

le CYCL'ARMOR

Numéro 102
Novembre 2015



LA CYCL'ARMOR À POMMERET



L'AG du CODEP 22 À PLÉDRAN



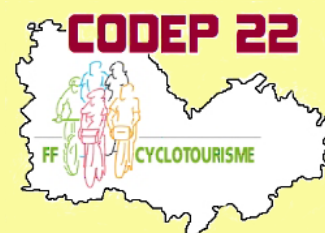
www.ffct.org

FF CYCLOTOURISME

<http://ffct.org>

La Revue des clubs Pour les clubs

Préparée par
Le Comité Départemental de Cyclotourisme
des Côtes d'Armor

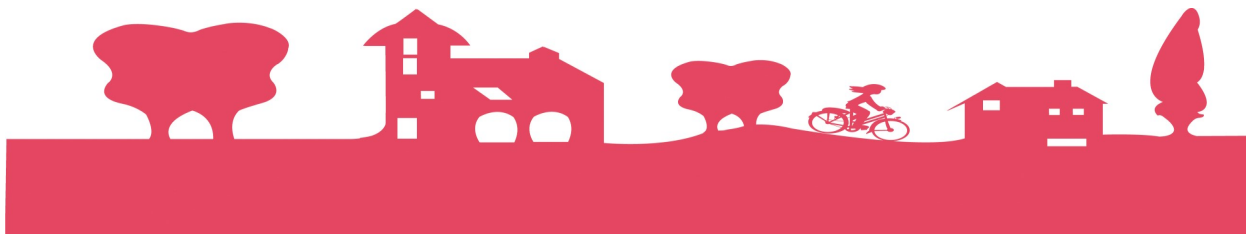


<http://cotes-armor.ffct.org>

<http://www.codep22.com>

SOMMAIRE

Editorial	Page 3
PARIS - BREST - PARIS	Page 4
Ils sont passés chez nous:	
- Paris - Brest - Paris des jeunes	Page 6
- Tour de France cyclotouriste	Page 7
- Tour de Bretagne des greffés du cœur	Page 7
- Le Free Handi'se Trophy	Page 8
CODEP 22 Assemblée générale à Plédran	Page 9
La CYCL'ARMOR 2015	Page 10
Séjour CODEP 22 en Corse	Page 12
Mots croisés	Page 14



RAPPEL

- **Le site du CODEP : <http://cotes-armor.org> est à votre disposition pour vous donner les informations relatives au Comité et les différentes commissions.**
- **Le blog du CODEP : <http://www.codep22.com>. Vous y trouverez les événements récents du département. Inscrivez vous ou Ré-inscrivez-vous à la « Newsletter » en indiquant votre email dans la rubrique « s'abonner » vous serez avertis de tous les nouveaux articles.**

EDITORIAL

Le vélo comme on l'aime!



C'est par cette phrase que j'ai souhaité titrer l'édito de votre revue «Le Cycl'armor» de Novembre 2015.

Pourquoi me direz-vous ? Tout simplement parce qu'elle est en parfaite relation avec le sommaire de ce numéro.

En effet, quoi de plus enthousiasmant que de pratiquer son sport comme on l'entend.

Je ne froisserai personne en disant que le vélo permet justement de s'épanouir de plusieurs façons.

Les plus aguerris, jeunes et moins jeunes d'ailleurs, ont récemment participé à Paris Brest Paris, le «bâton de maréchal» du cyclotouriste, l'épreuve de référence qui marque à jamais un palmarès, le «summum» diront certains!

D'autres, tout aussi téméraires auront eu le plaisir de participer au célèbre Tour de France Cyclos, ou encore au Tour de Bretagne des greffés du cœur, une bien belle épreuve aussi, agissant pour une noble cause.

Les locaux, les amoureux de la petite reine, diront nous, se sont déplacés en nombre lors de la dernière Cycl'armor à Pommeret, manifestation organisée de main de maître par nos amis cyclos de Pommeret et d'Hillion, Comme quoi, l'union fait bien la force!

Le séjour en Corse organisé par le Codep 22, encore une autre façon de pratiquer le vélo, magnifiquement orchestré par notre ami André Demaizy il aura permis à plusieurs cyclotouristes costarmoricaains de découvrir ou redécouvrir touristiquement l'île de Beauté.

Le vélo, c'est beau! surtout quand il est pratiqué par des hommes et des femmes qui le mette en valeur en diversifiant la manière de «tourner les jambes» ou d'emmener «du braquet» pour employer un vocabulaire bien connu dans le jargon cycliste.

Pour conclure, continuez comme cela, en pratiquant le cyclotourisme, notre passion commune, suivant vos envies, vos goûts et surtout avec beaucoup de plaisir,

Olivier COLLIQU
Vice-président du CODEP 22

PARIS - BREST - PARIS 2015

Le Paris-Brest-Paris est une manifestation internationale organisée par l'Audax club parisien qui avait lieu cette année du 16 au 20 août.

J'y ai participé en tant que contrôleur sur les deux contrôles secrets breton, celui de Saint-Nicolas-du-Pélem et de Maël-Carhaix. J'y ai passé deux jours non-stop en n'y dormant que 3h le Lundi soir.

J'en garde un bon souvenir en termes de rencontre avec des personnes de tous horizons, des gens qui venaient du Japon ou encore du Brésil. Par moment, il était très compliqué de comprendre des Japonais qui ne parlaient pas un mot de français, ni d'anglais.

Il y avait des vélos très différents, des vélos elliptiques, des vélos couchés, des vélos carénés, des vélos à trois roues, des triplettes mais aussi des vélos « normaux » parmi ses vélos très différents.

Je n'ai pas vu beaucoup de jeunes mais plutôt des gens âgés de la quarantaine et de la soixantaine, voire plus. Il y avait des gens très fatigués et des cyclos moins fatigués.

J'ai été très impressionné par les éclairages des participants qui éclairent aussi bien qu'une voiture.



Gwendal PIERRES

(ACB)

Retour du Paris-Brest-Paris

Comme à chaque édition, environ 80 bénévoles costarmoricains ont participé aux contrôles secrets du Paris-Brest-Paris.

A l'aller nous étions à Saint Nicolas du Pélem ; au retour nous avons choisi Maël Carhaix.

C'est 3 jours et 3 nuits qui ont été l'occasion de moments forts, comme à chaque fois, d'échange et d'admiration pour les participants.

La participation à cette édition a été record, puisque 6 094 personnes s'étaient inscrites, alors que les organisateurs avaient fixé le maximum à 6 300 inscrits. Compte tenu des 224 non partants, ce sont 5 870 cyclos qui ont pris le départ, les organisateurs limitaient à 6 000 partants (à chaque édition, il y a environ 5 % de non partants).

1 113 participants ont abandonné et 144 sont arrivés hors délai. 4 610 brevets ont été homologués dont environ 50 avec une ou plusieurs pénalités. Si vous comptez bien, vous remarquerez qu'il en manque 3 dans mon décompte. He oui ! 3 participants n'ont pas été homologués pour triche.

Les départs pour les 90 heures ont fait le plein puisqu'il y avait 4 610 inscrits dans cette catégorie, contre 1 245 pour les 80 heures et 817 pour les 84 heures. En sachant que certains ont été replacés en 84 heures car il n'y avait plus de place avec les partants pour 90 heures.

Les pourcentages d'abandons par continent sont les suivants :

Afrique : 8,70 % d'abandons => peu significatif car peu de partants

Europe : 15,15 % d'abandons => il s'agit du « gros » du peloton

Océanie : 16,84 % d'abandons

Amérique : 22,36 % d'abandons

Asie : 40,39 % d'abandons

Le fort taux d'abandon des asiatiques peut paraître surprenant. Mais, il s'agit de nouveaux pays participant à cette épreuve. Ils ont été surpris par les difficultés du parcours et par le temps. En effet, chez eux, ils effectuent les brevets sur des parcours plats et concernant la météo, ils pensaient, en venant en France en été, avoir la température de chez eux. Nos conditions climatiques, pourtant clémentes cette semaine-là, correspondaient à ce qu'ils connaissent chez eux en hiver !

Pour assurer les contrôles, les hébergements et les ravitaillements tout au long du parcours, nous étions 2 236 bénévoles, sans compter ceux de l'Audax Club Parisien, les motards de l'ANEC et les secouristes.

On peut légitimement penser que plus de 10 000 personnes, avec les accompagnateurs, ont été mobilisés durant une semaine pour le bon déroulement de la manifestation.

Un grand bravo à tous les participants et un grand merci à tous les bénévoles sans qui rien ne serait possible.

Nous vous donnons rendez-vous dans 4 ans. Nous aurons besoin de nouveaux bénévoles.



Contrôle secret à Saint Nicolas du Pélem



Contrôle secret à Maël Carhaix

Alain PIERRES

Ils sont passés chez nous

PARIS BREST PARIS DES JEUNES



Le PARIS-BREST-PARIS des jeunes cyclotouristes emprunte un autre parcours que le PBP de l'ACP à l'aller . Au retour c'est la même route que leurs aînés. La distance totale étant de 1400 Km à parcourir en 12 étapes soit environ 120 km par jour.

C'est un peloton composé de 3 filles et de 19 garçons de 14 à 17 ans, fréquentant des écoles de cyclotourisme de toute la France (La Bretagne était représentée par 5 jeunes de Quimper et 3 de Pipriac) qui s'est élancé de Saint Quentin en Yvelines le samedi 8 août 2015. 4 éducateurs diplômés encadraient ces jeunes.

La nuit ils étaient hébergés dans des structures de jeunes où ils se restauraient, faisaient leur lessive et réparaient leurs vélos lorsque cela s'imposait.

Jean-Charles HARZO Président du CODEP, accompagné de quelques cyclos des Côtes d'Armor, a fait un bout de route avec eux et les a reçus au déjeuner à Loudéac.

Ils ont fait étape à Carhaix où Bernard RAULT, Président de la Ligue Bretagne, leur a remis la médaille de la Ligue.

Un grand bravo à tous ces jeunes

Michel SALAN

Ils sont passés chez nous

TOUR DE France CYCLOTOURISTE



Ce « Tour de France » de 6 000 Km est effectué sur 2 années. Il suit, au plus près, les côtes et les frontières de notre pays.

Pour cette première édition, le départ était donné à Honfleur le 8 juin et l'arrivée était prévue le 6 juillet à Sète. La seconde partie ne sera effectuée qu'en 2017.

C'est 34 cyclotouristes, dont 14 féminines qui sont passés dans les Côtes d'Armor. Certains clubs, avertis de leur passage à proximité, sont allés à

leur rencontre et ont fait un bout de route avec eux.

Le samedi 13 juin, l'étape Saint-Briac - Binic s'est effectuée sous un climat qui les a rassurés par rapport aux pluies diluviennes des premiers jours.

C'est sur le petit port de DAHOUËT qu'ils sont arrivés, accompagnés par les cyclos d'ERQUY.

Ils ont été accueillis par Bernard RAULT Président de la Ligue Bretagne et par Michel SALAN représentant le CODEP 22.

Leurs accompagnateurs, dirigés par Jacky BROSSEAU, avaient dressé les tables et commencé à faire cuire le repas (et oui; ils mangeaient chaud même le midi). Quelle organisation !!

Ils ont repris la route accompagnés par des cyclos de PLANGUENOUAL.

Nous les avons rejoints au camping « Panoramic » de BINIC où ils faisaient étape. La Ligue Bretagne leur offrait le pot de l'Amitié.

LE TOUR DE BRETAGNE DES GREFFÉS DU COEUR



45 cyclistes, greffés du cœur, ont traversé notre département en effectuant un « Tour de Bretagne ». Partis de Nantes, en passant par Brest et Rennes. Leur objectif étant de rallier les CHU qui pratiquent des greffes et les hôpitaux qui procèdent aux prélèvements d'organe.

Ils veulent ainsi sensibiliser aux dons et prouver que tout en étant greffé on peut avoir une vie normale et même faire du sport.

Le samedi 19 septembre, ils ont été accueillis à la mairie de Pléneuf-Val-André, accompagnés de nombreux cyclos du club local et des clubs voisins.

C'était la 3ème édition de cette randonnée qui a lieu tous les deux ans.

Ils sont passés chez nous

FREE HANDI'SE TROPHY

(freehandisetrophy.com)

En avez-vous déjà entendu parler ? Et pourtant: C'est une épreuve qui a pour but de montrer que les gens valides peuvent coopérer et travailler avec des handicapés.

Cela n'a rien à voir avec la FFCT si ce n'est la pratique du vélo. Et à l'heure où notre Fédération prône l'accueil du handicap dans nos club, cette opération mérite d'être signalée.



Ce raid rassemblait 22 équipes constituées de salariés valides et handicapés de grandes entreprises comme: SNCF, EDF, Accor, BNP, Matmut, Carrefour, La Poste, CGI, Humanis, ERDF, l'établissement public le château de Versailles.

Le but étant de rallier PARIS et BREST en cyclo tandem et en canoë. Soit 800 Km.

Le jeudi 28 mai 2015, le peloton a traversé notre département en faisant un arrêt (entre autres) à ERQUY et à MORIEUX

Nous avons rencontré un des participants habitant NOYAL et employé à ERDF, voici son témoignage recueilli par Alain BORDERIE:

FREE HANDI'SE est une association militant pour l'embauche en entreprise des personnes handicapées. Elle est financée par de grandes entreprises.

Nous étions 22 équipes de 4 soit 2 personnes valides et 2 personnes à mobilité réduite en relais par tranche de 25 Km. 8 étapes de 90 Km. Moyenne horaire : 15 à 17 Km/h.

Tous les participants n'avaient jamais pratiqué le vélo mais étaient animés d'une volonté farouche de réussir.

Question organisation:

- 1 camion cuisine
- 1 camion toilettes
- 1 camion chapiteau

Le soir, camping en tentes individuelles



Des cyclos de Lamballe les attendaient à Morieux

Une très bonne ambiance entre tous les participants et pas d'incident.

L'année prochaine, ce sera la 5ème édition et le raid partira d'ANNECY pour rejoindre NICE.



L'équipe ERDF avec Christian RAULT (debout)

CODEP 22 - AG 2015 À PLÉDRAN



Le 10 octobre 2015, l'Assemblée générale du Comité départemental de cyclotourisme se tenait à Plédran.

En plus des clubs et des membres du comité, étaient présents Mr Éric BURON 1er Adjoint, Mireille GICQUEL Présidente du CODEP 56 et René LE LOC'H Président du CODEP 29 et Vice Président de la ligue Bretagne qu'il représentait.

Dans son rapport moral, le Président a incité les clubs à participer aux organisations des autres clubs sinon elles disparaîtront. De même, il faut revoir l'accueil dans les clubs et peut être ne pas hésiter à participer aux stages de formation pour être prêts à accueillir.

C'est ensuite le rapport financier par le trésorier qui est approuvé par les réviseurs.

La secrétaire fait le rapport d'activité de l'année.

Les différentes commissions annoncent ce qui est prévu pour l'année 2016, rappelant que le compte-rendu de l'année 2015 se trouve dans le dossier remis aux clubs présents.

Le Président rappelle que la prochaine assemblée donnera lieu à un vote pour le nouveau comité. Il y aura certainement des partants et il faudrait dès à présent trouver de futurs candidats. Il invite les gens intéressés ou ayant quelques doutes à venir nous rejoindre dès cette année pour voir comment cela se passe. Il suffit de nous contacter pour avoir les dates des futures réunions.

Il insiste également sur la nécessité de voter pour l'assemblée générale de la Ligue de Bretagne et de Fédération, rappelant que l'année dernière la Bretagne (et en particulier les Côtes d'Armor) était bonne dernière en nombre de clubs votant. Si vous avez un problème ou une interrogation pour faire votre choix, le comité est là pour répondre à vos questions.

Après l'allocution des personnalités et la remise des récompenses, on se retrouve autour du verre de l'Amitié.

Résultats des votes: 44 clubs présents sur 74 soit 59.5%
182voix exprimables (quorum 137) - Voix exprimées: 180

	<u>OUI</u>	<u>NON</u>	<u>NUL</u>
Rapport moral:	180	0	1
Rapport financier:	180	0	1
Rapport d'activité:	180	0	1



Michel SALAN

LA CYCL'ARMOR 2015

Le 4 Octobre dernier les clubs Cyclos de Pommeret et d'Hillion nous ont fait la joie de nous accueillir à Pommeret dans le cadre de la 27ème Cycl'armor ou le dynamisme et la convivialité des deux clubs ont contribué à la parfaite réussite de cette édition 2015.

En effet, nous avons enregistré 850 participants répartis de la manière suivante :

Route	440
VTT	226
Marche	114
Bénévoles organisation	55

A noter également la présence de 145 individuels – 56 jeunes et 171 féminines.

Une soixantaine de clubs du département ont fait le déplacement.

Les clubs les mieux représentés étaient : Lamballe avec 63 participants et Hénon avec 49 participants dont 32 jeunes.

Tous les participants ont pu apprécier la qualité de l'accueil, les beaux circuits bien préparés. Les conditions météo ont été bonnes malgré un brouillard matinal quelque peu gênant au moment des premiers départs.

Un excellent repas servi par la SARL Amice Walle de Pommeret et animé par le groupe « Les Corsaires Malouin » a clôturé cette belle journée sportive et amicale.

Un grand merci à Denis Gillet, Claude Lacam et tous leurs amis Cyclos, à la municipalité de Pommeret et aux membres du Codep 22 qui ont participé à l'élaboration de cette manifestation.



Les inscriptions



Ravitaillement des marcheurs



Départ de la route



Départ des VTT



Ravitaillement à HILLION



La buvette



Discours des personnalités



Le pot de l'Amitié



Le repas



« Les corsaires Malouins »

Olivier COLLIU

**La prochaine CYCL'ARMOR aura lieu le 2 octobre 2016
À QUÉVERT**

SÉJOUR CODEP 22 EN CORSE

Comme, désormais chaque année, un groupe de cyclos des Côtes d'Armor rejoint Propriano en Corse pour un séjour de deux semaines.

Lundi 28 septembre, au soir, tout le monde se retrouve sur le quai de Toulon pour l'embarquement. Arrivée à Ajaccio avec le soleil levant.



C'est presque un convoi de « 22 » qui, après 60 Km de virages arrive au camping « TIKITI » que nous partageons avec d'autres cyclos : amis du Tour de France de l'est de la France. 80% du camping étant occupé par les amoureux de la « Petite Reine » dont le Président de la FFCT Dominique LAMOULLER.

Premières sorties vélo et marche pour les non pédalants, le mercredi et le jeudi. Mais dès le soir, comme prévu par la météo (qui cette fois ne s'est pas trompée!), une pluie diluvienne s'abat toute la nuit sur les bungalows, empêchant tout le monde de bien dormir ! Elle s'atténue dans la journée mais sans s'arrêter incitant à jouer aux cartes: tarot, belotte...

C'est reparti le samedi. Allons suer dans le col de Siu ! Et tous les jours vont s'enchaîner vélo pour les uns, marche pour les autres. Pour les cyclos, il vaut mieux aimer les côtes et les cols car ils sont au menu tous les jours.

Ainsi les cyclos grimperont les cols de la Vacchia, pas de vaches en haut, mais on peut rencontrer un sanglier s'occupant d'une vieille cochonne, des marçassins ne s'écartant ni des vélos ni des voitures: « même pas peur ! » Et aussi des chiens Corses ne bougeant même pas une oreille, mais une fois un chien courageux (un immigré!) aimant faire la course avec les cyclos: « je mène puis j'attends, je re-mène puis j'attends ! » pas facile de lâcher ce chien.

Les quinze jours vont s'écouler très vite d'autant plus qu'on s'occupe. En soirée on tire de partout ! Entendons nous, on tire et on pointe aux boules. Le reste ne nous regarde pas.

Un pot en commun tous les trois jours, cela resserre le peloton et permet de fixer les sorties à venir. Pas le temps de s'ennuyer.

Ce séjour permettra de visiter la remarquable ville de Bonifacio, les petites ruelles de Sartène, les belles vues de Bavella ...

Et déjà c'est le retour avec embarquement le mardi soir 13 octobre pour le retour sur le continent et les retrouvailles avec des températures moins agréables.

Bon hiver à tous



Pierre LAUNAY
AC Pléneuf Val-André



Jean

Bonjour c'est Jean

J'ai vu à Albi
Des bénévoles efficaces, gentils, serviables, dévoués ...
Un camping énorme (3500 emplacements) propre, bien pensé ...
Des cyclos heureux ...
De beaux circuits ...
J'ai aussi vu des "connards" transgressant les règles élémentaires de sécurité, les feux, les ronds points à l'envers
Des connards qui doublent des pelotons sagement arrêtés à un feu tricolore, par la gauche pour arriver les premiers!!
Mais je retiens que j'ai vu une belle semaine fédérale.
J'ai vu à Loudéac pour le Paris Brest Paris
Des cyclos calmes et motivés.
Des cyclos en larmes vaincus par des problèmes physiques et ne pouvant atteindre le sommet de l'Everest.
Un américain lançant à des gamins qui l'applaudissaient, des pin's "Texas"
J'ai surtout vu de belles choses

Si vous désirez poser une question à Jean ou a Philippe ou bien répondre à leurs attentes, vous pouvez les adresser à : m.salan@aliceadsl.fr. nous lui transmettrons.



**Reconnaissez-vous cet homme ?
Il était à la fête des chanteurs de rue de QUINTIN
Un intermittent du spectacle**

N° 102

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2		■			■			■		
3										
4									■	
5			■			■				
6		■					■			
7							■		■	
8			■							
9				■						
10	■					■		■		

Alain PIERRES

Horizontalement : 1- Nécessaires pour encadrer. 2- Electronic Arts. Oui breton. Terminaison féminine. 3- Pour tourner les pédales. 4- Mauvaise conductrice. 5- De naissance. Il en faut deux pour voler. Anarchiste. 6- Pris la pose. Affirmation. 7- Il leur faut des vélos sur mesure. 8- A l'intérieur. Les cyclos n'en n'ont pas. 9- Manche. Sure. 10- Il faut prendre le bon. Marque de boules.

Verticalement : 1- Elles iront à Strasbourg. 2- Résine. Amis têtus. 3- Acteur. Lettre grecque. Pour le dessinateur. 4- Forment la chaîne. 5- Danseurs. 6- Pronom possessif. Continent. 7- Port d'Ukraine. Peut être solitaire. 8-Prix littéraire. 9- Issue. Article. Petit avion. 10- Station italienne.

Solution N° 101

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	C	A	L	E	N	D	R	I	E	R
2	Y	S	E	R	■	R	U	N	E	S
3	C	A	L	E	P	I	E	D	S	■
4	L	■	O	S	E	■	S	E	■	C
5	A	L	U	■	D	M	■	■	V	A
6	R	E	C	H	A	U	S	S	E	R
7	M	■	H	E	L	I	P	O	R	T
8	O	O	■	R	I	P	O	S	T	E
9	R	U	■	B	E	O	R	■	E	L
10	■	F	I	E	R	■	T	A	S	S

Alain PIERRES