



LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud
Chilly-Mazarin

Semaine 08

CYCLOSPORT

ROBERT

22 février 2026 - Entraînement cycloSPORT.

Brice Chériaux : « Hello, j'ai fait une grosse sortie samedi... »

Jean Christophe Chanlaud : « 90 kilomètres en vallée de Chevreuse »

Sébastien Papinaud et Patrick Rinaldi. Sortie avec le Narval. « Patrick est venu faire une belle partie de manivelle ce matin. On a « mis en route » avec Patrick dans le final pour se retrouver à 3 sur 25, avant de nous relever pour regrouper tout le monde, ensuite une dernière accélération pour n'être que tous les 2 sur le dernier pont d'autoroute. 😊

Costaud le Patrick ! Avec son beau vélo en prime Derrière j'ai rallongé en vue des objectifs de la saison à venir, pour 😊 me faire bien mal aux cannes ! 163 km et 29.8km/h de moyenne ! »

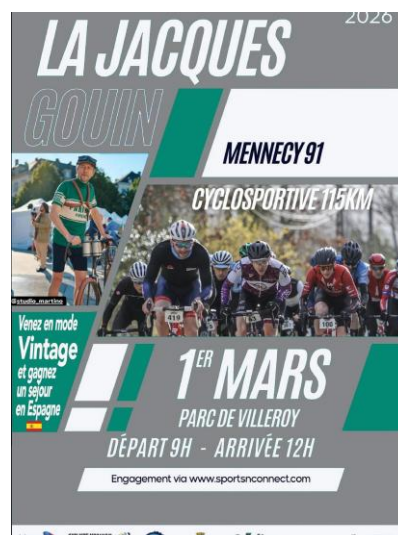
Christian et Paul Da Costa : 88 km

Romain Nogueira : 58 km à 38.4 km/h sur home trainer à 5h14 du matin ! 😊

En fonction des obligations ou objectifs de chacun, c'est la dispersion de notre effectif, c'est comme ça...

La première cycloSPORTIVE de l'année 2026 « La Jacques Gouin », c'est le 1^{er} mars.

La course dite « Villejust plat » c'est le 8 mars.



ROBERT

22 février 2026

Comme pour les coureurs les obligations n'ont pas permis d'avoir un groupe important...

Albert Duquenoy: « *Nous étions 3 du VCBS, Lucie et Albert Duquenoy, Eric Moranne, (le groupe dit "Marrakech")*
 *sur ce premier rallye de la saison à Versailles, fort bien organisé et fléché, avec un parcours équilibré.*

Nous avons fait le 60, mais avec l'aller-retour et les détours chers à Éric, nous avons 92 km au compteur et une bonne bière sur l'estomac à l'arrivée. Un petit crachin au départ puis temps très agréable.

Nous avons quitté le parcours prévu à Villiers-le-Bâcle et donc n'avons pas ramené la coupe du club le plus élégant par sa discrétion ! 

C'est une très bonne mise en jambes pour préparer « Les Retrouvailles » le 8 mars. Les autres clubs n'auront qu'à bien se tenir... »