32, Presles, Gretz-Armainvilliers, Chevry-Cossigny, Ozoir-la-Ferrière, Roissy-en-Brie, Emerainville, Malnoue, Noisy-le-Grand, Le Perreux. (75 km, dénivelé 250m)

<http://www.openrunner.com/index.php?id=2241873>

ACBE 75C

94. Rallye d'hiver de l'US Villejuif. Rdv à partir de 8h00 à la Maison des Sports, 44 avenue Karl Marx. 44, 65, 82 km.

MARS 2018

DIMANCHE 4 MARS

Sortie amicale. Départ à 8h30

Le Perreux, Noisy-le-Grand, Malnoue, Emerainville, Roissy-en-Brie, Pontcarré, La Sablonnière, Villeneuve-le-Comte, Tigeaux, **Crécy-la-Chapelle**, Voulangis, Villeneuve-le-Comte, Jossigny, Guermantes, Vaires, Le Perreux. (80 km, dénivelé 323m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2241922>

91. La Jacques Gouin. Départ Mennecy **115KM.**

SAMEDI 10 MARS

Sortie amicale Départ à 8h30 ou Fléchage

Parcours des Boucles de l'Est pour les volontaires qui seront occupés le dimanche (Env. 80 km)

DIMANCHE 11 MARS

Boucles de l'Est : venez nombreux nous aider à l'organisation : fléchage, tenue des contrôles, accueil des participants.

94 – Les Boucles de L'Est. Stade Chéron, 62 quai d'Artois, 94170 Le Perreux-sur-Marne de 7h30 à 9h00 pour 50, 80, 100 ou 120 km.

SAMEDI 17 MARS

77. B R M 200KM. Stade de la Remise aux Fraises, de l'arche Guédon, 77186 - NOISIEL, accueil de 7h00 à 8h00.

DIMANCHE 18 MARS

Sortie amicale. Départ à 8h30

Le Perreux, Chelles, Vaires, Thorigny, Dampmart, Carnetin, Annet, Fresnes, Charny, Villeroy, Iverny, Monument Galliéni, Trilbardou, Gauche Dir. Lesches, Château de Montigny, Esbly, **Montry**, Magny-le-Hongre, Bailly-Romainvilliers, Serris, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux. (83 km, dénivelé 402 m)

<http://www.openrunner.com/index.php?id=2258599>

Détour Facultatif de 17 km : Montry, Saint-Germain/Morin, D8- Villiers/Morin, Crécy-la-Chapelle, Serbonne, Tigeaux, Villeneuve-le-Comte, Jossigny (100 km)

94. La Plesséenne. Le Plessis-Trévisé. Espace Philippe de Dieuleveult, 169 avenue M Berteaux, à partir de 7h pour 55, 90 ou 110 km **Engagement payé par le club**

91. B R M 200KM. Salle A. Frank, rue Daniel Mayer, 91160 - LONGJUMEAU, accueil de 7h00 à 8h00.

SAMEDI 24 MARS

92. Boulogne – Châteauneuf-en-Thymerais. Challenge Christian Richon. Boulogne. Accueil, 11 rue de Clamart 92100 Boulogne, à partir de 6h30 pour 110 ou 220 km.

75. CLASSIC CHALLENGE PARIS (voir le site <http://classics-challenge.cc/>)

DIMANCHE 25 MARS

ATTENTION AU CHANGEMENT D'HEURE (A 2 heures du matin, il sera 3 heures)



Sortie amicale. Départ à 8h30

Le Perreux, Noisy-le-Grand, Malnoue, Emerainville, Roissy-en-Brie, Ozoir-la-Ferrière, Férolles-Attilly, Brie-Comte-Robert, Grégy-sur-Yerres, Evry-les-Châteaux, **Soignolles**, Solers, Courquetaine, Villepatour, Tournan, Gretz-Armainvilliers, Ozoir-la-Ferrière, Roissy-en-Brie, Malnoue, Noisy-le-Grand, Le Perreux. (90 km, dénivelé 333 m)
<http://www.openrunner.com/index.php?id=2258532>

ACBE 88B



94. 27^{ème} Rallye du Perce-Neige. Limeil-Brévannes. Gymnase Jean Guimier, 55 avenue de Valenton, à partir de 7h30 pour 45, 70, 95 ou 120 km. **Engagement payé par le club**

Du VENDREDI 30 MARS au DIMANCHE 1er AVRIL

Flèche Vélocio. Départ au choix des participants. Arrivée à la concentration Pâques en Provence à **Barbantane dans les Bouches du Rhône**. 360 km au minimum en 24 heures. Équipes de 3 à 5 randonneurs.



AVRIL 2018

DIMANCHE 1er AVRIL

Sortie amicale. Départ à 8h00

Le Perreux, Champs-sur-Marne, Croissy-Beaubourg, Rentilly, Guermantes, Jossigny, Bailly-Romainvilliers, A gauche après la jardinerie, Coutevroult, A droite à l'entrée de Saint-Germain-sur-Morin - D8, Villiers-sur-Morin, Mur de Voulangis, A gauche descente D235, A droite entrée Crécy-la-Chapelle - D20, **Tigeaux**, Villeneuve-le-Comte, Villeneuve-Saint-Denis, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux. (84 km, dénivelé 488 m)
<http://www.openrunner.com/index.php?id=4829280>

ACBE 84B

LUNDI 2 AVRIL

Sortie amicale. Départ à 8h00

Le Perreux, Chelles, Claye-Souilly, Messy, Nantouillet, Thieux, Villeneuve-sur-Dammartin, Moussy-le-Vieux, Moussy-le-Neuf, Beaumarchais, Othis, **Dammartin-en-Goële**, Saint-Mard, Montgé-en-Goële, Juilly, Nantouillet, Claye-Souilly, Chelles, Le Perreux. (88 km, dénivelé 505 m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2242008>

ACBE 87A

VENDREDI 6 AVRIL

Réunion Club ouverte à tous. A 20H45, salle Charles de Gaulle, 75 avenue Ledru-Rollin, 94170 Le Perreux-sur-Marne.

SAMEDI 7 AVRIL



02. Paris-Roubaix Challenge. Départ Roubaix (59), **72, 145 ou 172KM.**

DIMANCHE 8 AVRIL

Sortie amicale. Départ à 8h00

Le Perreux , Noisy-le-Grand, Malnoue, Roissy-en-Brie, Ozoir-la-Ferrière, Chevry-Cossigny, Grisy-Suisnes, Mardilly, Limoges-La Fourche, La Fourche, Lissy, A gauche Dir. Soignolles, A droite Dir. Barneau, Barneau, A gauche vers Château, **Solers**, Courquetaine, A gauche après Villepatour, Presles, Gretz, Ozoir-la-Ferrière, Roissy-en-Brie, Emerainville, Champs-sur-Marne, Gournay, Le Perreux. (87 km, dénivelé 468 m)

<http://www.openrunner.com/index.php?id=4832223>



94. Châteaux et Terroirs, Ormesson. RDV 8h00 quai d'Argonne ou à partir de 7h au départ pour les grands parcours, 60, 80, 120 km **Engagement payé par le club**

SAMEDI 14 AVRIL



Journée ACBE. 3 parcours (115km, 140km, 180km) avec repas le midi (parcours à déterminer).

DIMANCHE 15 AVRIL

Sortie amicale. Départ à 8h00

Le Perreux, Chelles, Vaires, Guermantes, Jossigny, Villeneuve-le-Comte, Tigeaux, Dammartin-sur-Tigeaux, Mortcerf, Crèvecœur, **La Houssaye**, Neufmoutiers, Favières, La Sablonnière, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux. (87 km, dénivelé 342 m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2257431>

94. 23^{ème} randonnée Brévannaise. Rdv à 7h30 pour les grands parcours au Centre Sportif Didier Pironi, Av. Descartes, 94 – Limeil-Brévannes. 40, 60, 80 ou 120 km.

77. Randonnée Breuilloise. École Jean Jaurès Brou-sur Chantereine. A partir de 6h30 pour 79, 113 ou 128km.

91. B R M 300KM. Salle A. Frank, rue Daniel Mayer, 91160 - LONGJUMEAU, départ à 4h00.



28. La Blé d'Or. Départ Lèves (28), **94 ou 155KM.**

MERCREDI 18 AVRIL

93. Randonnée du temps libre, Gournay-sur-Marne. Pont de Gournay, à partir de 7h30 pour 45 ou 80 km

SAMEDI 21 AVRIL

77. Les Randonnées de Montapeine. Gymnase Frot, rue Louis Braille, 77 Meaux, à partir de 6h30 pour 160 ou 210km



Belgique. Liège Bastogne Liège, « La Doyenne », 276, 160 et 79KM.

75. CLASSIC CHALLENGE PARIS (voir le site <http://classics-challenge.cc/>)

DIMANCHE 22 AVRIL

Sortie amicale. Départ à 8h00

Le Perreux, Chelles, Villevaudé, Claye-Souilly, Messy, Nantouillet, Saint-Mard, Dammartin-en-Goële, Othis, Ver-sur-Launette, Ermenonville, Mortefontaine, **Plailly**, Saint-Witz, Vémars, Moussy-le-Neuf, Moussy-le-Vieux, Villeneuve-sous-Dammartin, Thieux, Nantouillet, Messy, Claye-Souilly-Annet, Montjay-la-Tour, Villevaudé, Chelles, Le Perreux. (102 km, dénivelé 557 m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2258640>

Boucle Facultative: Ermenonville, Fontaine-Chalais, Borest, Mont-l'Évêque, Senlis, Thiers-sur-Thève, Mortefontaine, Plailly (122 km)

DIMANCHE 29 AVRIL

Sortie amicale. Départ à 8h00

Le Perreux, Chelles, Vaires, Guermantes, Jossigny, Serris, Bailly-Romainvilliers, Dainville, Villiers-sur-Morin, Voulangis, Crécy-la-Chapelle, Saint-Martin, Tigeaux, Montherand, Guérard, Gévray, Courtry, Lumigny, Marles-en-Brie, Chapelles-Bourbon, **Tournan**, Gretz-Armainvilliers, Ozoir-la-Ferrière, Roissy-en-Brie, Emerainville, Malnoue, Noisy-le-Grand, Le Perreux. (102 km, dénivelé 495 m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2258846>

MAI 2018

MARDI 1er MAI

Sortie amicale. Départ à 7h30

Le Perreux, Noisy-le-Grand, Malnoue, Emerainville, Roissy-en-Brie, Pontcarré, Villeneuve-le-Comte, Tigeaux, Serbonne, La Chapelle-sous-Crécy, Mongrolle, en face vers D21, 2^{ème} à gauche, Maisoncelles, Carrefour à droite D15, Tresmes, **Faremoutiers**, Mortcerf, Crèvecœur, La Houssaye, Neufmoutiers, Les Lycéens, Favières, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux. (109 km, dénivelé 568 m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2418535>
<http://www.openrunner.com/index.php?id=2418835>

Boucle facultative : Faremoutiers, La Celle-en-Haut, Guérard, Montherand, Tigeaux (114 km)

77. Le Merlan, Emerainville, Salle François Villon 77 Emerainville, à partir de 6h30 pour 60, 90 ou 120 km



91. La Vélostar (cyclo sportive) Breuillet (91) Départ 8h30 pour 135 km (www.velostar.org)



SAMEDI 5 MAI ET DIMANCHE 6 MAI

Les 2 jours ACBE, Parcours à définir : environ 350 km sur les 2 jours. Retour groupé dimanche après-midi après le repas où certains peuvent nous rejoindre.

DIMANCHE 6 MAI

Sortie amicale. Départ à 7h30

Le Perreux, Chelles, Villevaudé, Claye-Souilly, Nantouillet, Thieux, Villeneuve-sous-Dammartin, Moussy-le-Vieux, Moussy-le-Neuf, Vémars, Saint-Witz, **Plailly**, Mortefontaine, Loisy, Ver-sur-Launette, Eve, Dammartin-en-Goële, Saint-Mard, Montgé-en-Goële, Juilly, Nantouillet, Messy, Claye-Souilly, Annet, Villevaudé, Chelles, Le Perreux. (114 km, dénivelé 958m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2418879>

Boucle facultative : Plailly, La Chapelle-en-Serval, Orry-la-Ville, Coye-la-Forêt, Les Etangs de Commelles, Montgrésin, Pontarmé, Thiers-sur-Thève, Mortefontaine (132km)

94. La Mandrionne, Mandres-les-Roses, Mairie, 4, rue du général Leclerc, à partir de 6h30 pour 60, 80 ou 105 ou 155 km **Engagement payé par le club**

MARDI 8 MAI

Sortie amicale. Départ 7H30

Le Perreux, Noisy-le-Grand, Malnoue, Emerainville, Roissy-en-Brie, Pontcarré, Villeneuve-le-Comte, Neufmoutiers, Beaumarchais, Chapelles-Bourbon, La Houssaye, Crèvecœur, Marles par le Clos-Touret, **Fontenay-Trésigny**, Dir. Chaumes 2è à droite, Château-du-Viviers, Châtre, Villé, Favières, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux. (104 km, dénivelé 306m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2259726>

Boucle Facultative du Château-du-Viviers à Villé par Ecoubly, Forest, Ozouer-le-Voulgis, Courquetaine, Villepatour. (8 km)

89. Auxerre-Vezelay-Auxerre, gymnase de la Noue Auxerre (89). A partir de 7h00 pour 60, 115 et 150km

JEUDI 10 MAI

Sortie amicale. Départ à 7h30

Le Perreux, Chelles, Vaires, Guermantes, Jossigny, Villeneuve-le-Comte, Tigeaux, Le Grand Lud, Monthérand, Entrée Guérard à gauche avant le pont, Le Bout du Pont, Rouilly-le-Bas, Pommeuse, Faremoutiers, Le Poncet, Saint-Augustin, Mauperthuis à droite D402, Obélisque à droite D25, Les Bordes X - D25, Les Pâtis, Hautefeuille, Lumigny, Marles-en-Brie, **La Houssaye**, Neufmoutiers, Favières, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux. (118 km, dénivelé 704 m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2420253><http://www.openrunner.com/index.php?id=2418535>

Boucle facultative : Lumigny, Le Mée, Vilbert, Courtomer, Arcy, Chaumes, Ecoubly, Château du Viviers, Fontenay-Trésigny, Marles-en-Brie (137 km)

SAMEDI 12 MAI

77. B R M 400KM, Stade de la Remise aux Fraises, de l'arche Guédon, 77186 - NOISIEL, départ à 8h00.

78. Villepreux-les Andelys-Villepreux, gymnase Mimoun, avenue du Général de Gaulle. A partir de 6h30 pour 220 km



DIMANCHE 13 MAI

Sortie amicale. Départ à 7h30

Le Perreux , Chelles, Vaires, La Pomponnette, Villevaudé, Claye-Souilly, Messy, Nantouillet, Juilly, Montgé-en-Goële, Saint-Souplets, Forfry, Douy-la-Ramée, Fossé-Martin, Nogeon, **Acy-en-Multien**, Vincy-Manœuvre, Etrépilly, Barcy, Monthyon, Iverny, Villeroy, Charny, Fresnes, Annet, Villevaudé, Chelles, Le Perreux. (110 km, dénivelé 820 m)

<http://www.openrunner.com/index.php?id=2420239>

Boucle facultative : Acy-en-Multien, Etavigny, Boullare, Rouvres-en-Multien, Rosoy-en-Multien, Vincy-Manœuvre. (122km)

94. Le 3^{ème} Grand Bi, centre Hippique des Bagaudes, 1 Route Bruyère 94 MAROLLES EN BRIE. A partir de 6h30 pour 48, 90 ou 140 km

DU SAMEDI 19 MAI AU LUNDI 21 MAI

94. Lee Rayons du Val de Marne organisé par le CODEP 94. Voyage sur 3 jours en Touraine.

DIMANCHE 20 MAI

Sortie amicale. Départ à 7H30

Le Perreux, Noisy-le-Grand, Malnoue, Emerainville, Roissy-en-Brie, Ozoir-la-Ferrière, Gretz-Armainvilliers, Tournan, Les Chapelles-Bourbon, Fontenay-Trésigny, Dir. Chaumes à droite, Château-du-Viviers, Chaumes, Aubepierre, **Mormant**, Dir. Bréau à droite, Fief-des-Epoisses, Bombon, Saint-Méry, Champeaux, Fouju, Crisenoy, Champdeuil, Barneau, Soignolles, Cordon, Grisy-Suisnes, Chevry-Cossigny, Ozoir-la-Ferrière, Roissy-en-Brie, Emerainville, Malnoue, Noisy-le-Grand, Le Perreux. (115 km, dénivelé 461m) <http://www.openrunner.com/index.php?id=2654633>

Boucle facultative d'Aubepierre à Mormant par Yvernaillies, Ozouer-le-Repos (2 km)

SAMEDI 26 MAI



Journée ACBE. Pour environ 150 km avec repas le midi et parcours à déterminer.

91. B R M 400KM. Salle A. Frank, rue Daniel Mayer, 91160 - LONGJUMEAU, départ à 4h00.

75. CLASSIC CHALLENGE PARIS (voir le site <http://classics-challenge.cc/>)

DIMANCHE 27 MAI

Sortie amicale. Départ

Le Perreux , Chelles, Vaires, Guermantes, Jossigny, Serris, Bailly-Romainvilliers, La porcherie, Villeneuve-le-Comte, Tigeaux, Dammartin-sur-Tigeaux, Mortcerf, La Malmaison, Les Tourelles, Hautefeuille, a gauche Faremoutiers, Les Pâtis, Les Bordes, L'Obélisque, **Touquin**, Ormeaux, Rigny, Champlet, La Ville-du-Bois, Marles-en-Brie, Les Chapelles-Bourbon, Les Lycéens, Favières, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux. (115 km, dénivelé 628 m)

<http://www.openrunner.com/index.php?id=2654309>

93. Rallye Thierry Rabot, Parc Municipal, stade Baldi, avenue de Stalingrad, Romainville. A partir de 6h30 pour 50, 80 ou 100 km.

77. Rallye des Toques, Villeneuve le Comte, salle polyvalente, à partir de 7h pour 55, 85, 120 km

51. La Cyclo des Boucles de la Marne, départ Mesnil sur Oger, pour 160 km.



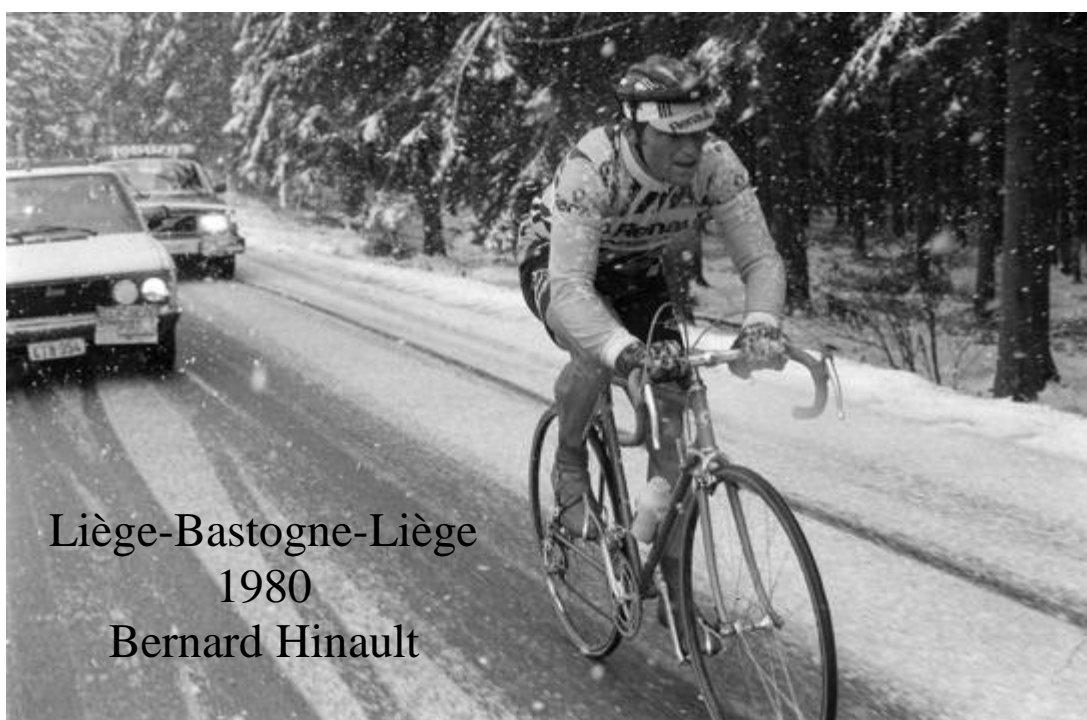
N'OUBLIEZ PAS !

Tous les premiers vendredis de chaque mois (excepté pendant les vacances d'été), réunion club ouverte à tous à 20h45, *salle Charles de Gaulle, 75 avenue Ledru-Rollin, 94170 Le Perreux-sur-Marne.*

Vendredi 2 février : réunion Club
Dimanche 11 mars : Les Boucles de l'Est
Vendredi 6 avril : réunion Club
Samedi 14 avril : journée ACBE 150km
Samedi et dimanche 5/6 mai : les 2 jours ACBE
Jeudi 26 Mai : journée ACBE 150km

SORTIES AMICALES

Date	Heure du départ	N° du parcours	Référence Openrunner	Dénivelé (mètres)
Dimanche 4 février	8h30	77B	2198746	330
Dimanche 11 février	8h30	77A	2241889	309
Dimanche 18 février	8h30	73A	2234731	411
Dimanche 25 février	8h30	75C	2241873	250
Dimanche 4 mars	8h30	80A	2241922	323
Dimanche 18 mars	8h30	83A	2258599	402
Dimanche 25 mars	8h30	88B	2258532	333
Dimanche 1er avril	8h00	84B	4829280	488
Lundi 2 avril	8h00	87A	2242008	505
Dimanche 8 avril	8h00	87C	4832223	468
Dimanche 15 avril	8h00	87B	2257431	342
Dimanche 22 avril	8h00	101A	2258846	495
Dimanche 29 avril	8h00	112A	2420790	461
Mardi 1er mai	7h30	108A	2418835	568
Dimanche 6 mai	7h30	108B	2418879	958
Mardi 8 mai	7h30	104A	2259726	306
Jeudi 10 mai	7h30	116A	2420253	704
Dimanche 13 mai	7h30	110A	2420239	820
Dimanche 20 mai	7h30	115A	2654633	461
Dimanche 27 mai	7h30	113A	2654309	628



Liège-Bastogne-Liège
1980
Bernard Hinault

70^{ème} ASSEMBLÉE GÉNÉRALE (10 DÉCEMBRE 2017)

9H15 : Assemblée Générale Ordinaire



Ordre du jour :

- Adoption du rapport Moral
- Adoption du rapport Financier
- Voyage Laos/Cambodge/Viet Nam (Jean-Paul Egret)
- Fixation cotisation 2019
- Lecture du Rapport d'Activité
- Election au Comité Directeur
- Ebauche programme 2018
- Remise des récompenses

Quorum :

Inscrits : 120

- Présents : 64
- Mandats : 4
- Votants : 68

Le quorum de 25% est atteint.

Adoption du Rapport Moral : Voté à l'unanimité

Adoption Rapport Financier : Voté à l'unanimité (1 abstention), après les nombreuses questions auxquelles a répondu brillamment notre « cher » trésorier.



Diaporama de Jean-Paul Egret suite à son voyage au Laos, Viet-Nam et Cambodge.



Fixation Cotisation 2019

Après de nombreux échanges, le Président a décidé de déterminer par vote si nous devons augmenter ou pas, la cotisation 2019.

Le vote a été le suivant :

- Pour une augmentation : 38
- Contre une augmentation : 21
- Abstention : 2

Le Président a fait 2 propositions d'augmentation : soit 5€ sur l'année, soit 3€.

Résultat du vote :

- 16 pour une augmentation de 5€
- 24 pour une augmentation de 3€

Notre cotisation pour l'année 2019 sera de 28€

Election au Comité Directeur :

- **Membres qui poursuivent :** Jean-Pierre MAKOWSKI, Joël MÉGARD, Christelle PARISOT, Sylvain LE DOUARON, Marie-Paule TRAISNEL, Jean-Pierre DORE, Eric DUCOUDRE, Michel LAUDY.
- **Sortants renouvelés à l'unanimité :** Jacques GARNIER, Gérard DELOMAS, Jean-Claude TROBOAS, Lionel DROCHON
- **Réviseurs aux Comptes :** AMOD-MOULANT Hervé et JAMET Guy.

Remise des récompenses (en présence de Dominique Vergne, Adjoint aux Sports et Développement Numérique).

Diplômes ACBE



Premier 200km : Alain Carton, Philippe Marrache, Philippe Sauvage

Premier 400km : Bernard Perrot

Premier 600km : Pascal De Sousa, Emmanuel Tutenuit

Fidélité au club

10 ans : Marie-Anne Grousset, Carole Mace, Jean-Pierre Doré, Jean-Paul Egret, Sylvain Le Douaron, Ludovic Lervant, Luis Mendes, Jean-Pierre Makowski

30 ans : Alain Continsouzas et Gilles Hillon

40 ans : Maurice et Alain Martin



Assiduité et kilométrage



**Assiduité Club : Corinne Saulnier-Eude, Philippe Sauvage, Emmanuel Tutenuit
Kilométrage Club : Pascal De Sousa, Patrick Saumurot, Alain Carton**



Assiduité Générale : Philippe Sadet, Jean-Pierre Doré, Agnès Bildé



Kilométrage Total : Jean-Claude Brisset, Astrid Ghaffarzadeh, Alain Auberge



Record Flèche Vélocio (632km) : Pascal De Sousa, Emmanuel Tutenuit, Ludovic Lervant, Jean-Pierre Doré, Lionel Drochon

Prix Encouragement : Vincent Aubert



Brevet de Cyclotourisme National : Astrid Ghaffarzadeh
Trait d'Union Européen Paris-Rome : Marie-Paule Traisnel, Joël Pigeard
Animation Club (Facebook, Bulletin, Codep) : Corinne Saulnier-Eude



Remerciements pour l'accueil des allemands et Forchheim : Famille Mace, Famille Delomas et Famille Saulnier-Eude.



La première équipe entièrement féminine de l'ACBE pour la Flèche Vélocio 2018 en direction de Barbentane (Carole Mace, Christelle Parisot-Semelin, Carole Bendavid, Marie-Paule Traisnel, Corinne Saulnier-Eude)



L'Assemblée Générale se termine, après un discours de Dominique Vergne, Maire adjoint Du Perreux sur Marne en charge des Sports et du Numérique, par le pot de l'amitié, puis le repas annuel.

REPAS DE FIN D'ANNÉE

Blanquette de veau pour ce 6^{ème} repas de fin d'année, organisé en clôture de notre Assemblée Générale.



Un grand merci au traiteur, à tous les serveurs bénévoles et à tous ceux, qui ont, apporté leur pierre à l'organisation, créé cette ambiance conviviale et commencé à bâtir les projets de randonnées 2018.

- ✚ « - Vous aimeriez vivre sur la lune ?
- Non. Ça m'embêterait de changer de quartier tous les neuf jours ! » Francis Blanche



Maillots, coupe-vent, blousons, gants, aux couleurs du Club
Contactez Sylvain Le Douaron au 06 70 46 22 61
(christine.le_douaron@bbox.fr).

- ✚ Bernard Blier et sa femme avaient reçu pendant plusieurs jours quelqu'un qui se montra d'une indélicatesse caractérisée, notamment en critiquant une partie des lieux :
« - Votre maison n'est pas trop mal mais, en revanche, la pelouse me semble bien nue !
- Nous venons de planter les premiers arbres. Mais vous verrez comme ils seront grands la prochaine fois qu'on vous invitera ! »

DISCOURS D'ALAIN CONTINSOUZAS LORS DE LA REMISE DE SON TROPHÉE POUR SES 30 ANS DE FIDÉLITÉ AU CLUB



Il est 7h. Je regarde par la fenêtre de ma cuisine, le ciel est d'un bleu magnifique, il « pèle » un peu, la nuit a blanchi les toitures et gelé les pare-brises des voitures.

Je me prépare. Je suis tout excité d'aller au pavillon Joubé pour la 70^{ème} assemblée qui va être extraordinaire car ce sont les 70 ans du club mais également mes 30 ans au sein de l'ACBE.

Lorsque j'ouvre la porte de la salle que d'émotions. Déjà 30 ans, « le temps passe vite », une petite larme coule sur ma joue toute fraîche. Les souvenirs m'envahissent et je repense à toutes ces années que j'ai passé avec les Acébéistes dit les Schtroumpfs car bleus comme les couleurs de mon club de vélo. Une odeur de café et de viennoiseries arrive jusqu'à moi et c'est Didier qui depuis plusieurs années nous les propose pour réchauffer nos corps et nos cœurs.

Rapidement quelques Schtroumpfs papotent gentiment tandis que d'autres signent la feuille d'émargement et renouvellent leur licence.

La salle se remplit peu à peu, il va être temps de passer aux choses sérieuses avec normalement la présence de la municipalité et toujours notre trio de tête pour nous résumer la vie du club avec autant de plaisir. Plaisir partagé car nous les écoutons avec attention et nous rions en regardant les photos

défilées au gré des aventures qui ont eu lieu tout au long de l'année. Merci à eux pour ces beaux moments qu'ils savent faire revivre.

Pour moi, l'ACBE signifie **A**mitié **C**onvivialité **B**onheur **E**panouissement.

Je suis arrivé à l'ACBE à l'âge de 23 ans grâce à Roger DUFAU, ancien du club et voisin de mes parents que je considérai comme mon grand-père.

En toute humilité, j'étais un beau jeune homme à marier, maintenant je suis un pépère qui traîne sa carcasse sur son vélo mais qui prend toujours du plaisir à pédaler.

Pour la petite histoire, j'ai connu Roger lorsque j'étais un petit bambin âgé de 6 ans. J'aurais pu venir au club avec ma trottinette et obtenir la médaille du mérite car, si j'avais pu le faire, je l'aurais fait.

A l'époque, je n'étais pas fait pour ce sport, mon physique se prêtait plutôt à la pratique du rugby et du judo.

Malheureusement en février 1981 lorsque j'étais adolescent, j'ai eu un grave accident sur la voie publique qui a eu des conséquences importantes sur ma santé.

J'ai dû me battre et surmonter pas à pas les épreuves pour ne pas me laisser envahir par les diagnostics pessimistes des médecins. Après une rééducation longue et importante, j'ai dû me tourner vers d'autres sports que le rugby ou le judo et c'est ainsi que je suis arrivé à la pratique de ce sport magnifique qu'est le vélo avec lequel j'ai parcouru des kilomètres aux couleurs de l'ACBE.

Que de souvenirs. Lorsque je suis arrivé à l'ACBE, je ne connaissais rien à la pratique du vélo, les anciens m'appelaient « la brute ». J'étais toujours sur le grand plateau et j'ai vite déchanté dès la première bosse.

Je voulais profiter de mes 30 ans au sein de l'ACBE pour les remercier de m'avoir appris les subtilités de ce sport et de m'avoir canalisé en m'apprenant à gérer mes efforts. Merci également aux nouveaux de pédaler à mes côtés et de m'encourager quand cela ne va pas.

Durant toutes ces années, j'ai essayé d'apporter ma gentillesse, ma générosité pour aider le club à la hauteur de ce que je peux donner et je continuerai bien évidemment à rendre service tant que ma santé le permettra.

Merci à vous tous pour ces instants passés ensemble et qui reste à passer.

Bonne journée et bonnes fêtes à tous les Acébéistes. Vive l'ACBE

Alain, votre pépère.

CYCLISME

ACBE LE PERREUX : 70 ANS ET TOUJOURS DYNAMIQUE !

Cette année, l'Amicale Cyclotouriste de la Banlieue Est – le Perreux souffle ses 70 bougies. Pour célébrer cet anniversaire, l'association avait organisé les samedi 16 et dimanche 17 septembre derniers une randonnée de 24 heures au Polygone de Vincennes. L'objectif : parcourir 7000 km durant ce week-end !



UN WEEK-END ENTIER POUR LA PETITE REINE.

Le samedi, les Acébéistes se sont succédé sur le parcours, certains revenant 3 fois sur les 24 heures, d'autres avec des amis, d'autres avec leurs enfants (Lucie, 8 ans et 28 km fut la plus jeune). Dominique Vergne, Maire-adjoint chargé des Sports

et du Développement du Numérique, participa aussi et parcourut 37 km. Durant la nuit, il y eut en permanence 4 à 5 participants roulant dans le noir complet. Le dimanche, c'est un beau peloton groupé d'une quarantaine de cyclos qui envahissait le circuit au petit matin. Et le pari fut gagné avec 8 174 km parcourus et 75 participants pour 112 licenciés.

À l'arrivée de la randonnée, les bénévoles fêtèrent, en compagnie des « anciens Acébéistes », l'événement dans la salle des Mariages de l'Hôtel de Ville autour d'un verre de l'amitié largement mérité après tous ces efforts !

ENFOURCHEZ VOTRE VÉLO !

À l'ACBE, le cyclotourisme est une activité de détente et de loisir qui implique le plaisir des rencontres, l'entraide et la convivialité. L'éventail des sorties va de quelques dizaines de km à des aventures de plusieurs milliers de km ! L'association est également un lieu de vie, de rassemblement autour d'un point commun. Chacun a sa propre raison d'y adhérer : le partage d'une passion, l'envie de faire des rencontres, de se fixer des challenges, etc. L'important est d'être dans le partage et la bonne humeur. Si les 70 ans de l'ACBE sont une réussite, c'est tout simplement parce que ses membres partagent en commun l'envie de rouler dans un bon état d'esprit.

Renseignements : acbe@fct.org

Article paru
dans Le
Perreux
Magazine

Bra 2017 : 22 – 23 juillet

BRA 1^{ère} étape Vizille Valmeinier

Le Brevet de Randonneur des Alpes et le brevet Alpin de cyclotourisme étaient organisés le samedi 22 et dimanche 23 juillet par le club des Cyclotouristes Grenoblois (CTG). Le départ se situe dans le parc du château de Vizille. Après 25 km nous atteignons Rochetaillée où nous partons vers le nord en direction du barrage du Verney, à ce moment débute véritablement la montée vers les cols du Glandon et de la Croix de Fer, les panneaux tous les Km nous rappellent qu'il faut en gravir 27 . Premier contrôle au Rivier D'Allemont, la 2eme partie nous mène au col du Glandon par le barrage de Grande Maison et la combe d'Olle. Rencontre d'un Quatuor d'italiens sur Vespa ! En repartant arrêt devant la stèle des forces du Maquis de l'Oisans.



Et pour finir le col de la croix de Fer (2067m). Pour info du Dauphiné du 23 décembre 2016 des traces de 4x4 ont été trouvées Croix à terre : malveillance ou imprudence ? Inauguration du nouvel emplacement. C'est un mythe : « que deviendrait le col, sans la croix de fer qui annonce pour des millions de cyclistes qui l'empruntent depuis des lustres, la fin d'un long calvaire ».



Après un repas au bas de la station du col d'Arves. Nous redescendons par St Jean d'Arves, St Jean,



St Michel de Maurienne Neutralisation à Valmeinier.

2eme étape : Valmeinier-Vizille.

Départ de Valmeinier en direction du col du Télégraphe, descente sur Valloire. Commune du Champion J-B Grange. Au contrôle à la Rivine, exposition de sculptures de foin, originales.



C'est l'attaque du col du Galibier, par le plan-Lachat, les Granges. Au col les photos traditionnelles mais nous ne sommes pas seuls. Ensuite cette descente qui nous attend ! passage obligé devant la stèle Henri Desgranges, des fleurs du dernier TDF, puis plonger sur le Lautaret, un magnifique point de vue sur la Meije ! par la combe de Malaval. Puis le barrage du Chambon.





Un moment d'hésitation, l'appel du col de Sarenne, pas raisonnable il faut rentrer ensuite.

Retour à Vizille, les organisateurs très chaleureux avec chacun, «vendent bien» Leur BRA en nous sollicitant l'année prochaine pour le Brevet de Randonneur de l'Oisans (17-06-18).

Conclusion : **BRA** c'est :une **Belle Randonnée Alpine** pour **Baroudeurs en Recherche d'Aventures**. (À méditer !)

Jacques Legrand

Novembre n'est pas toujours triste...

Le premier cri, c'est Marie-Paule qui l'a poussé en voyant que finalement le nombre de 20 courageux était plus que largement atteint avec en prime, ce matin, un petit nouveau (la relève?) suivi des yeux par une Marianne protectrice.

La pluie ? Derrière nous. La couette ? Aussi. Le vent ? Ah! Le vent.... Point positif, il nous a séchés la route pour nous rendre la ballade agréable. Ce matin, pas de groupes, mais un groupe. On roule dans une super ambiance, les fortiches attendent les moins fortiches. C'est génial. Une biche traverse juste devant nous -d'autres ont vu un faon... peu importe, nous sommes étonnés que l'animal soit si près des maisons et des feux de circulation... Personnellement, je n'ai rien vu. Je ne pouvais pas tout faire... Essayer de suivre, rester dans la roue de nos 2 coachs - et regarder le paysage.

Le deuxième cri, c'est d'avoir partagé une pause café avec le groupe 1!...eh oui! On a réussi ça et on en est fières...on est aussi fières d'avoir suivi. Bon Ok ils nous ont un peu attendues mais quand même on a assuré...

Le troisième cri, il était intérieur mais quand un des gars du groupe me dit " j'suis bien content d'arriver", je pense très fort que son honnêteté est belle. Un mec qui avoue qu'il est crevé...ben moi, ça me touche...nous nous sommes quittés sous un grand soleil et avec le sourire. Rdv pour certains samedis prochains...

Je terminerai avec une petite pensée pour notre copine Carole B qui, à cette heure-ci s'est lancée dans un beau challenge...le marathon de New York.



Corinne S.E.

LE TOBOGGAN MEUDONNAIS, 15 OCTOBRE 2017



C'est au complexe sportif Marcel BEC à Meudon, que se sont donné rendez-vous une vingtaine d'Acébéistes, pour quelques petits tours de toboggan. Les températures promettaient d'être clémentes et le soleil radieux. Plus de mille participants s'élançèrent sur les routes vallonnées de la Vallée de Chevreuse dès 8 heures du matin.

« Emportés par la foule qui s'élançe,
En cadence,
Une folle farandole
De maillots bleus
Prend son envolà 8h40 ! »

Cuissards courts, manchettes ou bras nus, les voilà partis dans la fraîcheur matinale pour 90kms d'efforts. Les premières difficultés ne tardent pas à réchauffer les corps et à écrémer le groupe. Pas vraiment « un jeu d'enfant », comme le laisse à penser la dénomination de ce rallye. Raidillons sur longues côtes, il faut tirer sur les pédales pour s'arracher du bitume. S'accrocher au guidon et serrer les fesses pour atteindre les sommets. Quelques bouts plats laissent un peu de répit, tout relatif ; c'est le moment d'envoyer les watts, de libérer le reste d'énergie pour s'abriter dans un groupe et se remotiver. Près d'un étang, des oies Bernaches prennent leur envol à notre passage et semblent nous tirer vers les cieux.

De longues descentes devançant, forcément, de belles montées aux noms prestigieux : côte de la Vacheresse, les dix-sept tournants, côte de la Madeleine (et sa magnifique forteresse qui domine la Vallée de l'Yvette, construite entre le XIe et le XIVE siècle), Milon la Chapelle, côte de Château fort, côte de l'Homme Mort, pour citer les plus connues !!

Il fait beau, il fait chaud et les ravitaillements sont surprenants. Des huitres côtoient du pain de mie ou du pain d'épice tartinés de foie gras, du chocolat ou des fruits secs. Les cyclistes s'agglutinent devant les tables, comme des abeilles sur des étamines.

Au fil des kilomètres, le dénivelé devient usant et les muscles accumulent l'acide lactique.

Impossible de prendre les roues de ces trois « LOTUS » qui viennent de nous doubler et qui vrombissent sur un long bout droit. Aller, encore quelques efforts, le plus dur est derrière nous. Dernière difficulté, belle grimpette, quelques vires-vires dans la forêt et nous voilà revenus au point de départ.

Boissons et sandwiches à l'arrivée pour reprendre des forces !

Le plus gros de la troupe sera sur la photo avant midi trente.

Je lézarde au soleil en attendant les attardés pour une ultime photo souvenir, et récupérer mon chauffeur (Jean-Jacques) !

Voilà, c'était week-end, donc vélo et c'était un beau rallye !

Merci au soleil de nous avoir accompagné et au vent de ne pas avoir trop soufflé !

Un grand merci aux organisateurs de ce Toboggan Meudonnais dont le fléchage était simplement excellent et l'accueil très chaleureux.

A bientôt pour de nouvelles aventures !



Catherine W.

Quoi qu'en dise certain(e)s, un toboggan...ça monte et ...



J'y vais...j'y vais pas ? Elle m'avait été bien vendue cette sortie. Et en plus, le temps était de la partie.

Seul petit détail... un changement de taille dans ma vie de cyclo ces derniers jours... Ok j'ai fait ce que j'ai pu pour faire bonne figure au départ mais certains le savent, c'est vraiment avec beaucoup d'appréhension que je vous ai suivis ce matin. Et en plus, ça commence par descendre...le cauchemar ! Mais comme le club est une belle famille de cyclos, l'union a fait ma force.

Et puis merde ! C'est vrai qu'il est beau ce vélo ! J'peux pas avoir l'air d'une fiotte et tableur sur 40 kms !

En plus, 4 nanas sur un groupe de 10, impossible de lâcher les filles !

Alors, à force de raisonnements intérieurs et d'encouragements, l'assurance est venue. Je sais, c'est un peu fort mais c'est dans les moments compliqués qu'on aime s'appuyer et se laisser porter par la famille. Aujourd'hui, ma famille de vélo m'a été d'un grand réconfort, d'une grande aide et m'a permis de franchir un cap que je n'aurais passé que difficilement, et dans la douleur. Alors, merci à vous, mes compagnons du toboggan, et pour ceux qui voudraient le tester l'année prochaine, si on vous dit que c'est tout plat, c'est du pipeau...ça descend beaucoup, beaucoup, beaucoup...

Corinne Saulnier-Eude

Une sortie amicale !

Ce matin j'avais décidé de faire une quarantaine de kilomètre sur Vincennes afin de tester des modifications de réglage et aussi afin de rentrer vers 10h30.

Mais pour me faire pardonner de mon infidélité cyclo régulière, je suis tout de même passer par le CDBM afin de dire bonjour au club.

La météo avait annoncé un temps couvert sans pluie et c'est un ciel gris et de la bruine qui nous a accueillis. Pourtant Les Bords de Marne avaient mis leurs habits bleu et or. En effet, malgré le temps humide, une trentaine de cycliste était présent.

Finalement au lieu de partir seul sur Vincennes, je suis parti avec le club jusqu'à Vaires où j'ai pris la tangente.

Et heureusement que je n'ai pas suivi sur la sortie, j'aurai été largué très vite vu qu'à la sortie de Chelles sur mon trajet retour, un cyclo du groupe 1 m'avait déjà rejoint (avait-il déjà fini le tour ou est-ce son GPS qui lui a joué un tour ?).

Un peu plus loin nous avons rejoint un autre cyclo déjà sur le retour (bon la pluie ça aide pas) et c'est à 3 que nous sommes revenus sur Le Perreux.

A l'arrivée, j'ai fait une sortie de 30 km dont plus de la moitié avec des membres du club.

Au final malgré la pluie, je rentre avec le sourire comme quoi à l'ACBE même quand il pleut on est heureux.



Eric Ducoudre

Lancement à Saint-Lô des premiers vélos électriques à hydrogène en France



Les premiers vélos électriques à hydrogène en France ont été mis en service ce 11 décembre à Saint-Lô, dans la Manche, ont annoncé les collectivités locales. Selon Christophe Bruniau, directeur des ventes de Pragma Industries, la PME de Biarritz qui a conçu les vélos, il s'agit même d'une première mondiale. "Nous en livrons vingt aujourd'hui dans la Manche, dix pour Saint-Lô et dix pour Cherbourg. Quarante autres seront livrés dans les prochains jours à la communauté d'agglomération Pays basque, à celle de Chambéry et en Ariège", a précisé à l'AFP Christophe Bruniau, qui affiche cent commandes fermes au total. "On a des perspectives pour plusieurs centaines de vélos pour 2018 dans toute la France et à l'export, où on est assailli de demandes", a-t-il ajouté, citant le Danemark et l'Allemagne. Ces vélos, qui pèsent 25 kg, soit le poids d'un vélo électrique classique, se rechargent en hydrogène "en moins de deux minutes, contre trois heures pour un vélo à assistance électrique classique proposant moitié moins d'énergie", selon le dossier de presse. Il faut pour cela se rendre à la "station de recharge pour vélo hydrogène", mise en service lundi à Saint-Lô, "une grosse boîte" de deux mètres sur un mètre qui transforme l'eau de la ville en hydrogène, selon Christophe Bruniau. Le vélo électrique à hydrogène, carburant non polluant, a une autonomie de 100 km, au lieu de 50 km en moyenne pour un vélo électrique classique, précise Pragma. Le coût du vélo est aujourd'hui de 7.500 euros, mais l'entreprise vise un prix public d'environ 3.500 euros à l'horizon 2020.

Les premiers vélos à hydrogène sont utilisés à Saint-Lô par les employés de l'hôpital et d'une entreprise de 800 salariés, Lecapitaine. Ils seront ensuite proposés d'avril à octobre aux touristes. La mise en service des vélos et de la station hydrogène de Cherbourg est prévue pour le printemps. Le coût de cette expérimentation sur 39 mois dans la Manche est de 723.048 euros, dont 337.981 euros par l'Ademe et le reste par les collectivités locales.

En janvier 2015 déjà, le département avait inauguré la première station publique d'hydrogène pour voitures de France à Saint-Lô. La collectivité possède aujourd'hui une flotte de 17 véhicules à hydrogène. Une station à hydrogène a également ouvert en juillet à Rouen. Elle alimente une dizaine de véhicules appartenant aux collectivités ou entreprises locales. La région Normandie projette l'ouverture de neuf autres stations en 2018.

Tour du Mont-Blanc

Depuis un moment nous envisagions, après les BRM, de faire le circuit du tour du Mont-Blanc, version FFCT et l'organisation du club de Chambéry.
Nous sommes partis du Chalet des Chavants, hameau des Houches, dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Une chance, le temps a été de la partie.



Guy, Hervé et Jacques.

Première étape : Les Houches-Séez

Après la descente par Vaudagne (humide et glissante d'une nuit arrosée), nous passons Servoz, Le Fayet, la montée de St Gervais (station thermale), vue au loin sur Sallanches et Combloux. C'est maintenant la vallée de Megève, Praz sur Arly, Flumet où nous attaquons le col des Saisies. Changement de vallée pour le Beaufortin. Col de Méraillat et la chaleur. Un paysage grandiose le lac et barrage de Roselend.



Puis la dernière difficulté de la journée, le Cornet de Roselend par le plan de la Lai.



Descente par la vallée des Chapieux sur Bourg St Maurice. Nous passons la soirée à Villard dessus hameau de Sééz.

(123 Km et 2890 m dénivelé +)



Deuxième étape : Sééz- Grand St-Bernard.

A notre départ de l'auberge du Val Joli nous rencontrons un groupe de cyclo de Meaux qui continu sur l'Iseran pour réaliser la grande traversée des Alpes, ainsi que de nombreux parapentistes en compétition à La Rosière. Une vue sur la station des Arcs



Après un court arrêt nous atteignons le Petit St-Bernard (2188m). Avec ce temps splendide, nous admirons l'envers de la chaîne du Mont-Blanc, avec entre autre le Mont-Blanc de Courmayeur et le glacier de la Brenva



Nous roulons sur une route refaite à neuf, sur les contreforts de la vallée de la Thuile (il nous en fallait une !)



Enfin dans la vallée des cents châteaux ! Pré st Didier, Morgex, la Salle, Sarre et sa forteresse. Nous arrivons à Aoste sous un soleil de plomb, 39° au compteur, où nous dégustons un plat au jambon du même nom et essayons de nous désaltérer (les canettes descendent !). Une bonne glace, on recharge les bidons pour attaquer le Grand St-Bernard (2473 m).



8° Nous passons la soirée à L'Hospice version repas à heure fixe, musique dans les couloirs et lit immense en bois profond, douche sans eau chaude, bon on connaît déjà ! 120 Km et 2970 m dénivelé +. Une bonne nuit de récupération.



Troisième étape : Grand St-Bernard - Les Houches.



Il est bien difficile de partir avec un aussi beau panorama !



Vue sur le village de Bour St Pierre, puis Orsières et Sembrancher où nous laissons sur notre droite la vallée de Verbier pour Martigny bourg et ses vignobles en coteaux. C'est La Forclaz.



Après être descendu par la vallée du Trient, passer la frontière au Châtelard, nous voici dans le col des Montets et un **panorama** : la Verte, les Drus puis les Aiguilles de Chamonix, l'Aiguille du midi, le Mont-Blanc, le Dôme du Goûter et l'Aiguille du Goûter.



Bref notre ombre nous a suivie toute la journée. Que de beaux souvenirs à notre retour au chalet. Hervé nous a rejoints à Chamonix pour une bonne glace devant la chaîne, aux Gaillands près du lac des Pèlerins. Une journée de 90 km 1630 m. dénivelé +.

Ce tour du Mont-Blanc est donc une randonnée organisée et homologuée par le club des cyclotouristes Chambériens. Que de beaux souvenirs, pas seulement de cartes postales !!

Merci à Hervé et Guy.

J. Legrand.



Un soir d'octobre !!



La Belveloise ...ne me demandez pas pourquoi ceci me faisait penser à une jolie parisienne, la jupe au vent. C'est comme ça et chercher une explication n'est pas toujours important. Lumières prêtes, batteries chargées, coupe-vent – je prends, je ne prends pas ?- nous voilà partis vers la Cipale sous un ciel mitigé. Michel et Sylla sont sur place et le goûter nous fait patienter au chaud. L'air est humide, le temps incertain et une belle averse s'est abattue sur Christelle et JC avant leur arrivée... 17H00, les groupes se forment et les 7 ACBéistes savent qu'il va falloir composer avec la pluie et le zéph. Partis de Bry à 15h30, on se retrouve à Bry avec une pause dépannage – merci les garçons, même les belles roues...ça crèvent ! – puis direction l'étang de Vaires. La nuit arrive! JC et Christelle sont sur le bas-côté, à réparer juste après Thorigny. On continue, on branche nos lampes ; le mode clignotant, façon discothèque, on se le garde pour une autre fois ! Traversée du bois dans la nuit noire « Mon Dieu, qu'est ce que je fous là ! ». J'avoue que le premier quart d'heure a été un long et profond questionnement. Mais finalement, pourquoi pas ? Je me retourne pour chercher Christelle que je n'entends plus depuis longtemps... pourquoi se retourner ? Rien à voir...devant non plus d'ailleurs, hormis les loupottes rouges des éclairages. La mienne a rendu l'âme avant même de démarrer... Les bosses ne font pas peur...on ne les voit pas, on les sent. Un petit « jerk » à capella et on continue jusqu'au ravito. Un grand moment : il faut savoir où sont ses doigts car très peu d'éclairage pour attaquer les sandwiches. Après 54km on repart et là...houille houille houille ! Il faut s'accrocher grave car le chemin est, comment dire ? Merdique, oui on peut le dire. On se croirait sur le bord d'une déchetterie. Ensuite, on a perdu le capitaine de route, puis retrouvé, puis...j'avais l'impression qu'il était 3h du mat' mais non !non ! Juste 23h. Pascal pousse une dame très à la ramasse, Sylla garde un œil bienveillant sur Carol et moi. Mais où sont les autres ? Tiens c'est Christelle ! Il est minuit, nous posons nos vélos et nos 3 « perdus » sont assis, prêts à attaquer la soupe à l'oignon ! ACBE : 7 - dont 3 femmes, ça méritait bien une petite récompense ! On n'aura pas croisé la jolie parisienne, ni sa jupe...seulement le vent ! Mais on ramène la coupe en rentrant tous ensemble par le bois. 1h30, le sous-sol est, lui, bien éclairé et je vois l'étendue des dégâts ...tout est crado, à commencer par le vélo...allez, 2h du mat', c'est l'heure d'éteindre après cette expérience très particulière : savoir rouler de nuit, sans appréhension...on ne sait jamais...ça peut servir un jour. **Corinne Saulnier-Eude**

Récompenses ACP – 13 janvier 2018 – Cap sur le PBP 2019 !



La traditionnelle cérémonie des récompenses de l'**Audax Club Parisien** n'avait pas la dimension de celles des années de Paris-Brest-Paris. Mais elle permettait, comme chaque année, d'admirer les capacités d'organisation de ce club hors normes !

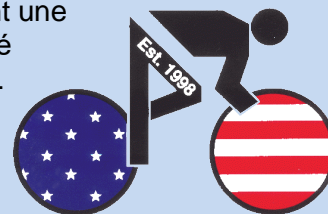
L'ACP organise la « Flèche Vélocio » que l'ACBE connaît bien pour y participer souvent (mais pas autant que l'US Metro dont une équipe au moins a homologué une Flèche Vélocio chaque année depuis sa création, c'est-à-dire depuis 70 ans !). Il y a aussi, le même WE, la « Fléchette Vélocio » (réservée aux jeunes) et les « Traces Vélocio » (randonneurs peu aguerris et ne souhaitant pas rouler de nuit). Nous avons récupéré les homologations et médailles 2017 de nos 2 équipes ACBE (9 participants homologués).

Le modèle de la Flèche Vélocio se décline (je ne le savais pas) en « Flèches Nationales » (et « Traces Nationales ») qui peuvent être organisées en France ou dans d'autres pays, sous l'égide de l'ACP. Il y a aussi des « Super Randonnées Françaises » et des « Super Randonnées Internationales ». N'en jetez plus !

Au passage, signalons que l'ACP propose un parcours de « Tour de Corse » (en rando permanente).

L'ACP organise et anime aussi les « Flèches de France » et les « Relais de France ». Jacques Tourrette figure au palmarès 2017 des Relais de France (Lille-Charleville / Charleville-Strasbourg / Nantes-Brest).

Encore plus connus, les BRM (« Brevets Randonneurs Mondiaux ») prennent une ampleur planétaire. Le millionième BRM homologué de l'histoire a été célébré en avril à Noisiel. C'est maintenant une activité présente sur les 5 continents. Plus de 55 pays ont organisé des BRM en 2017, totalisant plus de 90000 homologations et plus de 25 millions de km parcourus ! L'activité de certains pays explose. Les 2 premiers clubs organisateurs de BRM sont respectivement japonais et Thaïlandais !



Enfin, venons-en au légendaire « Paris-Brest-Paris ». Le prochain aura lieu en 2019 et il faut y penser. La limitation du nombre de participants était déjà prévue en 2011 et 2015 mais n'avait pas eu à s'appliquer. Mais considérant le développement des BRM autour du monde, les dirigeants de l'ACP sont convaincus qu'ils refuseront des inscriptions en 2019. Ils recommandent donc de faire des BRM en 2018. En effet, les préinscriptions seront ouvertes dès janvier 2019, d'abord à ceux qui ont homologué un BRM 1000 km (ou plus) en 2018, puis environ tous les 15 jours, à ceux qui ont homologués des BRM 600, puis 400, ...

AVIS AUX CANDIDATS au PBP 2019 : Faites un BRM 400 en 2018 (ou plus ...) !
Par ailleurs, l'ACP recherche des personnes souhaitant participer à l'organisation de ce prochain PBP.

Collègues de l'ACP, chapeau bas ! Et merci pour tout ce que vous nous permettez de vivre à vélo.
www.audax-club-parisien.com

Michel GROUSSET



19

ÉDITION

ORGANISÉ PAR **Audax Club Parisien**

PARIS-BREST-PARIS

SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES

R A N D O N N E U R

AVEC LE CONCOURS
DES VILLES ÉTAPES ET
DE L'AGGLOMÉRATION DE
SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES



18-22

A O Û T

2 0 1 9



En août 2019, le PARIS-BREST-PARIS Randonneur sera de retour, comme tous les 4 ans ; c'est une épreuve mondialement connue et attendue, on peut la considérer comme les Jeux Olympiques du cyclotourisme.

L'Audax Club Parisien vous invite à participer à cette célèbre randonnée longue distance. Sous l'égide de la Fédération française de cyclotourisme et avec nos partenaires, la Communauté d'agglomération de Saint-Quentin-en-Yvelines et la ville de Montigny-le-Bretonneux, nous vous accueillerons au Vélodrome national de Saint-Quentin-en-Yvelines dès le 18 août pour vous faire vivre une fantastique aventure.

Vous serez des milliers, en provenance des cinq continents, à vouloir prendre le départ de cette randonnée mythique et à tenter de rejoindre au palmarès tous ceux qui, depuis 1931, ont construit la légende du Paris-Brest-Paris Randonneur. Certaines et certains tenteront de réussir respectivement leur 9^e et leur 12^e PBP ; chapeau bas !

Le Paris-Brest-Paris est une épreuve sans classement ni podium, pour le plaisir de l'effort sous les encouragements du public sur le bord de la route.

Sur le parcours, vous trouverez, tous les 80 kilomètres environ, des sites gérés par des clubs locaux pour les opérations de contrôle ainsi que pour le ravitaillement, le couchage, l'assistance technique et les soins médicaux.

L'engouement pour cet événement s'amplifiant, vous serez des participants de près de 70 nations à partager les beaux paysages de l'Île-de-France, de la Normandie, du Maine et de la Bretagne.

Bonne route et bon vent
L'Audax Club Parisien



LE PBP EN QUELQUES CHIFFRES

■ HOMOLOGATIONS, ABANDONS ET HORS DÉLAI PAR DÉPART (2015)

Départ	80h	84h	90h	Total
Partants	1 210	782	3 878	5 870
Abandons	176	82	855	1 113
Hors délai	17	4	123	144
Homologués	1 016	695	2 899	4 610

■ ÉVOLUTION DU NOMBRE DE PARTICIPANTS

	INSCRITS	HOMOLOGUÉS
1931	64	44
1948	205	152
1951	493	379
1956	250	155
1961	191	127
1966	187	137
1971	376	272
1975	729	559
1979	1 881	1 574
1983	2 197	1 895
1987	2 690	2 119
1991	3 388	2 617
1995	2 976	2 376
1999	3 686	2 976
2003	4 185	3 459
2007	5 310	3 606
2011	5 225	4 068
2015	6 094	4 610

LIMITATION DU NOMBRE DE PARTICIPANTS

Pour garder une certaine fluidité aux points de contrôle, pour la sécurité de tous les participants et la qualité de l'organisation, le nombre de participants sera limité et communiqué début 2019.

LES INSCRIPTIONS

FIN DES INSCRIPTIONS LE 03 JUILLET 2019 !!

Le site officiel du Paris-Brest-Paris Randonneur pourra recevoir vos inscriptions du 1^{er} juin au 3 juillet 2019.

Vous pourrez vous inscrire même sans avoir effectué vos derniers brevets mais votre inscription ne sera définitive que lorsque vous nous aurez fourni les numéros d'homologation de vos 4 brevets qualificatifs, au plus tard le 3 juillet.

PRÉINSCRIPTIONS

La préinscription permettra de connaître le nombre de places disponibles jour après jour, dès le 14 janvier 2019 sur www.paris-brest-paris.org. Afin de garantir votre inscription, nous vous invitons à réaliser au moins un Brevet Randonneurs Mondiaux dès 2018.

Les BRM homologués entre novembre 2017 et octobre 2018 ne seront pas qualificatifs pour PBP mais vous assureront une priorité :

**HOMOLOGATION
D'UN BRM 1000 KM
OU RM 1200 KM**

Préinscriptions à partir du

**14 JANV
2019**

**HOMOLOGATION
D'UN BRM 600 KM**

Préinscriptions à partir du

**28 JANV
2019**

**HOMOLOGATION
D'UN BRM 400 KM**

Préinscriptions à partir du

**11 FÉV
2019**

**HOMOLOGATION
D'UN BRM 300 KM**

Préinscriptions à partir du

**25 FÉV
2019**

**HOMOLOGATION
D'UN BRM 200 KM**

Préinscriptions à partir du

**11 MARS
2019**

LES BREVETS QUALIFICATIFS

En 2019, chaque participant devra réaliser les 4 Brevets de Randonneurs Mondiaux, du 200 km au 600 km, afin de pouvoir s'inscrire au PARIS-BREST-PARIS Randonneur.

Ces brevets sont organisés sous les règlements de l'AUDAX CLUB PARISIEN dans plus de 65 pays.

Le planning recommandé aux organisateurs français métropolitains pour l'année 2019 est le suivant :

BRM 200 KM

**DU 23 FÉV
AU 12 MAI**

BRM 300 KM

**DU 6 AVRIL
AU 26 MAI**

BRM 400 KM

**DU 20 AVRIL
AU 2 JUIN**

BRM 600 KM

**DU 4 MAI
AU 30 JUIN**

Les calendriers des BRM (français et internationaux) seront disponibles sur www.paris-brest-paris.org

L'AGENDA DU PBP RANDONNEUR

■ PRÉSENTATION OFFICIELLE

**SAM
12 JANV
2019**

à partir de 16 h
Espace Charenton
75012 PARIS

■ REMISE DES DOCUMENTS

La veille de votre départ, **du samedi 17 au dimanche 18 août 2019**, se dérouleront au Vélodrome national de Saint-Quentin-en-Yvelines la vérification des cycles puis la remise des documents.

■ 3 DÉLAIS SONT PROPOSÉS

Les départs seront organisés par vagues d'environ 300 personnes, espacées de 15 minutes. Pour éviter les attentes, l'horaire précis du départ sera choisi lors de la préinscription.

**DIM
18 AOÛT
2019**

à partir de 16 h
délai 80 h maximum

**DIM
18 AOÛT
2019**

à partir de 18 h
délai 90 h maximum

**LUN
19 AOÛT
2019**

à partir de 5 h
délai 84 h maximum

■ CÉRÉMONIE DE CLÔTURE ET BUFFET

**JEU
22 AOÛT
2019**

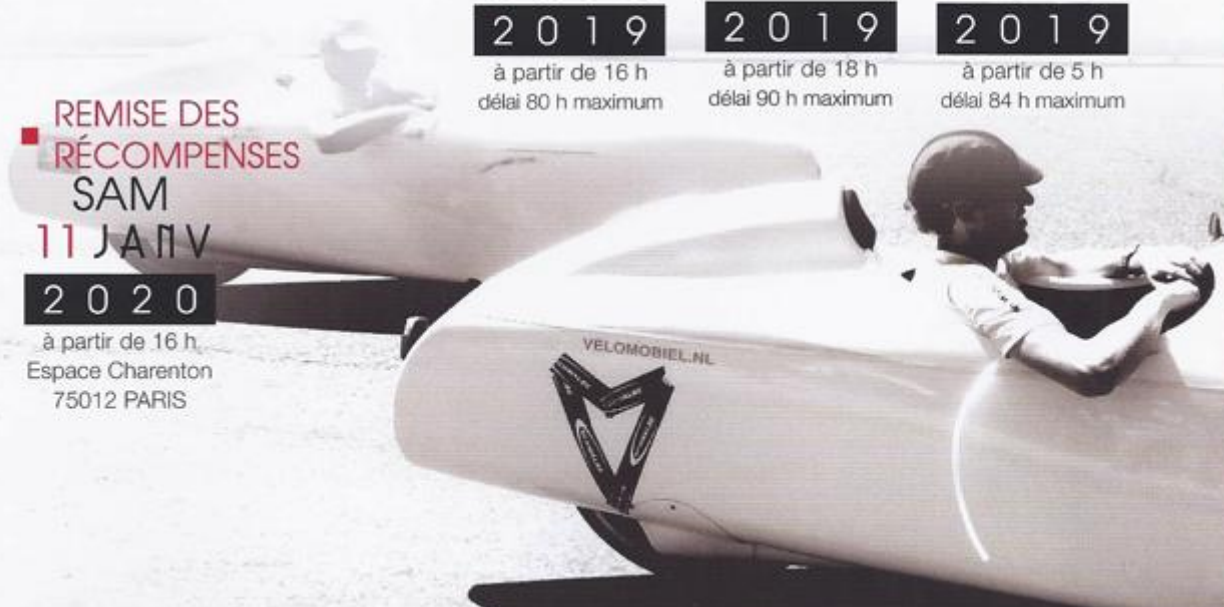
à partir de 17 h
au Vélodrome national
de Saint-Quentin-
en-Yvelines

■ REMISE DES RÉCOMPENSES SAM

**11 JANV
2020**

à partir de 16 h
Espace Charenton
75012 PARIS

IL FAUDRA COMMENCER LA PROCÉDURE D'INSCRIPTION AU PLUS TARD LE 18 JUIN 2019, MINUIT HEURE FRANÇAISE, SINON VOUS PERDREZ LE BÉNÉFICE DE VOTRE PRÉINSCRIPTION.



QUELQUES EXTRAITS DU RÈGLEMENT

- Le **PARIS-BREST-PARIS Randonneur** est ouvert exclusivement aux licenciés **FFCT, UFOLEP et FSGT** ainsi qu'aux résidents hors de France couverts par une assurance, tous âgés d'au moins 18 ans le jour du départ.
- Les **guidons triathlètes** ainsi que toutes sortes de prolongateurs sont **interdits**.
- Les **voitures d'assistance** sont **interdites sur le parcours officiel** des cyclos en dehors des 8 lieux de contrôle intermédiaire.

SÉCURITÉ

- Eclairage fixe à l'avant et à l'arrière, en état de fonctionnement et en mode non clignotant.
- Veste de haute visibilité norme EN 1150 (particulier) ou EN 471 (professionnel) obligatoire, fournie lors de l'inscription (elle ne peut pas être remplacée par un baudrier ou un brassard réfléchissant).
- Casque vivement recommandé.
- Cycle muni d'un frein avant et d'un frein arrière, mû exclusivement par la force musculaire.

LE RÈGLEMENT SERA DISPONIBLE À PARTIR DE JANVIER 2019 SUR LA BROCHURE DE PRÉSENTATION ET MIS À JOUR EN CONTINU SUR LE SITE DE L'ORGANISATION.

CONTRÔLES

LE SYSTÈME DE CONTRÔLE DE VOS PASSAGES, AVEC QUELQUES AMÉLIORATIONS NÉCESSAIRES, SERA EN PRINCIPE RECONDUIT, À SAVOIR :

- Pointage des carnets de route.
- Enregistrement informatique des heures de passage.
- Transfert régulier vers le site www.paris-brest-paris.org pour consultation des passages des participants sur notre site internet.

Un système de tracking permanent pourrait être proposé en option.

LA LOCALISATION DES POINTS D'ACCUEIL ET DE CONTRÔLE SERA IDENTIQUE À CELLE DE L'ÉDITION PRÉCÉDENTE :

DREUX	65 km	contrôle au retour uniquement
MORTAGNE-AU-PERCHE	75 km	accueil à l'aller, contrôle au retour
VILLAINES-LA-JUHEL	81 km	
FOUGÈRES	88 km	
TINTÉNIAC	54 km	
QUÉDILLAC	26 km	accueil uniquement
LOUDÉAC	59 km	
ST NICOLAS-DU-PÉLEM	46 km	accueil uniquement
CARHAIX-PLOUGUER	33 km	
BREST	85 km	

L'expérience nous l'a montré, nous pouvons faire confiance à chaque contrôle. **Plus de 2 000 bénévoles vous y accueilleront avec toute la chaleur et l'amitié nécessaires pour vous soutenir moralement et physiquement.**

PARIS-BREST-PARIS INTERNATIONAL

EN 2015

66 NATIONS

au départ



FRANCE	97	1982	2079
ALLEMAGNE	29	494	523
ROYAUME-UNI	24	470	494
ÉTATS-UNIS	58	413	471
ITALIE	26	356	382
ESPAGNE	8	245	253
JAPON	19	197	216
RUSSIE	9	136	145
BRÉSIL	12	104	116
DANEMARK	6	106	112
SUÈDE	13	96	109
BELGIQUE	1	105	106
CANADA	7	93	100
AUSTRALIE	6	80	86
THAÏLANDE	8	66	74
TAIWAN	5	65	70
CHINE	3	58	61
PAYS-BAS	1	60	61
GRÈCE	1	58	59
INDE	2	53	55
AUTRICHE		52	52
IRLANDE	3	44	47
UKRAINE	2	35	37
POLOGNE	2	32	34
FINLANDE	1	28	29
SUISSE	2	27	29
BULGARIE	2	26	28
HONG KONG		26	26
NORVÈGE		22	22
SLOVÉNIE	2	20	22
SERBIE		18	18
AFRIQUE DU SUD		15	15
PHILIPPINES	2	12	14
CORÉE DU SUD		13	13
PORTUGAL		12	12
HONGRIE	1	10	11
SINGAPOUR	3	8	11
CROATIE		9	9
NOUVELLE-ZÉLANDE	1	8	9
BÉLARUS	1	7	8
ROUMANIE		8	8
INDONÉSIE		7	7
BOSNIE-HERZÉGOVINE		6	6
ESTONIE		6	6
LUXEMBOURG		6	6
ISRAËL		5	5
MALAISIE		4	4
MEXIQUE	1	3	4
ARGENTINE	1	2	3
KAZAKHSTAN	1	2	3
RÉPUBLIQUE TCHÈQUE		3	3
CAMEROUN		2	2
COLOMBIE		2	2
ILES MINEURES (ÉTATS-UNIS)	1	1	2
PÉROU	1	1	2
PORTO RICO		2	2
SAINT-MARIN		2	2
GUERNÉSEY		1	1
JERSEY		1	1
LITUANIE		1	1
MACAO		1	1
MALTE		1	1
MOLDOVA, RÉPUBLIQUE DE		1	1
OUBÉKISTAN		1	1
SRI LANKA		1	1
TUNISIE	1		1
TOTAL GÉNÉRAL	363	5731	6094

En 2019, on devrait connaître une croissance très importante et les cinq continents seront représentés.

Le Paris-Brest-Paris Randonneur confirme qu'il est **la plus internationale** des randonnées longue distance.

Le Dimanche 10 décembre

Un temps à ne pas mettre un cyclo dehors ! 1° au saut du lit, ça donne envie de tirer la couette et de passer directement à l'étape suivante. Seulement voilà, aujourd'hui nous avons l'AG ! Les chiffres, les votes, et tout et tout. Mais à l'ACBE, c'est un peu particulier, c'est plutôt Amicale Générale, 10% de formel, et le reste tourné en dérision.

Cette année, pas de blague. "Pas de certificat, et tu es bon pour être inscrit sur l'enveloppe kraft des mauvais élèves !" ... une fois la cotisation et l'assurance réglée, - zut ! J'ai dit un gros mot...cotisation... finalement, ça s'est bien terminée - le Président appelle à prendre place et la séance 2017 démarre par un voyage en Asie où Jean-Paul nous fait partager quelques images de son périple. Perso, la blanquette de midi m'attire plus que le



pauvre écureuil que j'ai vu en mauvaise posture... je comprends que tu sois rentré Jean-Paul parce que côté bouffe, les vietnamiens, ils ont encore à muscler leur jeu !. Pour le reste, merci de nous avoir fait partager ces journées de périple qui, il est fort probable, sont gravées en toi pour l'éternel.

Le moment solennel des chiffres où Jacques redevient sérieux est quelque chose qui est efficace, rondement mené. Même pas le temps de s'ennuyer.

Ensuite, ...arrive la dérision. Non content de sortir des casseroles au plus grand nombre, Joël nous a quand même tous traités de moutons !...L'année prochaine, STP choisis le cheval ! Parce qu'à l'ACBE, il y a tous les pédigrées : les fougueux, les plus lents, ceux qui partent pour la gagne et ceux qui sont en ballade. Des moutons !...quand même ! Bon je ne t'en veux pas, tu n'as pas déterré trop de gamelles me concernant (et pourtant...il y en avait une belle !).

Comme cette année, 2018 sera l'occasion de jolies sorties dominicales ou plus ciblées. C'est là que je vous envie, mes amis retraités, car mon solde de congés payés ne peut absorber tous ces beaux projets et dès demain, je vais aligner des chiffres pour calculer combien de mois, que dis-je d'années ! me séparent de ces ballades entre copains...

2018 sera pour moi particulière. Carole & Carol, Christelle et Marie-Paule...les filles "En route vers Barbentane ". Et j'ai dit Oui...de toute façon, je ne sais pas où c'est mais il paraît que ça descend tout le temps, avec le vent dans le dos. Alors, ...vous voulez savoir ? Elles sont excitées comme des malades et c'est contagieux ! C'est vrai qu'on aimerait bien vous la ramener cette première Vélocio 100% nanas. Mais...ne vendons pas la peau de l'ours. Juste un truc...qui fait chaud au cœur...que les hommes nous soutiennent de mille façons, rien que ça, il nous faut donner le meilleur de nous mêmes.

L'heure tourne et les récompenses nous font dire qu'on est bien à l'ACBE ! Merci à titre perso, merci au nom de tous ceux qui ont été cités et remerciés et toi Alain : 30 ans de cotisation ! Quand même ! Cette année, ils auraient pu te faire une réduc' !

On trinque à l'année écoulée, aux retrouvailles, autour d'un verre. C'est drôle ; on n'a pas les mêmes sourires sans les casques. C'était bien de la blanquette ! Et la valse des assiettes s'est passée sans casse. Où alors, en toute discrétion.

Mais déjà la journée se termine. 0km au compteur et quelques milliers de calories plus tard, on se quitte en se disant à très vite. Ben oui, c'est déjà fini...

Alors à très vite les amis. Les occasions risquent d'être rares de nous croiser d'ici 2018. Permettez que je vous souhaite de belles fêtes, à moins que dimanche prochain le soleil brille et que nous fassions un p'tit tour, allez ! Croisons les doigts...

Corinne Saulnier-Eude



70 ans et toujours en pleine forme !

Le Perreux-sur-Marne (Val-de-Marne) – En 2017, l'ACBE Le Perreux a fêté ses 70 années d'existence. Pour l'occasion, ils ont mis les petits plats dans les grands en réalisant un véritable exploit sportif.

En 2017, l'ACBE Le Perreux (Amicale Cyclotouriste de la Banlieue Est) a fêté ses 70 ans, ce qui en fait un des clubs les plus anciens de la ligue Île-de-France

de cyclotourisme. Fondé en 1947, il compte aujourd'hui près de 120 membres. Très dynamique sur les grands rendez-vous proposés par la FFCT, le club a voulu marquer

cet anniversaire en organisant un événement sportif: 24 heures de vélo sur le circuit du Polygone à Vincennes. Sur les 3,2 km du circuit, tous les membres du club étaient conviés dans le but d'accumuler un maximum de kilomètres. Au total, plus de 70 % des membres du club (75 au total) ont pris part au défi, se relayant de jour comme de nuit sur le Polygone, pour finir dans la dernière heure, avec un groupe de 40 membres du club. L'objectif de base, qui était de réaliser plus de 7000 km, a été largement battu avec 8100 km comptabilisés. « Les 24 heures ont montré que tous les acébéistes avaient envie d'atteindre ce challenge de 7000 km. Pour qui ?

Pour quoi ? Pour nous. Avant tout pour nous faire plaisir, mais avec le même souci d'atteindre l'objectif des 7000 km. Si les 70 ans de l'ACBE sont une réussite, c'est tout simplement parce que ses membres en sont les représentants, avec en commun l'envie de rouler dans un bon état d'esprit » explique Joël Mégard, le secrétaire du club. À l'issue de ce beau défi, tous les membres et anciens acébéistes furent conviés à la mairie du Perreux-sur-Marne pour fêter ce bel anniversaire. En 70 ans, ils furent plus de 1200 à porter les couleurs du club ! Pour suivre l'actualité du club, rendez-vous sur le site Internet de celui-ci <http://acbe.ffct.org>.

F.P.



Ils furent très nombreux à participer à la fête des 70 ans du club.

Article paru dans la revue « LE CYCLE » du mois de Janvier

QU'EST-CE QU'UN DIMANCHE FRANCO ALLEMAND ?



Un dimanche franco-allemand, c'est se lever le 1er octobre et ouvrir les volets en se disant "jusqu'ici ça va". C'est toquer trois fois à la porte avant que nos invités n'émergent, probablement aussi motivés que moi de se prendre la flotte...

Un dimanche franco-allemand, on arrive à la bourre au point de rendez-vous et nous partons, prêts à braver la pluie vers Paris, un Paris sans voiture (le rêve !).

Trois crevaisons plus tard, Notre-Dame et son courant d'air mais ...jusqu'ici ça va. Tout le monde suit, et pas une goutte d'eau. Le groupe s'effiloche, se reforme, on sent le sourire sur les lèvres de nos amis de Forchheim à l'idée d'aller sur les Champs Elysées. Puis les copains du club nous quittent, rentrent dans le 94 alors que nous poursuivons, motivés de pouvoir rouler sans poser le nez sur les pots d'échappement.

Ce dimanche franco-allemand, nous l'avons passé à partager des sandwiches sur un banc devant la boulangerie après avoir fait l'ascension de Montmartre (jusqu'ici ça va toujours!) et pris 3 ou 4 clichés. Puis Jean-Claude nous a guidés jusqu'au bateau mouche où nos amis allemands nous ont abandonnés le temps d'une croisière un peu embrumée. Nous avons joué de l'antivol à tout va et avons essuyé la bruine parisienne histoire de dire "ici, ça ne va plus !"...

Ce fameux dimanche franco-allemand, personne n'a rechigné à remonter sur son vélo pour un voyage retour tout aussi sympa que l'aller. On roule, on s'attend, la batterie de Mauritz fait des siennes et à 16h30, on se quitte pour mieux se retrouver à l'heure du repas.

Un dimanche franco-allemand, c'est comme un dimanche "franco-chez nous" où la table nous réunit, et après un cocktail et un peu de vin, Google trad' ne va plus assez vite pour assurer les échanges... On arrive à partager et à se dire qu'on aimerait bien se revoir là-bas, un dimanche germano-français...

Corinne Saulnier-Eude

COMPTE RENDU DE LA REUNION « PROGRAMME 2018 » (12 JANVIER 2018)

Cette réunion avait comme objectifs :

- **Faire connaître les organisations 2018 programmées par le club**
- **Exposer de nouveaux projets que vous souhaitez partager**
- **Permettre à certains qui hésitaient, de prendre leur décision.**

L'objectif est aussi de fixer un « référent » par épreuve qui vous permet de le contacter afin d'avoir tous les renseignements.

Vous avez le calendrier Mars à Septembre après ce compte rendu.

Les organisations d'ores et déjà prévues et organisées.

1) Tour de Corse du 15 au 24 Septembre (Référent Joël Mégard).

Nous serons 12 participants. A ce jour, l'organisation est « bouclée ». Cependant, comme c'est une organisation externe, **il peut rester des places** pour des Acébéistes qui voudraient participer. Par contre, ne pas trop attendre.

2) Séjour en AVEYRON du 9 juin au 16 Juin (Référent Alain Auberger)

Nous sommes 17 Acébéistes inscrits, pour des sorties entre 100 à 130km par jour avec comme objectifs : convivialité, découverte d'une région et liberté.

Nous serons logés au camping "La Grange de Monteillac" en pension complète. Le coût de l'hébergement est de 396€.

Il reste donc une à deux places, si vous êtes intéressés, vous avez jusqu'au 20 janvier pour vous signaler appelant ou par mail (Alain Auberger).

3) Flèche Vélocio du 30 Mars au 1^{er} Avril (Référents Alain Auberger et Joël Mégard).

En plus de l'équipe féminine (5 Acébéistes), nous sommes 9 inscrits avec une équipe voulant réaliser 500KM une autre équipe 400km et, pourquoi pas si nous sommes 2 à 3 plus une équipe sur 460km. Cela serait un record pour l'ACBE.

Départ en train TER le vendredi matin pour un départ officiel entre midi et 14h, arrivée le samedi, nuit à l'hôtel, dépôt des cartes le dimanche matin et retour en train le dimanche.

Une camionnette est prévue pour un ravitaillement au milieu de la nuit vers Tournon à 3-5h du matin. Cette camionnette permettra le transport des bagages « rechange » et des vélos pour le retour. Financement total ou partiel du club (à valider).

Candidatures avant fin Janvier, car la clôture des inscriptions officielles est pour le 12 février.

4) LIEGE-BASTOGNE-LIEGE samedi 21 et dimanche 22 avril. (Référente Marie-Paule Traisnel)

Déjà 6 inscrits dont 2 sur le parcours de 160km et 4 sur le parcours de 267km.

Attention, fort dénivelé. Là aussi, si vous êtes intéressés, il faut **se décider rapidement** pour des raisons d'hébergement.

5) Les Cyclomontagnardes (réfèrent Jacques Legrand).

- **Cyclomontagnarde d'Annecy : du 9 au 10 juin.**
Renseignement sur le site : <https://ffct.org/wp-content/uploads/2017/10/annecy.png>
2 personnes intéressées.
- **Brevet Randonneur de l'Oisans le 17 juin**
Renseignement sur le site : <http://cyclotourisme-grenoble-ctg.org/bro/wp-content/uploads/2017/07/BandeauBro2018-2.jpg>
2 personnes intéressées.
- **Cyclomontagnarde Luchon/Bayonne du 23 au 24 juin**
Renseignement sur le site : <http://www.luchonbayonne.fr/>
3 personnes intéressées. Pour cette épreuve il y a urgence pour s'inscrire car seulement 120 places de couchages à Luchon.

6) Les Brevets Randonneurs Mondiaux (BRM) (à suivre sur Facebook).

2019 se déroulera le prochain Paris-Brest-Paris. Devant l'engouement des asiatiques (Chine, Japon, Thaïlande) pour les BRM et le futur PBP, les organisateurs s'attendent à avoir plus de 6200 inscrits (nombre limite actuellement). Il faudra, pour être sur de pouvoir s'inscrire, **avoir réalisé au moins un 400km.**

- **BRM 200** : Cette année Noisiel et Longjumeau se déroulent le même WEE (le 17 et 18 mars)
- **BRM 300** : Longjumeau le 15 avril
- **BRM 400** :
 - Troyes le 21 avril (idéal pour ceux qui ne veulent pas rouler une nuit complète car il part à 4H00 du matin pour un retour en fin de soirée ... et il n'est pas trop dur). Participant : Joël Mégard.
 - Noisiel le 12 Mai
 - Longjumeau le 26 Mai
 - Mours le 6 juin
- **BRM 600** :
 - Longjumeau le 9 juin
 - Normandie le 14 Juillet (Joël Mégard)
- **BRM 1000** : Longjumeau le 4 juillet

Vous avez le calendrier de tous les BRM sur le site de l'Audax Club Parisien ou sur le site « Cyclotourisme Virtuel.

7) CLASSIC CHALLENGE PARIS (d'après une proposition de Pascal Vernet)

Organisation qui permet des parcours à partir de la région parisienne (départ à la Cipale) dans un ville à ville et retour en train sur des routes bucoliques.

2 départs :

Soit Groupés avec 200 participants maxi et allure libre.

Soit Liberté avec la possibilité de faire la randonnée à un jour défini par le participant.

Renseignement sur le site : <http://classics-challenge.cc/>

Vous pouvez vous inscrire, l'inscription est gratuite et vous permet de recevoir le parcours 15 jours avant la date.

Calendrier : 270/1, 24/02, 24/03, 21/04, 26/05, 16/06, 21/07, 15/09, 13/10, 17/11 et 15/12.

8) CYCLOSPORTIVES

- **CS MONTS D'AUXOIS** le dimanche 9 SEPTEMBRE (réfèrent Joël Mégard).
Balade du côté de Montbard/Semur en Auxois 131 km pour 3 155m de dénivelé.

9) AUTRES SORTIES

- 08-mai Auxerre-Vézelay-Auxerre (Auxerre 89) (150 km) (Bourgogne)
- 10-mai Vallées Seine et Marnaises (Pontault-Combault 77) (155 km) (IdF)
- 10-mai Rallye des Monts du Clunyssois (Cluny 89) (120 km) (Bourgogne)
- 20-mai Rallye des Châteaux (Saulx les Chartreux 91) (110 km) (IdF)
- 26-mai Villepreux-Andelys (Villepreux 78) (215 km) (IdF)
- 10-juin Paris-Roubaix cyclo (Bohain en Vermandois) (210 km) (Nord)
- 16-juin Versailles-Chambord (Versailles 78) (210 km) (IdF)
- 23-juin Paris (Melun)-Chambord (Melun 77) (250 km 175 km) (IdF)
- 07-juil Pantin-Joigny (Pantin 93) 210 km (170 km) (IdF)
- 08-sept Vallois-Cabourg (Vallois 92) (225 km) (IdF)
- 09-sept Rallye des Grands Crus (Dijon 21) (125 km) (Bourgogne)
- 16-sept Vallée de Chevreuse (Montigny Bretonneux) (105 km) (IdF)
- 22-sept De Selle en Selle (Maison Laffitte 78) (155 km) (IdF)
- 22-sept Sceaux-Gressy (Houdan 78) (160 km) (IdF)
- 30-sept Monts et Moulins (Roubaix 59) (120km) (Nord)

Il est décidé lors de cette réunion de privilégier :

- **Le 8 mai Auxerre-Vézelay-Auxerre : très beau parcours en Bourgogne.**
- **Le 30 Septembre, Monts et Moulins avec les célèbres Monts et arrivée sur le vélodrome de Roubaix.**

Cela n'empêche pas de constituer des groupes pour les autres épreuves.

Et n'oubliez pas les Rayons du Val de Marne organisé par le CODEP 94 le WEE de Pentecôte, du 19 au 21 Mai en direction de la Touraine. (Référente Corinne Saulnier-Eude)

10) Les organisations internes à l'ACBE

- Les Boucles de l'Est le 11 Mars
- Journée ACBE le 14 avril (entre 120-170km)
- Les 2 jours ACBE les 5 et 6 mai (340 km sur 2 jours –lieu à déterminer)
- Journée ACBE le 26 Mai (entre 120-170km)
- Séjour en Aveyron du 9 juin au 16 juin

La réunion est close Mais nous sommes à l'écoute d'autres idées !!



**70 ANS
ARRIVEE
DEVANT
LA MAIRIE**

CALENDRIER 2018

MARS		AVRIL		MAI	
1		1	DIMANCHE	1	MARDI
2		2		2	
3		3		3	
4	SAMEDI	4		4	
5	DIMANCHE	5		5	SAMEDI
6	150KM	6		6	DIMANCHE
7		7	SAMEDI	7	2 JOURS ACBE
8		8	DIMANCHE	8	MARDI
9		9		9	
10	SAMEDI	10		10	JEUDI
11	DIMANCHE	11		11	
12	BOUCLE EST	12		12	SAMEDI
13		13		13	DIMANCHE
14		14	SAMEDI	14	
15		15	DIMANCHE	15	
16		16		16	
17	SAMEDI	17		17	
18	DIMANCHE	18		18	
19		19		19	SAMEDI
20		20		20	DIMANCHE
21		21	SAMEDI	21	LUNDI
22		22	DIMANCHE	22	
23		23		23	
24	SAMEDI	24		24	
25	DIMANCHE	25		25	
26		26		26	SAMEDI
27		27		27	DIMANCHE
28		28	SAMEDI	28	
29		29	DIMANCHE	29	
30	SAMEDI	30		30	
				31	

	organisations prévues
	organisation ACBE
	BRM

JUIN		JUILLET		SEPTEMBRE	
1		1	DIMANCHE	1	SAMEDI
2	SAMEDI	2		2	DIMANCHE
3	DIMANCHE	3		3	
4		4		4	
5		5		5	
6		6		6	
7		7	SAMEDI	7	
8		8	DIMANCHE	8	SAMEDI
9	SAMEDI	9		9	DIMANCHE
10	DIMANCHE	10		10	CS MONT D'AUXOIS
11		11		11	
12		12		12	
13		13		13	
14		14	SAMEDI	14	
15		15	DIMANCHE	15	SAMEDI
16	SAMEDI	16		16	DIMANCHE
17	DIMANCHE	17		17	
18		18		18	
19		19		19	
20		20		20	
21		21	SAMEDI	21	
22		22	DIMANCHE	22	
23	SAMEDI	23		23	SAMEDI
24	DIMANCHE	24		24	DIMANCHE
25		25		25	
26		26		26	
27		27		27	
28		28	SAMEDI	28	
29		29	DIMANCHE	29	SAMEDI
30	SAMEDI	30		30	DIMANCHE
		31			MONTS ET MOULINS

	organisations prévues
	organisation ACBE
	BRM

BONNE ROUTE À TOUTES ET TOUS !

