La Lettre du VCBS

Semaine 27

CYCLOTOURISME (Igor BEYER)

Dimanche 5 juillet - Sortie club 😉

C'est le début des vacances d'été, mais le temps est gris ce matin et la température s'est bien rafraichie en cette fin de semaine, mais nous pouvons malgré tout nous passer des manchettes, sauf pour les plus craintifs. ☺ Mais comme aucune précipitation n'est annoncée, me voilà parti avec un vélo tout propre de la veille. Les juilletistes sont déjà en vacances, et c'est à 6, uniquement du groupe 1, que nous nous élançons de Chilly en direction de Ballainvilliers à 7h30.

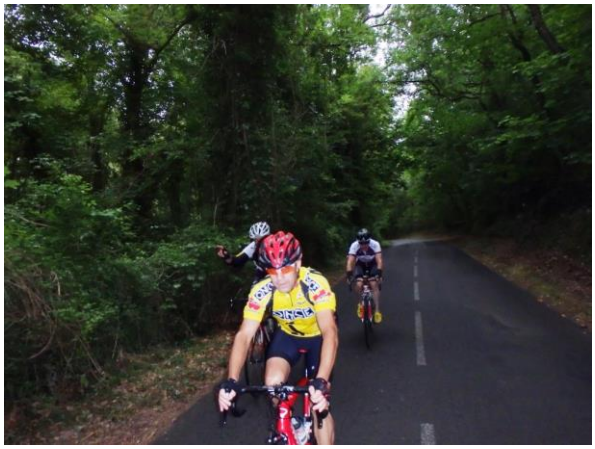
Nous parcourons en ce début de parcours la route utilisée habituellement empruntée en fin de circuit, mais en sens inverse. Après avoir passé Longpont et Leuville, nous arrivons à St Germain-les-Arpajon où nous retrouvons Rodolphe, seul, Didier ayant un souci de genoux et préférant rester au repos. Par contre nous essuyons dès Longpont un crachin suffisamment dense pour déposer des gouttelettes sur nos lunettes et perturber notre vision. ☹ Heureusement cela ne dure pas et nous aurons une chaussée à peine humidifiée pendant quelques minutes.

Nous abordons notre 1ère difficulté en sortant d'Arpajon en montant vers La Norville. Montée au train et groupée ce qui n'est pas fréquent. Nous abordons ensuite une route sans grosses difficultés, un profil composé de faux-plats, descendants et montants, et de cotes brèves et raisonnables. Avec le vent défavorable, et plus soutenu qu'annoncé, nous pouvons nous organiser et progresser en relais réguliers. Cela nous permet de progresser malgré tout entre 30 et 35 km/h, et nous arrivons ainsi à Bourray-sur-Juine. De là nous progressons par la vallée de la Juine et passons Auvers-St-Georges, Morigny, et Boissy-la-Rivière. La route est agréable et traverse les bois, ce qui nous protège sensiblement d'un second crachin.

A la sortie de Saclas nous abordons une patte d'oie serrée, et non prenons à gauche sur la route principale. Mauvaise pioche il fallait prendre à droite. La route monte, mais nous continuons quand même pour récupérer le parcours plus loin.

Sauf que cela monte un peu plus que ce que nous avons eu jusqu'à présent, et un peu plus long également : 2 km au final. ☹ Lionel passe devant et je décide d'aller le taquiner histoire de tenter de débloquer le cardio. Je repasse devant et cela finit par un mano à mano avec Laurent, et nous apprécions d'arriver sur le plateau !

Nous prenons à droite un peu plus loin pour redescendre sur Méréville et y retrouver le parcours. A l'approche de Monnerville nous chopons un nouveau crachin. En fait chaque fois que Laurent remet ses lunettes, peu de temps après le crachin se manifeste pour le breton ! Cette fois il est plus dense et plus long. La chaussée finit par être franchement mouillée, et le vélo propre en partant ne l'est plus vraiment (propre). ☹



Le vent est maintenant nettement plus défavorable et notre vitesse est plutôt entre 28 et 32 km/h. Heureusement nous conservons une bonne cohésion sur ces routes pas trop accidentées, assez rectilignes, larges et en plutôt bon état. A Pussay nous obliquons vers le nord en direction de Chalou-Moulineux. Peu avant Chalou nous obliquons vers le nord-est et le vent devient, enfin, favorable. Toujours en cohésion notre vitesse de croisière tourne désormais autour des 40 km/h, même au gré des bois qui nous protègent dans la vallée jusqu'à St-Hilaire.

Et c'est donc à un bon rythme que nous abordons la cote de St-Hilaire. Je suis devant et je lève le pied. Mais Laurent décide d'y aller et prend vite plusieurs mètres d'avance avec Lionel qui tente de prendre sa roue. Je décide de tenter de les rejoindre pour faire, enfin essayer, monter le cardio. Je dépasse Lionel, revient sur Laurent, mais il en remet une couche et l'écart se stabilise. On arrive bien cuits dans le bourg, mais contents de s'être bien défoncés…

Sur le plateau nous reprenons, vite, une bonne vitesse toujours en nous relayant dans une bonne cohésion. Nous passons Boissy-le-Sec, descendons jusqu'à Venant et roulons dans la vallée de la Renarde jusqu'à St-Yon. Nous allons alors vers Breuillet que nous traversons en franchissant la – raide – cote qui mène au centre commercial.

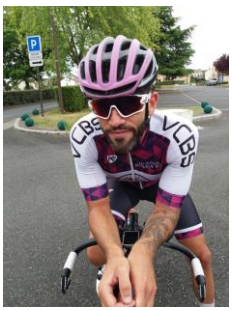
Cette fin de parcours est sensiblement plus accidentée que le début, et malgré le vent favorable, avec la distance qui s'accumule cela commence à piquer pour certains d'entre nous. Après Breuillet, nous enchainons avec La Touche, Bel-Air et l'Escargot dans laquelle Fred, dixit lui-même, en a bavé. ☺Au sommet de l'Escargot Rodolphe prend à droite pour rentrer par Montlhéry, tandis que nous poursuivons par Nozay pour rejoindre Villejust par la ZI. Nous terminons classiquement par Saulx, Longjumeau et arrivons au terme de notre circuit sur le parking de Carrefour à Chilly après avoir parcouru 130 km à 28,8 km/h de moyenne pour 1160m de D+. Une balade variée avec des routes peu usitées et agréables.

Pour les détails, c'est ici : https://www.strava.com/activities/3716273548

Rendez-vous dimanche prochain pour une nouvelle sortie en camaraderie. ☺

CYCLOSPORT (Robert)

Dimanche 5 juillet…

Et 5 coureurs pour une sortie d'entrainement de 87 km et 972 m de dénivelé, dans un premier temps, tout droit vers le sud pour atteindre des cotes fameuses connues ou inconnues, le Déluge, Folleville, La Briche, le Bois Fourgon, Vaucelas, Villeconin, Le Tertre, Forges-les-Bains, Briis-sous-Forges, Bel-Air et l'Escargot. Loïc a pris son vélo de CLM, quelle idée pour un pareil parcours, apparemment cela ne l'a pas handicapé, Patrick, Cédric, Jean-Christophe, bien comme d'habitude et Alexis que nous n'avions pas vu depuis bien longtemps, ce dernier normalement court sur la fin, mais au courage, il en rajoute même, pour faire 101 km. Le parcours, les 87 km et un petit 32 de moyenne.

Les autres coursiers sont dans la nature, un en Belgique, un perdu dans les volcans d'Auvergne, un pouponne, un est dans le sud, un autre attend de pouponner et puis les autres en vacances peut-être… Ceci dit la majorité pédale !