

# Amicale Cyclotouriste de la Banlieue Est



## LE PERREUX SUR MARNE

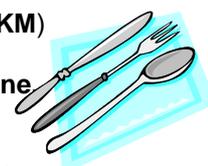


**Rendez-vous : Salle Yvette Maillard, 43 quai d'Argonne, LE PERREUX**  
**Sortie le dimanche matin : voir départ sur programme**  
**Tous les jeudi, départ à 13 heures 30 carrefour N34 et N370 , « La Charrette ».**

### PROGRAMME DES SORTIES DU 1<sup>er</sup> JANVIER AU 23 FEVRIER 2003



- MER 1er JAN :** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Sortie à définir sur place.... En fonction de l'état des troupes.
- VEN 3 JAN :** **A 20H45, Salle Yvette Maillard, réunion des membres du Bureau ouverte à toutes et tous les acébéistes.**
- DIM 5 JAN:** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Le Perreux, Chelles, Vaires (passage devant la centrale thermique), La Pomponnette, Villevaudé, Claye, Nantouillet, Juilly, Le Plessis aux Bois, **Charny**, Fresnes, Carnetin, Montge la Tour, Villevaudé, Chelles, Le Perreux (env. **68KM**).
- DIM 12 JAN :** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Le Perreux, Noisy, Malnoué, Roissy, Ozoir, Gretz, Presles, D32/D10, **Tournan**, Favières, Jossigny, Guermantes, Chelles, Le Perreux (env. **70KM**)
- SAM 18 JAN :** **Repas de fin d'année au « Martin Pêcheur » , port de Neuilly sur Marne**
- DIM 19 JAN :** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Le Perreux, Noisy, Croissy Beaubourg, Château de Ferrières, Pontcarré, La Sablonnière, Favières, **Tournan**, Favières, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux (env. **70KM**).
- DIM 26 JAN :** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Le Perreux, Chelles, Jossigny, La Sablonnière, Villeneuve le Comte, Neufmoutier, **Tournan**, Favières, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux (env. **70KM**).
- DIM 2 FEV:** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Le Perreux, Chelles, Vaires (passage devant la centrale thermique), La Pomponnette, Villevaudé, Claye, Nantouillet, Juilly, Le Plessis aux Bois, **Charny**, Fresnes, Carnetin, Montge la Tour, Villevaudé, Chelles, Le Perreux (env. **68KM**).



**Maillots, coupe-vent, blousons, gants, socquettes aux couleurs du Club**  
**Contactez Gérard DILIS au 01 43 08 79 95. 37 ter rue Pierre Brossolette**  
**93330 Neuilly-sur-Marne**

**VEN 7 FEV :** **A 20H45, Salle Yvette Maillard, réunion des membres du Bureau ouverte à toutes et tous les acébéistes.**

**DIM 9 FEV :** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Le Perreux, Noisy, Malnoué, Roissy, Ozoir, Chevry Cossigny, Gretz, **Tournan**, Favières, Jossigny, Guermantes, Chelles, Le Perreux (env. **65KM**)

**DIM 16 FEV:** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Le Perreux, Noisy, Croissy Beaubourg, Château de Ferrières, Pontcarré, La Sablonnière, Favières, **Tournan**, Favières, Jossigny, Guermantes, Vaires, Chelles, Le Perreux (**env. 70KM**).

**DIM 23 FEV :** Sortie amicale. Départ 8 heures 30  
Le Perreux, Chelles, Vaires (passage devant la centrale thermique), La Pomponnette, Villevaudé, Claye, Nantouillet, Juilly, Le Plessis aux Bois, **Charny**, Fresnes, Carnetin, Montge la Tour, Villevaudé, Chelles, Le Perreux (**env. 68KM**).

**« Si un jour j'ai une fille, je la mettrai sur une bicyclette pour lui apprendre à se conduire dans la vie » Emile ZOLA**



**Compte-rendu de la réunion du bureau du vendredi 8 novembre**

- Sur l'année 2002, l'ACBE a remporté 11 coupes. Le challenge de CHAMPS a été remporté à titre définitif et nous avons obtenu le challenge de CHELLES pour la première année. Les coupes ont été gagnées sur les rallyes suivants : Roissy en Brie (23 participants), Torcy ( 25 participants), Chelles (31 participants), Brou ( kilométrage), Romainville (kilométrage), St Maur, Gournay, Montfermeil, Champs (26 participants), Neuilly Plaisance (20 participants), Champs (21 participants).
- La mairie nous a octroyé une subvention supplémentaire de 670 Euros suite à la demande d'André JOUVE pour les frais engagés sur Bordeaux /Paris. Nous les en remercions.
- Une réunion des membres du bureau a eu lieu courant octobre suite à la lettre d'André Jouve. Ce dernier a organisé cette dernière car aucune candidature ne s'était manifestée. Notre volonté est de voir participer à la vie du club beaucoup plus d'acébéistes, participation ponctuelle sur des manifestations du club (organisation des 2 jours, réunion CODEP/ Mairie, carrefour des associations, ....L'objectif est d'avoir une direction plus collégiale afin de dégager de certaines tâches les membres du bureau. André JOUVE accepte, à ces conditions, de rester président sur l'année 2003. Christian PALLANDRE, Jacky GARNIER, Stéphane TRASSARD, Jean-Pierre LEHUEDE, se portent volontaires. Nous aurons l'occasion d'en reparler lors de notre prochaine réunion et surtout lors de l'Assemblée Générale.

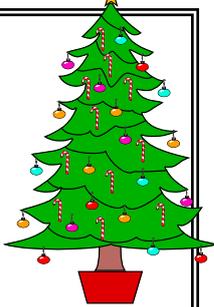
**« Trésorier : celui qui connaît le prix de toutes choses et la valeur de rien du tout »**



**REPAS ANNUEL DE L'A.C.B.E.**

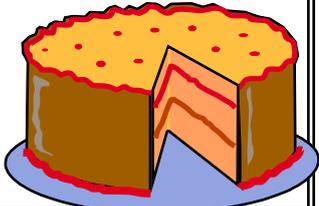
**Samedi 18 janvier 2003 à 20 heures**

Restaurant LE MARTIN PECHEUR  
93000 Neuilly sur Marne



Le prix est fixé à **22 euros** par personne pour les adhérents  
Merci de réserver **avant le 20 Décembre**, en adressant votre chèque, libellé à l'ordre de l'A.C.B.E., à :

Gérard DILIS  
37 ter rue Pierre Brossolette  
93330 Neuilly-sur-Marne



**Plan du restaurant :** Port de Neuilly sur Marne



## 64<sup>ème</sup> Semaine Fédérale : en Pays de Cornouaille

QUIMPER accueille sa première semaine fédérale du 4 au 11 août. Quimper, ville d'art et d'histoire et la capitale de la Cornouaille, nous propose un programme varié pour cyclos, vététistes, accompagnateurs et jeunes.

Parmi les 15 000 participants à cette manifestation internationale du cyclotourisme, 13 acébéistes étaient de la fête.

Agnès BILDÉ, Rolande et Gérard DILIS, Eliane et André JOUVE, Gilles HILLION, Joël PIGEARD, Jean-Pierre LECONTE, Michel HOUGRON, Michel PETIT, Jacques NICOL, Colette et Daniel CANNET.

Samedi. La folie ! L'embouteillage parfait ou presque ! L'accès à l'accueil puis à la permanence et les carrefours ratés ne comptent plus. Heureusement les bénévoles qui nous reçoivent sont souriants, faisant oublier l'orage qui a salué les arrivants sur les campings. Témoins : Jean-Pierre et Maryse. Aujourd'hui début ensoleillé. Prologue plutôt accidenté, le parcours file d'abord vers la baie de Douarnenez. Au sommet du col du Menez-Hom, panorama marin et les vues panoramiques des Monts d'Arrée. Après Chateaulin, nous remontons sur Menez-Quelc'h. Dur !dur ! Ne pas manquer la vue depuis le sommet du Mont Frugy qui domine la ville de Quimper.

Le matin, temps maussade, crachin, pluie fine. 3Pluie du matin, n'arrête pas le pèlerin ! »

Colette et Daniel participent pour 3 jours à la Semaine Fédérale. Bienvenue parmi nous. Parcours plus facile qui permettra à tout le monde de découvrir le « Pays Bigouden ». La chapelle de Notre Dame de Tronoën (15<sup>ème</sup>) et son calvaire ou de nombreux cyclos ont fait une pause. Nous passerons le port de St Guénolé pour arriver au phare d'Eckmül, puis point d'accueil au port du Guilvinec, 4<sup>ème</sup> port de pêche français. Pour tous, un passage à Pont l'Abbé, capitale de ce terroir. Nous sommes accueillis dans une ambiance folklorique digne d'une semaine fédérale. Jusqu'à maintenant les villages étaient déserts ou presque.

Du progrès par rapport à hier, mais le temps reste typiquement breton. En route vers la cité fleurie de Pont Croix, dont les ruelles sont envahies de maillots multicolores. Notre ami Francis est au rendez-vous au point d'accueil, et va nous accompagner jusqu'à Douarnenez, sur des routes qui lui sont familières.

Innovation à la Semaine Fédérale : à Plogoff, le parcours emprunte un chemin de terre, nous y étions serrés en rang d'oignons .

La Pointe du Raz : le temps a tenu ses promesses, il fait beau, nous sommes émerveillés. Sur le retour, un groupe d'éoliennes, rappelant certain moulin cher à Don Quichotte.



La journée commence par une douche, ce qui se voit le mieux ce sont les K Ways, Ponchos et autres Goretex de couleur jaune.

Le temps fort de la journée est la montée sur Locronan, magnifique voyage où la circulation des voitures est interdite. La cité de Crozon est envahie, les magasins dévalisés, les appétits aiguisés par les nombreuses grimpettes. Le point d'accueil est en rupture de casse-croûtes. Sur un coup de fil de Michel Hougron, Jeannot Baduel est son épouse, en villégiature à Crozon, viennent nous saluer. A Camaret, le soleil est des nôtres pour une paire d'heure. La journée a été très éprouvante par le profil du parcours et les conditions météorologiques.

Jeudi : journée pique-nique, journée détente. Le temps se maintient et les cyclos en masse se pressent jusqu'au château de Trohanet. Retournons sur Quimper se restaurer. Colette et Daniel nous quittent ; pour eux, il est temps de retourner sur leur Ile de Croix.

Il a plu hier soir ; le ciel est gris, très venteux et froid. Au point d'accueil, nous n'avons pas trouvé le réconfort. Nous étions frigorifiés, une des plus dures journées de la semaine.

Ce matin du soleil pour la dernière, grande sortie au sud-est de Quimper pour pédaler sur la route des peintres. Pont-Aven, l'école de la peinture et ses « galettes de Pont-Aven ».

Concarneau : la place forte, joyau d'un grand port de pêche est la dernière étape avant le retour à Quimper.

Pour clore cette 64<sup>ème</sup> Semaine Fédérale et respecter la tradition, le défilé en ville ce dimanche matin est prévu pour 9 heures. Lorsque j'ai quitté Quimper à 8H45, il pleuvait. Je pense ne pas garder un souvenir intarissable de cette semaine.

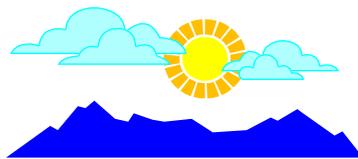
Prochain rendez-vous à Aurillac du 3 août au 10 août 2003

André JOUVE



« Commissaires aux comptes : celui qui arrive après la bataille et marche sur les blessés. »

### LA PIERRE CHANY



Après la Semaine Fédérale de Quimper, point de chute, Ceaux d'Allegre, connu de certains d'entre vous ayant participé à 2 séjours en Auvergne. Avec Serge, Thierry, Yves et Pierre-Yves, champion du Rhône, me voici ce samedi 17 août à Langeac (Haute Loire) participant à la huitième cuvée de « LA PIERRE CHANY », cyclosportive ouverte aux cyclotouristes. 3 circuits de 58km dénivelé 890m, 112km dénivelé 1600m et 158km dénivelé 2380m. Nous optons pour 112km.

Départ donné par Raymond Marcillac. Baigné dans le soleil, un peloton de 1 300 passionnés de la petite reine qui s'étire à n'en plus finir à l'assaut des Gorges de l'Allier. A Saint Privat d'Allier, premier ravitaillement liquide. Je reprends mon souffle. Saint Didier de l'Allier, la terrible bosse de Saint Prefet d'Allier, la ferveur est toujours la même tant à vélo que sur le bord des routes, comme « il y en a encore d'autres comme celle là » ou « bravo ça se termine », merci pour les encouragements. Au fil des kilomètres, la fatigue, les crampes pour certains, se font sentir. Enfin panneaux arrivée à 6km. Dernier défi, une bosse sommet 1.5km. Sur le bas côté de la route un accordéoniste. Ouf ! c'est fini, je plonge sur Langeac.

Voici 30 minutes que mes coéquipiers sont arrivés.

Pour situer ma très modeste performance :

Temps roulé 5h13 (21km/h, temps réel 5h45 (19km/h)

Les premiers 158km : 4h13 (36.04km/h, 112km 3h12 (35km/h)

Je suis très satisfait de ma journée, rouler juste pour le plaisir de rouler et non pour faire le chrono.

La soirée s'est terminée autour de la table chez Josiane, accompagnés de nos épouses. Ambiance, convivialité, les ingrédients pour une soirée réussie.

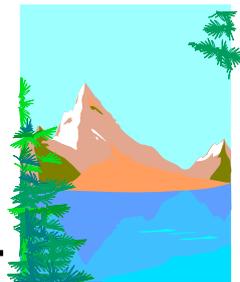
Peut-être à l'année prochaine.

André JOUVE

« Psychologue : la seule personne qui regarde les autres lorsqu'une belle femme entre dans la salle »

## JURASSIQUE TOUR

- Il fallait un peu de courage pour résister à la chaleur de Lons-le-Saunier et partir, mon fils et moi sur la Ballade Jurassienne organisée en juin dernier.
- Prudents nous étions inscrits sur les 135 kilomètres, le Haut-Jura n'étant pas commode et nos ambitions mesurées. Après Paris-Honfleur sous la pluie il fut donc question de Phébus toute la journée ( 37 ° à l'ombre tout de même, au plus fort de la journée ).
- Deux parcours étaient proposés aux amateurs et trices, le plus long allant jusqu'en Suisse et pouvant s'accomplir en deux journées avec coucher à Lamoura, au pied des pistes de ski de fond et des champs de vaches montbéliardes.
- Pays de lacs et de descentes le Jura est célèbre pour ses fromages dont celui de la Vache-qui-rit qui nous accompagna du départ à l'arrivée de ses publicités multicolores (c'est à Lons-le Saunier que nous en découvrîmes le quartier général).
- Le départ, échelonné de 2 à 6 heures du matin était propice à un petit déjeuner organisé pour tous et, juste après une côte à 13 % ,on trouvait une cohorte de photographes qui nous immortalisait (le cliché était donné à tous les arrivants, en couleurs s'il vous plait).
- Deux contrôles bien pourvus (1200 participants) et des paysages resplendissants de verdure, abandonnant leur froid d'hiver et tout apaisés d'été.
- Lacs nombreux, forêts innombrables, départementales sinueuses à souhait et ACBéiste heureux furent les points forts de cette fin de semaine aérée.
- A bientôt de les revoir nos amis du Jura



Christian Pallandre

## **Cent quatre vingt douze Heures d'épopée Cyclo par Jacques Nicol et Jean-Pierre Lecomte (1970)**

Partir en randonnée avec Jacques est une aventure pleine d'imprévus, mais toujours agréable. Nous avons parcouru de nombreux kilomètres ensemble sous la pluie, le vent, le soleil, nous avons essuyé quelques défaillances surtout dans nos débuts, chuté, cassé un cadre une roue et je pourrais encore citer bien d'autres incidents de moindre importance. C'est dire que nous formons une bonne équipe de copains.

Après une formidable semaine fédérale en Normandie sur des routes bosselées à souhait, dans une campagne verdoyante et sous un chaud soleil, nous nous décidons à faire le tour de L'Est.

### **Le réveil devitaminé ou fusée a deux roues :**

Comme convenu, j'attends Jaques pour 4 heures du matin. A 5 heures, je m'impatiente et songe sérieusement à me recoucher quand il arrive tout souriant m'expliquant que le réveil n'a pas sonné, suffisamment fort. J'ajoute qu'à 2 heures, il pataugeait encore dans la chaîne, la roue libre et le triple plateaux. Mise au point digne d'un départ pour la lune ; le lancement s'effectua sur la route de Meaux avec une heure de retard.

Par chance, le vent dominant soufflant toujours de face pour le cycliste, est passé derrière, c'est une chose rare et agréable. Nous saurons en profiter tout au long de cette journée. La cadence est bonne et Montmort est vite atteint. L'aubergiste du pays nous sort une bonne omelette et du fromage avec un rosé pour faire glisser le tout. Un bon cyclo ne doit jamais se laisser abattre et surprendre par la fringale.

### **Les Rohans et Nous :**

Cette première étape que nous avons volontairement choisie assez longue(320km) ne présente pas un grand intérêt touristique. Pour rompre la monotonie de la route, nous avons la surprise et la joie de rencontrer Maurice Guillaume en ballade dans la région de Metz. Nous terminons ensemble dans la capitale de la Lorraine ou nous dînons près de la gare. Maurice est là pour son travail, nous lui souhaitons bon courage et il nous souhaite bonne route.

La deuxième étape nous conduit à St Avold, Sarreguemines, Bitche, ou nous longeons pendant de nombreux kilomètres, le camp militaire bien connu. Nous empruntons de très jolies routes au milieu de hautes collines boisées au sommet desquelles s'élèvent les ruines de châteaux forts (région d'Obersteinbach, Philippebourg).

Nous désirons faire étape à Saverne mais tous les hôtels sont complets. Bien heureusement l'auberge de jeunesse située dans l'aile droite du château des Rohan nous accueille. Ce château surnommé « le Versailles alsacien » est l'ancienne résidence des Evêques de Strasbourg. Il date de la fin du 18e mais deux ailes du côté de la ville ont été ajoutées sous le premier Empire. A noter qu'il fut également transformé en caserne ou mon père effectua son service militaire.

### **Une Vie de Château**

Le brouillard sert d'escorte dans la montée au château du Haut\_Barr. Bien sûr, nous oublions pas de pointer le BPF, dommage que la visibilité soit mauvaise car le panorama doit être merveilleux. Après une descente prudente, nous longeons la vallée de la Zorn où se chevauchent, de temps en temps, le canal de la Marne au Rhin ,le chemin de fer, la route, et bien entendu la Zorn. Un ouvrage en béton et poutrelles attire notre attention. C'est tout simplement un ascenseur pour péniche, évitant ainsi un grand nombre d'écluses. Jacques et moi aimerions voir fonctionner cet engin, mais il n'y a pas de péniche pour l'instant et la petite pluie fine ne nous incite pas à attendre davantage.

L'après midi, au Mont St Odile dans la brume, nous rencontrons Daniel Dauvel et ses parents. Décidément c'est le rendez vous des acebéistes.

Nous ne sommes pas particulièrement séduits par le monastère (trop de touristes).

### **Guillaume1er et Guillaume 2**

Après une bonne descente, je dois attendre Jacques ,chose exceptionnelle et inquiétante. Serré par un automobiliste peu scrupuleux il a du passer dans un énorme nid de poule d'où perte de la pompe



(écrasée par une autre voiture) et roue arrière voilée. Après une réparation sommaire, nous faisons étape à Villé.

Il est 9 heures du matin, Jacques transpire à grosses gouttes dans la montée du haut Koenigsbourg. Pourtant la chaleur est supportable, mais c'est dans son tempérament. Au sommet (775mètres) nous sommes pas déçus; la célèbre forteresse, incendiée en 1663 dresse ses imposants remparts restaurés vers 1900 par Guillaume2 (à ne pas confondre avec celui cité plus haut) Guillaume 1 de l'Acbe.

L'appareil photo fonctionne souvent pendant la visite , cela promet de bons souvenirs pour les veillées d'hiver.

A midi , nous atteignons Riquewihr, charmant village médiéval, où la circulation automobile est interdite. Innombrables sont les veilles maisons, toujours fleuries avec goût dans la plus pure tradition Alsacienne. La choucroute, j'ajoute, l'énorme choucroute est appréciée surtout arrosée d'un cru du pays.

L'escalade aux Trois Epis, puis au Lac Blanc, est une entreprise délicate ventre plein. Nous prenons notre temps ,mais il faut appuyer ferme sur les pédales, la pente est raide et la route en réfection oblige à quelques slaloms.



### Un couple Inattendu

Nous arrêtons sur la route des crêtes pour cueillir des framboises avant l'arrêt pour la nuit au col de la Schlucht. Surprise de l'hôtesse qui attendait un couple et grosse rigolade de Jacques en voyant sa tête. Malgré tout, elle nous reçoit très bien et comme nous prenons le menu gastronomique, les prochains cyclistes seront les bienvenus. J'oubliai de vous dire qu'aujourd'hui nous n'avons parcouru que 90km; juste compensation de la première étape et de la choucroute.

Au petit matin enfin vers 9 heures, nous roulons sur la route des crêtes après une excellente nuit de sommeil en altitude. De larges vallées, d'autres plus étroites, s'ouvrent tantôt à notre gauche , tantôt à notre droite. Une petite grimpe et le Grand Ballon est franchi. La descente sur Belfort est douce, les virages faciles à négocier, une véritable partie de plaisir en somme.

### Le Beurre Fantôme

L'après midi nous pointons les BPF du territoire de Belfort, ce qui nous emmène jusqu'à la frontière Suisse. De retour à Belfort nous dormons dans un hôtel de luxe avec petits déjeuners pour automobilistes: « où est le beurre? Ah sous la petite cuiller »

Dans les faux petits plats menant au pied du grand Ballon d'Alsace deux jeunes, tirant de grands braquets, s'animent mutuellement pour nous distancer. Nous suivons à l'aise une centaine de mètres derrière sur le 45x19 . La pente s'accroît, nos deux jeunes s'arrêtent et s'assoient sur le parapet d'un petit pont. Dommage que la plupart des marchands de cycles ne concilient pas mieux ces débutants en leur montant au moins des développements appropriés à la région et à leurs forces. Le 45x23 ou le 32x19 conviennent parfaitement dans cette montée sans chercher à forcer. Le dérailleur du triple plateaux du vélo de mon équipier se rebelle. Après un essai de réparation, nous retirons carrément la fourchette.

### Un peu de Marche---en Côte

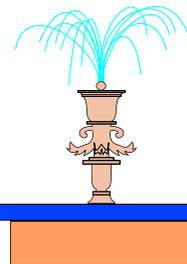
Descente sur le Thillot ,montée au col des Croix, repas de midi à Servanche et nous empruntons un V O en direction de Fancogney. Un fameux V O d'ailleurs avec des raidillons cachés derrière les virages et pas indiqués sur la carte Michelin. Nous sommes surpris une fois ou deux et montons à pied n'ayant pas ou le temps de mettre le tout petit. Eh oui!!!! ça arrive mon petit plateau ne passe pas facilement et Jacques n'a plus de dérailleur avant.

Luxeil les Bains Langres et étape à Montigny sur Aube.

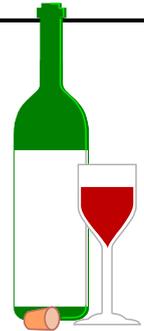
Avant de partir pour la dernière étape, il faut que je vous conte une anecdote survenue lors d'un BPF. Je ne me souviens plus lequel de cette avant dernière journée de route.

### Dans le Doute bois du Vin

Jacques: tiens, je vais remplir mon bidon à la fontaine :  
un gosse :elle est pas bonne l'eau monsieur, la fontaine est interdite depuis 15 jours,  
Jacques sourit, croyant à une plaisanterie  
les gosses: non monsieur c'est marqué à la Mairie ;



à la Mairie, l'affiche a disparue. Jacques remplit tout de même son bidon.  
 Jacques aux enfants : il n'y a plus rien de marqué ,elle doit, être bonne.  
 A quelques kilomètres de là:  
 J. : Tiens jean pierre, tu as soif  
 JP. : Non merci pas pour l'instant  
 J : Tu as peur qu'elle ne soit pas bonne  
 J P : Non je n'ai pas soif  
 J : Remarques ,s'il y a des cas de polio , on ferait peut-être mieux de ne pas en boire  
 J P : Ca vaudrait peut être mieux  
 J Bon il verse le contenu du bidon sur la route



comme quoi dans le doute ----on s'abstient !!!

### **Contemplation Gastronomie et Souvenir**

Pour le dernier jour , il reste à parcourir 260km par Clervaux et ses beaux murs , Nogent sur Seine, Provins et la banlieue Parisienne .

Nous sommes partis le vent dans le dos, nous rentrons le vent de face ce qui rend la route difficile malgré le paysage très agréable du département de l'Aube.

Personnellement, je ressens un peu de fatigue après Nogent/seine, cela ne nous empêche pas de montrer à un régional que nous pouvons encore le distancer au sprint, en côte et sur le plat, malgré son entêtement à mener un train de forcené.

Le Tour de l'Est s'achève dans la descente de Clichy sous Bois Jacques rentre aux Lilas et moi à Aulnay après huit journées passées sur la route , sous la pluie, le soleil, et le vent .

De belles visites ,notamment le château du haut Koenigsbourg et Riquewihir de bons menus à toutes les étapes de bons crus à déguster tels que le gewurztraminer, le pinot blanc, le pinot rouge, le riesling, le sylvaner et le tokay : des efforts aussi quelquefois; ce sont là tous les charmes des randonnées cyclotouristes par étapes.

Pour vos prochaines vacances, trouvez un ou deux bons copains et partez pour quelques jours , vous verrez c'est formidable

**Jean Pierre LCONTE Le plateau de l'A C B E 1970 N°4**

**« Amour : mot en 5 lettres, trois voyelles, deux consonnes et...deux idiots »**

CHERCHE ACBEISTE DESIREUX DE PARTICIPER A L'ETAPE DU TOUR DE FRANCE QUI AURA LIEU ENTRE BAYONNE ET PAU – 195 KM – TROIS PETIS COLS A LA FIN DU MOIS DE JUILLET 2002.  
 Christian Pallandre

**« Ami (e) : se dit d'une personne du sexe opposé qui a ce « je ne sais quoi »qui élimine toute intention de vouloir coucher avec elle »**

Ceux qui veulent participer à l'ARDECHOISE (20/21 juin) peuvent contacter Joël MÉGARD. Nous sommes un petit groupe (5 à 7) à vouloir y participer. Inscription avant le 30 janvier pour réserver les hôtels. Nous ferions le parcours de 360 km sur 2 jours.

**« Banquier : il te prête un parapluie par beau temps et te le reprend lorsqu'il commence à pleuvoir (Mark Twain ) »**

### **CONSEIL POUR L'ACHAT D'UN VÉLO**

Notre ami Christian Pallandre a acheté un magnifique vélo. Malheureusement, d'après lui, ce dernier marche mieux vent arrière que vent de face. Il aurait du demander à nos amis Laurent, Lulu et à certains acébéistes l'option vent arrière. Effectivement un certain nombre d'entre nous sont équipés de cette option. C'est la raison pour laquelle nous les voyons jamais devant. Il reste derrière et profite de cette option aérodynamique. Il est à noter que si vous prenez cette option, ne prenez pas l'option pancarte. Effectivement, ces vélos dès qu'il y a une pancarte, se retrouvent le plus souvent devant. Bizarre !!! A méditer !!! et sans rancune....

« Le pluriel de « un salaire » ?... « dérisoire »



### REGLES FONDAMENTALES DE SÉCURITÉ

Chacun est libre d'assurer sa propre sécurité comme il l'entend à condition de ne pas mettre en péril celle d'autrui

Il doit cependant se conformer aux obligations légales et aux consignes écrites et verbales des organisateurs de manifestations de cyclotourisme ou du responsable de son club

Dans toutes les autres circonstances charge à lui d'évaluer les risques encourus en fonction de la pratique effectuée.

Pour notre ami Gérard Paris : « Dance : frustration verticale d'un désir horizontal »

### RECETTES DE TROPHÉES (Montfermeil/Château Thierry/Montfermeil)

Vous mettez un vieux sur la soupe

Pardon, sur la route

Une Cyclotte jambes légères sur la côte

Pardon, dans une côte

Un groupe de 4 paires de jambes sur un tronçon

Pardon, sur un tronçon

Vous obtenez une coupe de vieux

Pardon, la coupe du plus ancien (André)

Une coupe cyclotte jambes légères (Agnès)

Pardon la coupe féminine

Une coupe prestige, coupe du nombre de participants.

Tout cela mijoté dans un rallye de 200 bornes en une seule fois, le temps qu'il vous faudra, le temps qu'il vous plaira, de préférence par temps très chaud.

Jean-Pierre LEHUEDE

« Economiste : expert qui saura demain pourquoi ce qu'il a dit prédit hier n'est pas arrivé aujourd'hui »

### DES CAUSES ACCIDENTOGENES A EVITER

L'ouverture d'une portière

Les rails des passages à niveau

Le mauvais état du bord droit de la chaussée

Les nids de poule

Les traces de gazole sur la chaussée



« Candidat : personne obtenant de l'argent des riches et des votes des pauvres pour protéger les uns des autres »



### .....N'OUBLIEZ PAS !

Samedi 18 janvier :

Repas fin d'année

Et commencez à réserver votre week-end du 9 mars pour l'organisation des Boucles de L'Est. Nous aurons besoin de toutes les bonnes volontés (fléchage des parcours, accompagnateurs, contrôleurs, accueil, courses...).

...et tous les premiers vendredi de chaque mois, réunion des membres du Bureau ouverte à tous les acébéistes à 8H45 salle Yvette MAILLARD.