CYCLO-CAMPING INTERNATIONAL

N°172 AUTOMNE 2024

EN SOLO
ESCAPADE OUTRE-MANCHE

EN FAMILLE
EUROPE ET AMÉRIQUES



TOUR DE FRANCE
AU PLUS PRÈS DES CÔTES ET DES FRONTIÈRES

PORTRAIT
LUMINIȚA, PETITE LUMIÈRE SUR LA ROUTE

Vie de l'association
UN ÉTÉ SUR LES ROUTES AVEC LES SORTIES CCI

CYCLO CAMPING INTERNATIONAL



EDITO

Le manuel du voyage à vélo, c'est aussi une aventure !

Sur la plus ancienne voie verte de France, celle reliant Cluny à Chalon-sur-Saône, j'ai rencontré un cyclovoyageur il y a quelques années. Il rentrait chez lui à Dijon après un tour assez long en France. J'étais sur un vieux biclou et je tentais ma première aventure de voyage à vélo de deux jours… Nous avons bien discuté en roulant de ses voyages, de technique et d'autres points liés au cyclocamping. Rentré chez moi, séduit par cette conversation, j'ai pris la décision de faire un grand voyage à vélo l'année suivante. Mais par où commencer ? Là, une autre rencontre importante pour moi s'est produite : celle du manuel du voyage à vélo. J'y ai trouvé beaucoup de réponses aux questions que se pose l'aspirant cyclovoyageur que j'étais alors. J'y ai trouvé aussi cette part de rêve dans laquelle on puise l'énergie de partir.

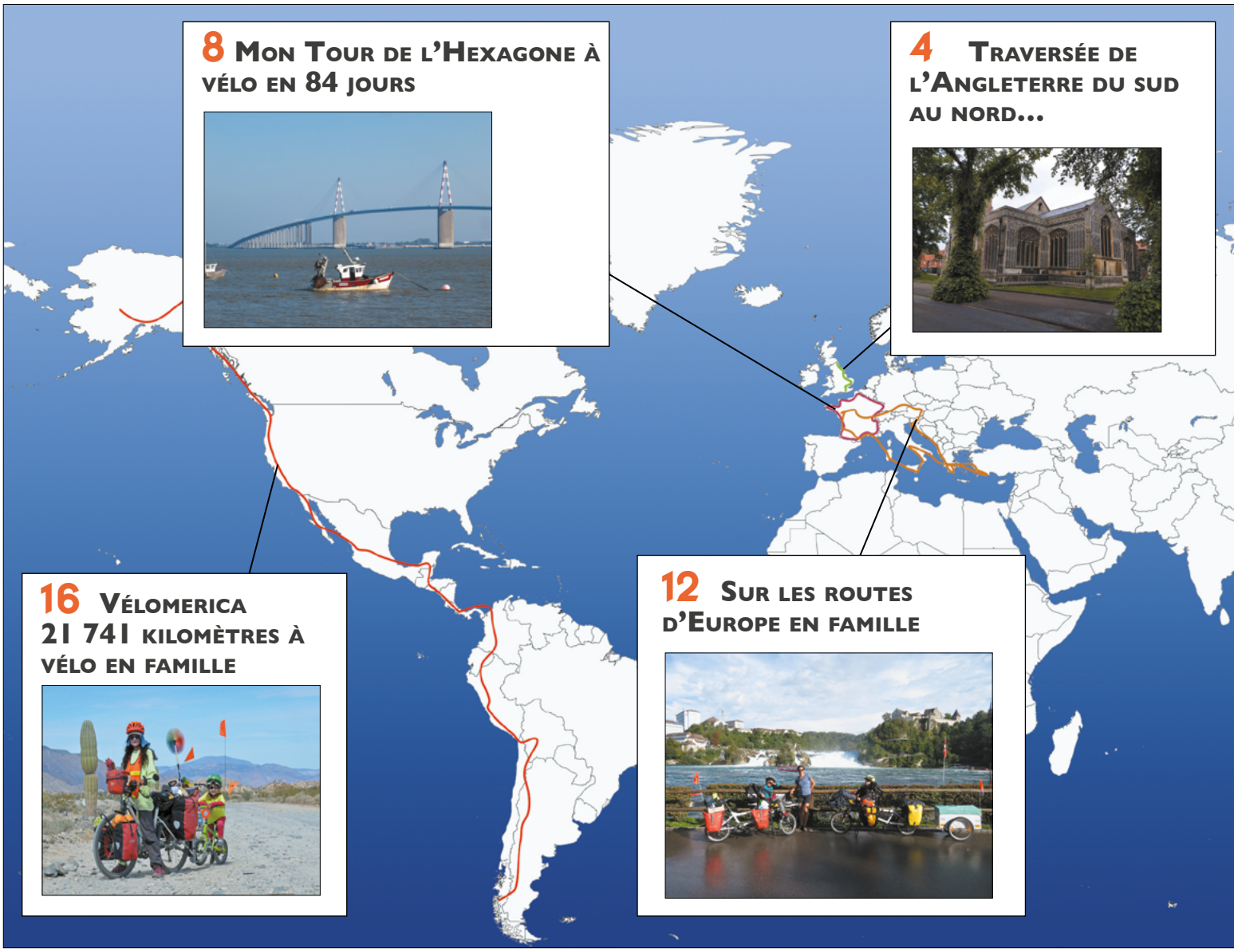
Quelques années et milliers de kilomètres plus tard, le hasard fait que je coordonne la création de la septième édition du manuel du voyage à vélo. Et le travail avance maintenant très vite ! Assez vite pour que je puisse annoncer, au nom de l'équipe travaillant sur ce projet, que ce nouveau manuel sera disponible pour le prochain Festival international du voyage à vélo du Mans, et peut-être même avant.

Cette septième édition est, comme les précédentes, une œuvre chorale. Elle tient compte des évolutions techniques et des pratiques nouvelles ayant émergé depuis l'édition précédente. Chaque contributeur écrit sur un domaine dans lequel il a de solides connaissances et une expérience certaine, qu'il s'agisse du choix d'un vélo, de la traversée de l'Europe par les itinéraires balisés, de l'itinérance avec des enfants ou de la création d'un carnet de voyage.

Cette septième édition du manuel du voyage à vélo est aussi respectueuse des valeurs d'ouverture et d'accueil de notre association. Elle souhaite pouvoir inviter de nouveaux voyageurs à partir, comme une édition précédente l'a fait pour moi. Elle souhaite aussi permettre à ceux qui voyagent déjà d'aller, sans trop de craintes, plus loin.

L'aventure du manuel du voyage à vélo se poursuit par cette septième édition à paraître cet hiver !

Pascal ARNAUD et l'équipe de réalisation du manuel du voyage à vélo.



8 Mon Tour de l'Hexagone à vélo en 84 jours

4 Traversée de l'Angleterre du sud au nord…

16 Vélomerica 21 741 kilomètres à vélo en famille

12 Sur les routes d'Europe en famille

REVUE N° 172

Automne 2024

SOMMAIRE

4 SUR LA ROUTE

4 Traversée de l'Angleterre du sud au nord… Tour des Îles Britanniques (première partie)

8 Mon Tour de l'Hexagone à vélo en 84 jours

12 SUR LES ROUTES D'EUROPE EN FAMILLE



16 Vélomerica 21 741 kilomètres à vélo en famille

20 GUIDOLIGNES

20 Une micro-aventure le long du Dropt

21 Fiche pratique pour un voyage au long cours en famille

22 PORTRAIT

22 Luminița : « Laissons le voyage parler. »

24 VRAC DE NET

25 LE CYCLISTE OBLIQUE

25 VAElidisme

26 BIBLIO-CYCLES

27 VÉL'ECOLOGIE

27 J'avions pas compris...

28 QUI SOMMES-NOUS ?

29 ELLES & ILS VOYAGENT

30 NOS ANCÊTRES LES CYCLOPATHES

30 Trois jours en Normandie (deuxième partie)

32 LA GAZETTE DE L'ASSOCIATION

33 Les sorties de l'été



Photo de couverture :
Marilyne Griffon
Photo de famille sur le Salar d'Uyuni



Pour les prochaines revues :
Les textes (9 000 signes environ pour la rubrique SUR LA ROUTE et entre 2 500 et 3000 pour la rubrique GUIDOLIGNES) et les photos destinés aux prochains numéros doivent parvenir à : Luc DEVORS (luc.devors@gmail.com)

Dates de parution de la revue :
mi-janvier ● mi-avril ● mi-juin ● mi-octobre

Prochaine parution :
N°173 : mi-janvier 2025

Directeur de la publication :
François Coponet

Coordination :
Véronique Olivier, Guy Lecointre, Françoise Lissonnet

Conception graphique / Mise en page :
Fabien Savouroux

Participant.es :
Pascal Arnaud, Jean-Louis Barrère, Gérard Bastide, Marie Besnard, Joël Brich, Claire Carvallo, Gaëtan Couffignal, Luc Devors, Philippe-Antoine Doreau, Robert Eining, Charles Esmenjaud, Jean-Luc Gaudin, Marilyne Griffon, Pierre Herant, Guy Lecointre, Françoise Lissonnet, Évelyne Maho, Frédéric Michelland, Thérèse Monnerie, Jean-Yves Mounier, Gérard Olive, Véronique Olivier, Céline Ollion-Toscani, Philippe Orgebin, Annick Potier, Christine Quinel, Odile Roblin, Fabien Savouroux.

AUTOMNE 2024 ● Tirage : 875 exemplaires
Prix : 6 Euros TTC (frais de port inclus) ● Impression : La Contemporaine
11 Rue Edouard Branly - 44980 Sainte-Luce-sur-Loire ● ISSN : 0755-0219.

Textes et photos : **Pascal ARNAUD**



Partant du seuil de sa porte en Bourgogne, Pascal envisage de pédaler autour des îles Britanniques. Le crachin et le vent auront-ils raison de sa détermination ?

L'Angleterre du sud au nord...

Tour des Îles Britanniques

(première partie)

Le ciel est clément et la mer calme. Sur le pont du Côte d'Albâtre, je regarde s'approcher de moi les falaises d'Angleterre. Une impression curieuse m'habite après dix jours de voyage, il me semble ne le commencer qu'aujourd'hui ! J'ai quitté mon petit village de Bourgogne sous un crachin très printanier et, suivant les canaux et les cours d'eau, j'ai atteint Paris en une semaine. Ensuite, la traversée de la Normandie m'a conduit à Dieppe. Quelques formalités et P'tite Mule et moi embarquons, elle dans le coin de la soute réservé aux vélos, moi sur le pont. Cette petite traversée de la France ne m'apparaît que comme une transition, le vrai voyage commence sur ce navire (photo 01).



01 - Arrivée en Angleterre.

CAMPINGS ET ROUTES À L'ANGLAISE

Une fois débarqué à Newhaven, je dois très vite me familiariser avec la conduite à gauche. Clairement, ce n'est pas naturel… Il s'agit



La joie d'être à la source du Tarn.

09 - Harlow.

maintenant de longer un peu la côte vers l'est et de remonter à travers les collines, pour atteindre mon premier camping anglais, à Alfriston. Je m'attendais à un camping à la française avec ses drapeaux, son accueil et sa boutique. Erreur ! Ce camping est réduit à l'essentiel : un grand pré parfaitement tondu (on est en Angleterre) et deux blocs sanitaires, mais aucun accueil… Au milieu du pré, deux vans anglais. Les campeurs de ces vans m'indiquent que je peux m'installer où je souhaite et qu'une personne viendra en fin de journée pour le paiement. De fait, un jeune agriculteur arrive plus tard à bord d'une voiture déglinguée et passe d'un campeur à un autre pour collecter les paiements. Ces premiers contacts avec des Anglais ont été pleins de sourires et de curiosité, avec ce zeste de distance tout britannique.

Le lendemain, départ assez matinal en direction du nord. Je constate avec grand plaisir le travail de balisage fait par l'association Sustrans[1]. Ce balisage me guidera dans l'ensemble de mon voyage au travers du réseau dense de voies de communication anglaises. Les choix des baliseurs se portent prioritairement vers de réelles pistes cyclables très agréables, à défaut, vers de petites routes. L'Angleterre ne serait pas ce qu'elle est sans son humour. Au bord d'une de ces pistes, un panneau magnifique, digne de Lewis Caroll (photo 03), m'arrête ! Ma route continue vers Londres. Je goûte pour la première fois aux reliefs des routes anglaises. Les montées ne sont pas très longues, mais parfois très raides. P'tite Mule avance vaillamment. Je croise mes premiers cimetières anglicans où les pierres tombales sont dressées au milieu du gazon, autour de l'église. Ils ont un charme fou ! J'ai dû parcourir un mile de chemin de terre pour arriver au camping d'Alfriston. Celui de ce soir, situé à Feldbridge, est lui aussi bien caché… derrière un garage automobile. Pour m'acclimater à la culture locale, je termine la journée à la terrasse d'un pub, devant une pinte de bière et un fish-and-chips roboratif.

LONDRES TOURISTIQUE ET COÛT DE LA VIE

La troisième journée du voyage nous permettra, P'tite Mule et moi, d'atteindre Londres. Je m'attends à traverser des banlieues un peu glauques (comme à Paris la semaine précédente, en particulier Ivry-sur-Seine) et à me faufiler entre les voies de communication automobiles. Mais non, en Angleterre, les choix sont différents. D'abord, une mauvaise surprise : le beau chemin balisé qui serpente entre les prés et les bois est inondé… Impossible d'y passer. Une sente s'enfonce sous les arbres pour éviter cette zone, mais elle n'est pas facile à suivre. Me voilà donc parti, poussant P'tite Mule à travers les orties et les grosses pierres pendant une demi-heure, sous le regard amusé de trois joggers indiens. Londres est maintenant à quelques miles. L'entrée par le sud se fait au travers de parcs et autres coulées vertes le long de petites rivières. Puis c'est la ville. Bien sûr, P'tite mule veut voir Westminster, alors on y va (photo 04). Moi, j'ai un faible pour la Batersea Power Station (hommage à Pink Floyd photo 05). Cette ville est ▶▶▶

[1] www.sustrans.org.uk



04 - Westminster.



05 - Batersea Power Station.



03 - Panneau plein d'humour.

assez extraordinaire. Son architecture, en particulier, propose des contrastes saisissants. La Tamise est si puissante ici qu'elle semble le berceau même de la ville (photo 06). Pour trouver mon camping, je suis le fleuve plein est jusqu'au quartier d'Abbey Wood. Ce sera l'un des plus chers de mon voyage, mais j'y passerai néanmoins trois nuits pour visiter cette capitale. Les prix y sont déterminés en fonction de l'offre et de la demande (c'est un week-end prolongé) et des coûts de l'énergie. D'ailleurs, le coût de la vie a des effets très particuliers à Londres. M'étonnant du rythme de vie de quelques campeurs (départ le matin, retour le soir), je discute avec eux. Il y a un Belge, célibataire, venu travailler à Londres après quelques années à Nice. Il vit dans une petite tente. Un couple d'Australiens est installé un peu plus loin, dans une tente plus grande. Habituellement, ils vivent dans une caravane, mais préfèrent la louer à des touristes l'été. Tous travaillent à Londres. Ils habitent le camping à longueur de temps parce que le logement en appartement ou maison et les frais liés (taxes, énergie, etc.) sont trop élevés pour des salaires ordinaires…

L'ART DE TRAVERSER LA TAMISE

La poursuite du voyage nécessite de quitter Londres par le nord. Pour cela, il me faut traverser la Tamise. J'espérais prendre un bac à Woolwich, mais il ne fonctionne pas le dimanche. Plan B : passer par le tunnel juste à côté. Bon, l'ascenseur rive gauche est en panne… Donc retour vers le centre afin de trouver un troisième moyen de traverser. Ce sera la télécabine de Greenwich. La vue sur la Tamise et la ville est impressionnante (photo 07) ! La sortie de Londres se fait toujours par des espaces verts et des pistes très bien sécurisées (je roule maintenant sur l'Eurovélo 12). Direction plein nord par la vallée de la Lee et de son canal, le long duquel de nombreuses péniches anglaises, les narrow-boats, sont amarrées et habitées. Certaines sont plus proches de taudis que de rutilantes résidences de loisir. Échangeant avec un Anglais sur ce thème, j'apprends que ce mode de vie est lui aussi un effet du coût du logement élevé à Londres : les bateaux ne sont pas soumis aux taxes liées au sol…



06 - La Tamise.

CHARMANTE CAMPAGNE ANGLAISE ET CULTURES INTENSIVES

Ma traversée de l'Angleterre par la côte est me conduit maintenant dans l'Essex, le Suffolk et le Norfolk. Je quitte rapidement les zones urbaines pour me retrouver dans la campagne anglaise. Les villages se suivent avec leurs églises toutes plus charmantes les unes que les autres. Celle de Harlow abrite la tombe de John Locke dont la pensée a guidé les fondateurs des États-Unis d'Amérique (photo 09). Je me rapproche de la mer du Nord à Maldon. C'est un petit port de plaisance à l'embouchure de la Chelmer. Quelques bateaux anciens sont à quai, admirés par les familles en promenade. La traversée de Colchester ne m'a pas laissé un grand souvenir. En revanche, l'arrivée à Ipswich, capitale du Suffolk, est impressionnante par le style brutaliste de ses premiers quais (photo 10). Norwich offre une architecture religieuse remarquable. Je termine la semaine à King's Lynn, tout au nord du Norfolk. Il s'agit d'une ville portuaire à l'histoire très riche, mais un peu endormie aujourd'hui. Depuis Maldon, j'ai traversé une région plutôt plate et agricole, avec le vent du nord dans le nez… D'après un cycliste rencontré, le vent aurait dû être au sud-est en cette période, ce vent du nord est franchement inhabituel.

La traversée du Lincolnshire, au nord de King's Lynn, a un côté lassant. Il s'agit d'une grande zone de plantations intensives, très plate, où le vent règne en maître (photo 12). C'est d'ailleurs dans cette région, un peu après Boston, que j'ai suivi une ligne droite de 9 km face



07 - Télécabine de Londres.



10 - Ipswich (rivière Orwell).



12 - Lincolnshire.



13 - Cathédrale de Lincoln.

au vent ; un passage qui en appelle à la volonté du cycliste ! Clairement, ce n'est pas la partie la plus intéressante de ce voyage. Cependant, les zones touristiques ne proposent qu'une facette d'un pays. Les régions comme celle-ci parlent d'autre chose, d'une vie plus réelle et moins spectaculaire. À Lincoln, il ne faut pas hésiter à monter dans la vieille ville pour s'approcher de la cathédrale, la plus belle que j'ai rencontrée depuis le début de cette traversée de l'Angleterre (photo 13).

TOUJOURS DU VENT ET UN CHEVAL GÉANT

« It's a nice summer day ![2] », c'est ainsi qu'un cycliste anglais m'aborde à la sortie de Market-Rasen. Il faut dire que le vent souffle toujours et qu'il est accompagné d'une bruine des plus anglaises… Je traverse maintenant quelques collines vers Hull et le pont sur l'Humber. C'est un immense pont autoroutier équipé de voies cyclables protégées de part et d'autre de l'autoroute. La traversée de plus de deux km se fait en toute tranquillité. Le lendemain, je retrouve la côte à Bridlington. Ici, la mer du Nord commence à montrer son visage particulier (photo 15). Pour un habitant des collines verdoyantes de Bourgogne, ces paysages infinis de vent, d'eau et de sable ont quelque chose de poignant.

Je retourne dans l'arrière-pays vallonné pour poursuivre ma route vers le nord. À proximité de Kilburn, un immense géoglyphe de cheval décore une colline (photo 16). Je passe en bordure du North York Moors National Park avec plaisir. C'est une zone plutôt sauvage, où la nature un peu dure de cette région s'exprime harmonieusement. La traversée de la ville industrielle de Middlesbrough pourrait être passée sous silence, mais c'est là que j'ai connu la seule crevaison de mon voyage, souvenir, souvenir… Rapidement après, je rejoins la côte. Je suis maintenant dans le Northumberland, région la plus septentrionale de l'Angleterre. Sous la gigantesque forteresse de Bamburg (photo 17), je fais une pause très agréable. Cette forteresse est le point de départ du John Muir Way qui traverse l'Angleterre et l'Écosse d'est en ouest. Avant d'arriver à Berwick-upon-Tweed, le terme de cette traversée de l'Angleterre, je prends le temps de profiter des paysages marins (photo 18). Ma traversée de l'Angleterre avec P'tite Mule se termine ici, elle aura pris trois semaines. Demain, j'entre en Écosse pour la poursuite de mon voyage autour des Îles Britanniques.

À suivre…

Pascal Arnaud
pascal.arnaud@lilo.org

[2] C'est une belle journée d'été !



15 - Côte à Bridlington.



16 - Géoglyphe de Kilburn.



17 - Bamburg.



18 - Côte avant Berwick-upon-Tweed.

Textes et photos : **Pierre HERANT**

Il n'est jamais trop tard pour réaliser un rêve de gosse. À 67 ans, Pierre a effectué son Tour de France en franchissant les grands cols des Alpes et des Pyrénées, comme les coureurs d'antan qu'il admire depuis toujours.



Mon Tour de l'Hexagone à vélo **en 84 jours**


Le dernier lacet à 13% du col du Tourmalet (Hautes-Pyrénées).

« Le Tour de France », un livre de poche pour les jeunes que j'avais lu à douze ans, décrivait sur un mode épique des fabuleux grimpeurs, des ascensions abominables, des vélos pliés en quatre lors de fracas catastrophiques, des chutes dans des ravins insondables...
Cette lecture exalta ma jeune imagination, que les propos de Jean Robic découverts ensuite enflammèrent définitivement : « Les champions, les vrais, les seuls, sont ceux du début du siècle. Ceux qui se tapaient des étapes de 400 km. Ils montaient les cols sur des chemins à vaches, et quand ils arrivaient au sommet, ils allaient dans la forêt se confectionner des fagots qu'ils accrochaient derrière eux pour se freiner dans les descentes… » [1].

FAIRE MOI AUSSI LE TOUR DE FRANCE

Voir un jour les mêmes paysages, surmonter les mêmes difficultés que ces héros est resté très longtemps un rêve enfoui. C'est en 2020, lors d'un périple en cyclocamping de Nice à Nice le long de la Loire puis du canal des Deux Mers, que cette idée a ressurgi dans mon esprit : « Et si je faisais un vrai Tour de France, comme ceux des années 1920 à 1930, mais en passant encore plus près des frontières et des littoraux ? ».
Beaucoup y avaient pensé, certains l'avaient probablement réalisé. J'ai recherché sans succès leurs témoignages sur Internet, jusqu'à ce qu'un blog mystérieusement dénommé « modachul'vélo.com[2] » apparaisse. Banco ! Il m'indiquait la trace GPX du parcours idéal immédiatement téléchargée sur mon téléphone portable.

[1] Cité par Christian Laborde dans Le Tour de France, Edition du Rocher.
[2] https://www.modachulvelo.com (je pars sur le vélo) est le site internet d'un Cciste, Régis Paraz, qui a réalisé le tour de France au plus près des côtes et des frontières en 2011.



Paysage bucolique dans le col du Soudet (Pyrénées-Atlantiques).

L'ITINÉRAIRE IDÉAL SUR LES BORDS DE L'HEXAGONE

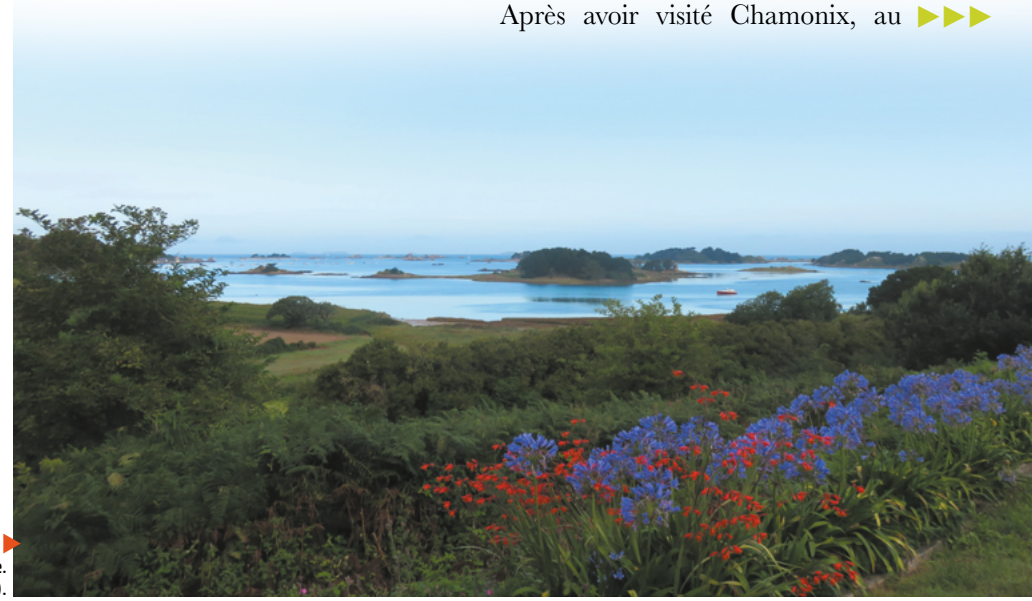
Après avoir rempli mes sacoches et attendu l'ouverture des cols des Alpes, j'ai quitté Nice le 15 juin 2021 pour rallier Menton (Alpes-Maritimes), Lauterbourg (Bas-Rhin), Bray-Dunes (Nord), Plouarzel (Finistère), Hendaye (Pyrénées-Atlantiques), Cerbère (Pyrénées-Orientales) avant de revenir à Nice.
Avec 7600 kilomètres et 80 000 m de dénivelé positif, un vélo de 14 kg chargé de 23 kg d'équipement, près de trois mois sur les routes et surtout des cuisses et des mollets bien trop tendres au départ, il y avait de quoi m'inquiéter. De plus, en choisissant de partir vers le nord, je me confrontais directement au côté le plus coriace de l'Hexagone.

A L'EST DE L'HEXAGONE DE NOMBREUX COLS À PASSER

La route des Grandes Alpes au départ de Menton longe la frontière italienne jusqu'au lac Léman en franchissant 24 cols de montagne au total, dont neuf dépassent 2000 m d'altitude.

Le bivouac sauvage est fréquemment ma seule solution. J'ai ainsi dormi sur un stade, un chantier de bâtiment, la rive d'un étang privé, à l'intérieur d'un cimetière et au bord d'un parking public.

Le col de la Bonette, culminant à 2175 m, apparaît le premier sur mon itinéraire avec ses 25 km d'ascension et ses 1600 m de dénivelé. C'est l'heure de vérité. Soit je parviens à le franchir, soit je m'en retourne chez moi.
Ayant surmonté cette épreuve je traverse l'Izoard, le Galibier, l'Iseran où, épuisé, je dresse mon bivouac à mi-montée dans la zone cœur du parc de la Vanoise, en prenant le risque d'une grosse amende.
Après avoir visité Chamonix, au ▶▶▶



La côte des Ajoncs précède la côte de Granit Rose. (Côtes-d'Armor).



Les falaises du pays de Caux (Somme).



Le pont de Saint-Nazaire (Loire-Atlantique).

douzième jour j'arrive dans la vallée du Rhône, du côté suisse de la frontière. C'est gagné pour la route des Grandes Alpes !
Il me reste à traverser le Jura et les Vosges du nord avant de goûter quelques étapes plus reposantes dans la grande plaine d'Alsace.

LES FRONTIÈRES NORD SOUS UN CIEL PEU CLÉMENT

Les journées pluvieuses se succèdent le long des frontières allemande, luxembourgeoise et belge avec un summum les 14 et 15 juillet. La cause : une infernale « bombe climatique » localisée sur l'Allemagne et la Belgique qui a fait 200 victimes en quelques heures.
Avec des difficultés à trouver des campings, encore plus à m'héberger en gîte, sans parler des hôtels introuvables, le bivouac est fréquemment ma seule solution. J'ai ainsi dormi sur un stade, un chantier de bâtiment, la rive d'un étang privé, à l'intérieur d'un cimetière et au bord d'un parking public.
Jacques Brel a envahi mon esprit durant toute la traversée du Plat Pays. J'ai croisé son canal perdu, ai été bloqué sur place par le terrible vent du nord, me suis rassasié de moules-frites et de bière belge avant de parvenir à un dernier terrain vague, celui de la mer du Nord.
Je dois maintenant longer 3500 km de littoraux avant d'arriver au pied des Pyrénées.

« En pensant aux Pyrénées tout proches, les centaines de kilomètres plats et rectilignes de la forêt des Landes me paraissent délicieusement ennuyeux. »

UN PARCOURS FANTASTIQUE LE LONG DES CÔTES SEPTENTRIONALES

Suivre la mer du Nord et la Manche au plus près jusqu'à la pointe ouest de l'Hexagone sur une côte abrupte partout rongée par la mer constitue un fantastique parcours.
Le cumul quotidien des dénivelés est très souvent celui d'étapes de montagne. Le tour complet de la Bretagne représente avec 15 200 m d'ascension entre le Mont-Saint-Michel et Saint-Nazaire presque l'équivalent des 15 700 m de la traversée des Alpes !
Après avoir beaucoup admiré la côte d'Opale et le pays de Caux, les rivages des Côtes-d'Armor sont un nouveau coup de cœur. Saint-Brieuc clôture la première moitié du Tour de l'Hexagone. Par une belle coïncidence j'ai l'occasion de passer quelques jours avec mon fils installé à proximité depuis quelques mois.

DU RELIEF DU LITTORAL ARMORICAIN À LA PLATITUDE DES LANDES

Depuis la pointe la plus occidentale de l'Hexagone, je poursuis le contournement du massif armoricain durant neuf étapes jusqu'à l'estuaire de la Loire, sur un relief de toute beauté mais constamment sévère et fatiguant.
Après avoir quitté la Bretagne par l'impressionnant pont de Saint-Nazaire, les huit étapes suivantes pour rallier la frontière espagnole à travers la Vendée et les



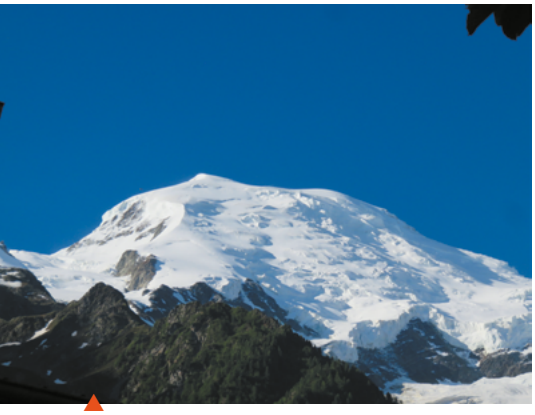
La route des Crêtes (Bouches-du-Rhône).



Les rochers rouges de l'Estérel (Var).

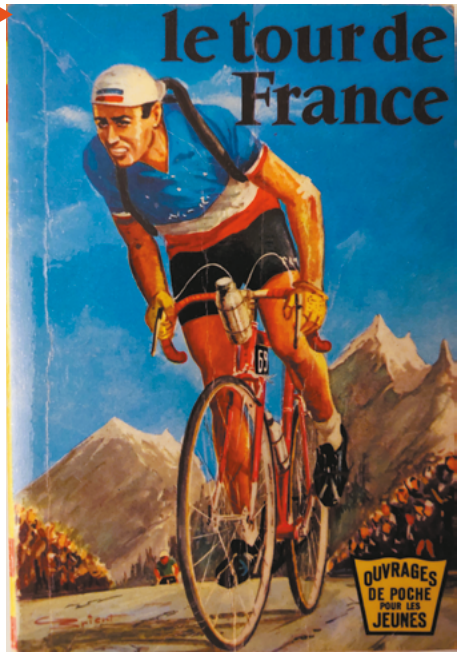


Mon bivouac installé près d'un étang privé (Moselle).



Le massif du Mont-Blanc vu de Chamonix (Haute-Savoie).

Landes sont heureusement moins exigeantes. Je me régale de paysages de marais salants, de plages au sable blond, de traversées d'estuaires sur tous les types d'embarcations.
En pensant aux Pyrénées tout proches, les centaines de kilomètres plats et rectilignes de la forêt des Landes me paraissent délicieusement ennuyeux.
Ma soirée passée sur un camping idéalement situé près de la dune du Pilat me laissera un souvenir amer car ce camping a été entièrement détruit l'année suivante par le gigantesque incendie du massif forestier des Landes de Gascogne.



Un livre très inspirant de Paul Massonet paru en 1964.

LES FRONTIÈRES SUD ET LEURS COLS ABRUPTS

La route des cols pyrénéens longe les frontières espagnole et andorrane en franchissant 41 cols. S'ils sont plus abrupts que ceux des Alpes, ils sont aussi généralement plus courts et chaque étape en comporte plusieurs.
Sur les pentes sévères des cols de Burdincurucheta, du Soudet, de Marie-Blanque, de l'Aubisque, de Peyresourde, du Portet d'Aspet, entre autres, j'ai beaucoup pensé aux coureurs qui ont bâti dans ces paysages exceptionnels la légende du Tour de France. Le passage du col de Tourmalet parmi des dizaines de cyclistes sportifs qui m'encouragent est un grand moment !
Afin de la suivre au plus près, je traverse la frontière après le col de Puymorens et je reviens en France au col d'Ares pour retrouver le lendemain la Méditerranée trois mois après l'avoir quittée.

RETOUR À LA CASE DÉPART : LA MÉDITERRANÉE

Depuis la frontière espagnole jusqu'à la frontière italienne, la Méditerranée offre des vues exceptionnelles dont la contemplation ralentit mon allure.
L'itinéraire parcourt à la fois des zones touristiques très fréquentées, les grandes villes de Marseille et Toulon, de déplaisantes zones industrielles et des paysages magnifiques : chemin de halage du canal de la Robine, digue à la Mer traversant la Camargue, route des Crêtes de Cassis à La Ciotat, corniche de l'Esterel. Ma dernière étape de 164 km le long de la côte rocheuse et tourmentée du Var est la plus longue de toutes. Elle me permet de conclure en beauté le Tour de l'Hexagone.



Si vous rêvez de faire le tour de la France à vélo

Ce Tour intégral de l'Hexagone peut être effectué en une ou plusieurs fois, chargé de sacoches, en mode bikepacking ou en dormant en gîtes et en hôtels, en le débutant à l'endroit souhaité, et ce quelle que soit la période de l'année, hormis durant l'hiver pour les étapes de montagne.

Du fait des exceptionnels panoramas qu'il traverse, il mérite de devenir un itinéraire classique de cyclotourisme parcouru par les passionnés de très longs périples.

Deux livres sont disponibles en librairie :

- **84 étapes dans un livre grand format de 192 pages illustré par 336 photos couleur, cartes et tableaux publié en octobre 2023 par Chamina Edition.**
- **700 pages récit en format poche illustré par un cahier central de 60 photos couleur publié en février 2024 par les Editions Christine Bonneton.**

Textes et photos : Marie BESNARD

Les enfants qui grandissent, la vie quotidienne qui déborde, l'agitation de nos vies d'humains qui perd son sens, le moment était venu pour nous de partir sur les routes et de prendre le temps d'être ensemble.



Sur les routes d'Europe en famille

Une année de complicité et de liberté

Déjà charmés par le voyage à vélo pendant nos vacances, nous décidons cette fois-ci de partir pour un voyage au long cours d'une année. Nous choisissons d'arpenter l'Europe, pour le plaisir de partir de chez nous et y revenir en vélo et découvrir des trésors pas si lointains. Ainsi nous évitons de prendre l'avion.

Plus de deux années de préparation sont nécessaires pour économiser, choisir le matériel et organiser notre absence au travail. Nous remettons les clés de notre maison à une locataire, et partons le 14 août 2022 de Nantes avec nos deux enfants âgés de sept et neuf ans. Nous sommes équipés de deux tandems semi-couchés, d'une remorque, d'une tente quatre places et de huit sacoches, pour transporter entre 100 à 150 kilos de bagages, selon la saison et le ravitaillement.



Grèce - Vonitza.

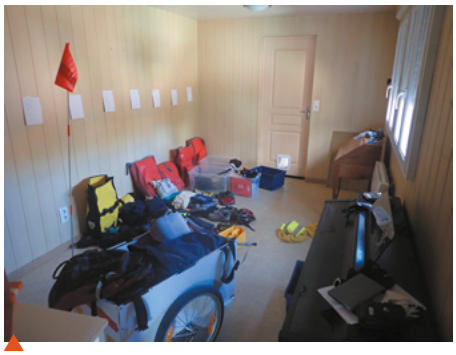


Péloponnèse, Grèce - Au dessus de Kyparissi.

LES FLEUVES, LE LONG DE LA LOIRE ET DU DANUBE

C'est sur la Loire à vélo que nous prenons nos marques, affinons l'organisation des sacoches, nos recettes sur réchaud, et renforçons nos muscles. L'école à vélo commence avec enthousiasme en même temps que la rentrée des écoliers français.

Nous poursuivons sur l'Eurovélo 6 le long du Danube, où les champs en monoculture de maïs et de betterave, l'automne pluvieux, froid et précoce, ainsi que les difficultés à trouver un bivouac ou un logement ont raison de nous. A Vienne, nous décidons d'obliquer vers le sud à grande vitesse et prenons un train pour Ljubljana.



Nantes - préparatifs.

LES BALKANS, ENTRE ÎLES ET CÔTE

L'arrivée en Slovénie nous a donné un nouveau souffle : le soleil, l'hospitalité des habitants, la vie moins chère, les grottes et la beauté des montagnes nous ravissent.

L'arrivée en Slovénie nous a donné un nouveau souffle : le soleil, l'hospitalité des habitants, la vie moins chère, les grottes et la beauté des montagnes nous ravissent.

Nous arrivons rapidement sur la côte croate où nous suivons le trajet théorique de l'Eurovélo 8 (traces GPS sans balisage) qui nous fait sauter d'îles en îles avec des portions le long de la côte, parfois inconfortables à cause de la circulation. Nous savourons les bains de mer de novembre, dans une eau incroyablement claire et sans touriste.

Une petite incursion à l'intérieur des terres nous fait découvrir le Ciro Trail



Saint-Bérain-sur-Dheune, France - Rentrée scolaire originale.

en Bosnie-Herzégovine, ancienne voie de chemin de fer reconvertie en piste cyclable. Elle nous fait traverser une vingtaine de tunnels, où il faut se munir d'une lampe frontale et converser avec les chauves-souris, puis longer des zones cerclées de rubalise indiquant la présence de mines antipersonnelles. La guerre n'est pas loin, comme en témoignent les villages désertés et en ruines.

Nous découvrons ensuite d'autres pépites, comme la magnifique « Serpentine », route aux innombrables lacets qui surplombe les bouches de Kotor au Monténégro, ou encore le superbe site archéologique de Butrint au sud de l'Albanie.



Suisse - Chutes-du-Rhin.

L'HIVER EN GRÈCE,



Allemagne - Le début du Danube_Buchheim.



Bosnie-Herzégovine - Ciro Trail.



Monténégro - Serpentine Kotor.

PARADIS DES VOYAGEURS

Tels des animaux migrateurs, nous atterrissons en Grèce pour l'hiver où nous retrouvons flamants roses, chacals, chiens errants et camping-caristes en grand nombre. C'est un petit paradis où le temps est doux, les oranges en abondance à portée de main, les routes agréables, les personnes accueillantes et où il est si facile de planter la tente. Nous passons Noël à Patras en compagnie d'une autre famille voyageuse à vélo, et expérimentons cette fête d'une autre manière. Des bouts de bois taillés avec patience et offerts de bon cœur suffisent à la joie du moment.

Nous longeons tous les doigts du Péloponnèse, sans cesse éblouis par la beauté de la côte et celle des montagnes enneigées non loin. Nous continuons à dormir sous la tente, bien que les températures la nuit soient souvent négatives, et ce tant que le soleil de la journée sèche notre tente et réchauffe nos doigts. Nous roulons ainsi à notre rythme de sites archéologiques en églises byzantines, illustrant Olympie, Mystras et Epidaure par des lectures à voix haute sur la mythologie grecque. Nous terminons notre odyssée par la visite de l'Acropole d'Athènes sous la neige.

L'ÉMERGENCE DU PRINTEMPS EN TURQUIE

Nous arrivons en Turquie sur une mer agitée et par un froid glacial, mais les premiers bourgeons et des petites fleurs fragiles éclosent rapidement. Il nous faut un bon temps d'adaptation pour trouver les routes praticables à vélo, éviter la côte saturée d'infrastructures touristiques et trouver des recettes sur réchaud avec les produits disponibles. Nous gardons des souvenirs intenses de magnifiques chemins de montagne, de sources d'eau chaude, d'une grande hospitalité, de plats savoureux et de sites archéologiques méconnus.

Tels des animaux migrateurs, nous atterrissons en Grèce pour l'hiver où nous retrouvons flamants roses, chacals, chiens errants et camping-caristes en grand nombre.

CAP VERS L'OUEST PAR L'ITALIE DU SUD

Après sept mois de voyage, il est temps pour nous de remettre le cap vers l'ouest pour le chemin du retour. Nous faisons escale en Grèce avant de rejoindre la région des Pouilles en Italie. Nous roulons consciencieusement sur tout le tour du talon, accompagnés les jours de beau temps par des hordes sympathiques de cyclistes sur route. Nous traversons des stations touristiques fantômes et commençons frileusement nos premières baignades de printemps. Bien que certaines villes comme Alberobello avec ses trulli ou Matera avec ses sassi, nous aient émerveillés, nous sommes pétrifiés par la quantité de déchets jonchant le sol. Ces visions nous accompagnent malheureusement aussi en Campanie, en Calabre et en Sicile. Seules les escapades en montagne, lorsque nous avons le courage d'affronter des dénivelés importants, nous permettent de nous éloigner du tu-



Albanie - Site de Butrint.



Plitra, Péloponnèse, Grèce - Entre mer et montagne.



Péloponnèse, Grèce - Il faut souvent pousser.



Turquie - Site de Priene



Plateau de Giara, Sardaigne - Chevaux sauvages.

multe du trafic routier et humain de la côte, où des travailleurs triment dans les serres d'agriculture intensive.
La Sardaigne nous réconcilie avec l'Italie, nous y apprécions ses plaines centrales tranquilles, ses nuraghes[1], et ses plages si belles. La faune y est aussi très riche, nous avons pu observer des vautours fauves, des hiboux petit ducs et des chevaux sauvages.

[1] Constructions préhistoriques sardes.



Deux Sèvres, France - Dernier bivouac au bord du Thouet.

LE RETOUR, LE PLAISIR DES VOIES VERTES FRANÇAISES

Nous retrouvons la France par Toulon et entamons la tournée des copains et des supermarchés coopératifs jusqu'à Nantes. Quel plaisir de circuler sur des voies vertes, de se faire indiquer des bivouacs si facilement par des passants, et surtout de revoir les amis après ces longs mois de vie à quatre ! Nous rejoignons l'océan Atlantique par le canal d'entre deux mers et remontons vers le nord par la Vélodyssée. La Vélo Francette nous fait découvrir avec ravissement le Marais Poitevin et les Deux-Sèvres, domaines si proches et que nous n'avions encore jamais explorés.
Il est temps pour nous de chanter une dernière fois Brel et Brassens à tue-tête, de finir nos lectures communes, de prendre nos dernières douches en plein air, de savourer encore une fois des pâtes pesto et de repenser aux multiples aventures que nous avons vécues en famille, socle de complicité pour la vie.
Nous mesurons la chance que nous avons eue de vivre un an tous les quatre, sans contrainte horaire, de destination, ni de stress lié au travail. Nous n'oublions pas pour autant les journées à pédaler sous la pluie, les sardines à repiquer lors d'une tempête nocturne, les aléas mécaniques, les doigts gelés le matin lors du petit-déjeuner, et l'angoisse de ne pas trouver un endroit pour dormir. Toutefois, rien ne vaut ce vent de liberté, la satisfaction des kilomètres parcourus et le plaisir de vivre sobrement, proche des autres êtres vivants.
Nous savourons la joie de retrouver nos proches ainsi que le confort de la sédentarité : le retour fait partie du voyage !

Marie Besnard
famille.besnard.vincent@gmail.com
marie.besnard.vincent@gmail.com

Pour plus d'informations pratiques, voir l'article guidolignes « Fiche pratique pour un voyage au long cours en famille page 21 ».

Pour plus de détails concernant l'itinéraire, le type de matériel, nos articles par pays, nos réflexions sur le voyage ou l'écologie :
https://europe-en-roue-libre.blogspot.com/

CCI publie sur Internet chaque numéro deux ans après sa parution papier. L'adresse mail des auteurs mentionnée dans les articles paraît sur l'édition Internet. Tout auteur accepte par principe les règles de publication au-delà de l'édition papier.

Textes et photos : Marilyne Griffon



Maryline nous transmet un album photo de la vie familiale pendant une traversée de l'Amérique du nord au sud.

Vélomerica

21 741 kilomètres à vélo en famille



1. Photo de famille lors de notre départ en Alaska en mai 2017. Marla a trois ans, son frère Mika 17 mois. Nous posons au pied du Denali, le plus haut sommet d'Amérique du Nord, 6 190 mètres d'altitude.



2. Parc national du Denali — Nous partons équipés d'un chariot double pour les enfants, deux vélos avec six sacoches chacun pour transporter tout le nécessaire pour camper, boire, manger, réparer, se vêtir, se soigner, se laver, lire, écrire, communiquer et jouer.



3. Petit-déjeuner dans le jardin de Leeroy, un habitant de Nenana, en Alaska. Quand je lui ai demandé s'il fallait suspendre la nourriture en raison des ours, il a ri très fort. Les grizzlis ne s'approchent pas des villages peuplés d'hommes en armes.



4. Repos avant de monter le campement en Alaska. La hache nous sert à couper le bois pour le feu mais aussi de maillet pour planter les sardines. Nous raffolons des objets à plusieurs fonctions.



5. Alaska — À vivre dehors, nous redécouvrons les joies du sommeil réparateur et de la grasse matinée. Il est déjà onze heures du matin. Nous avons déposé Mika encore endormi hors de la tente, le temps de la remballer avant son réveil.

6. Old Denali Highway — Marla connaît ses livres presque par coeur. Elle adore les lire à son frère qui lui, est toujours fasciné par tout ce que sait faire et ce que lui raconte sa grande soeur.





7. Sur l'île de Prince of Wales, en Alaska, nous tombons nez à nez avec un ours noir. Il est paisible en face de nous de l'autre côté de la rivière, bientôt rejoint par deux mamans ourses et leurs petits oursons qui grimpent dans les arbres à notre vue : instant magique. Nous restons des heures à les regarder pêcher les saumons.

8. Novembre est le pire moment pour découvrir la côte Pacifique de l'Oregon aux États-Unis. Vents contraires et pluie torrentielle. Nous nous réveillons un matin dans une tente inondée. Évacuation sous les rires des enfants qui trouvent cette situation très drôle.





9. Pause sur l'« Avenue des Géants » en Oregon aux États-Unis. Nous quittons la route 101, bien trop fréquentée, pour rouler au milieu des séquoias centenaires dont certains atteignent les 85 mètres de haut. Majestueux.



10. Rien de tel que d'arriver à vélo depuis l'Alaska pour traverser le Golden Gate Bridge. Nous sommes les plus heureux du monde. Nous avons réussi à rallier la Californie avant Noël pour échapper aux rigueurs hivernales du Nord.



11. Marla,quatre ans, réalise son rêve de pédaler avec nous. Grâce au Follow Me, elle traverse le Mexique, le Belize et le Guatemala sur plus de 1 000 kilomètres. Lorsqu'il fait trop chaud ou pour la sieste, elle retourne dans la carriole avec son frère.



12. Nous campons partout où nous pouvons. Facile dans les grands espaces, mais en zone urbaine, il vaut mieux être cachés. Ici près de San Luis Potosí au Mexique, nous occupons des toilettes en cours d'installation.



13. Pour éviter le trafic routier, nous empruntons souvent des chemins abandonnés. Au Guatemala, plusieurs ponts délabrés ponctuent cette ancienne voie de chemin de fer qui servait autrefois au transport des bananes et du café. C'est une voie verte qui s'ignore.



14. Au Panama, les enfants d'une communauté indigène Bribri sont très curieux de savoir ce que nous transportons dans notre carriole. Est-ce que nous vendons des glaces ? Non, ce sont nos enfants !



15. Les enfants apprennent en imitant. Ils aiment nous aider dans les tâches du quotidien : ramasser le bois, rincer les assiettes dans le lac. En Équateur, on profite du bac pour faire la lessive en profondeur.



16. Traversée des Andes du Pérou. Je n'avais jamais vu de montagnes aussi hautes ni autant de lacets pour les gravir ! On passe de 3 700 mètres à 800 mètres en une journée. La joie de la descente est contrariée par la vue sur la montée du lendemain.



17. Llanganuco à 4 500 mètres d'altitude au Pérou. Marla dessine la vue sur les hauts sommets de la cordillère Blanche dont le fameux Huascarán qui culminent à 6 768 mètres.



18. Marla, 5 ans et Mika, 3 ans, montés sur leurs Lego au beau milieu du salar d'Uyuni en Bolivie.
L'un des rêves de tout.e.s les cyclovoyageur.euse.s qui traversent les Amériques. L'endroit par excellence que je n'aurais pas voulu découvrir autrement qu'à vélo.





19. Marla fête ses 6 ans à 4 200 mètres d'altitude, aux sources chaudes de Polloquere sur le salar de Surire, au Chili, peuplé de flamants roses. Elle reçoit un ruban, des cartes et un brownie avec six bougies. « C'est le plus bel anniversaire de ma vie !», s'exclame-t-elle ravie.

20. Février 2020 — Cinquantième crevaison en trois ans de voyage à vélo. Moi qui ne savais que remettre ma chaîne quand je déraillais au moment du départ, je suis devenue une experte pour changer ma chambre à air lorsque nous atteignons la Patagonie, en Argentine, trois ans plus tard.

Par : **Gaëtan Couffignal**
gaetancyclovoyage@gmail.com

Une micro-aventure le long du Dropt

C'est parfois non loin de chez soi que l'on découvre des endroits où l'on n'avait jamais mis les pieds… Cette micro-aventure de quelques jours m'amène à une centaine de kilomètres de ma résidence, et j'ai adoré !

Croisant un jour par hasard des panneaux indiquant l'existence d'une véloroute suivant la vallée du Dropt (ou Drot), l'idée a germé : parti de la vallée du Lot, après quelques incursions dans le Périgord Pourpre, je cheminerai à travers le Lot et Garonne pour terminer en Gironde, après la confluence avec la Garonne.



La halle de Villeréal.

Cet itinéraire de 220 km et 1860 m de dénivelé positif démarre dans la campagne à travers champs d'abord, puis petit à petit dans les forêts avant de plonger dans la vallée de Gavaudun. Je fais un écart par rapport à l'itinéraire « officiel » afin de trouver la source du Dropt, fil rouge de mon parcours. Après avoir consulté les cartes IGN, je me rends sur place pour constater… qu'il n'y a rien ! C'est un champ bien humide, un fossé doit vraisemblablement canaliser un filet d'eau, lorsqu'il y en a ! Direction Monpazier, bastide du 13e siècle très bien conservée, au tracé orthogonal parfait. Je déambule le long de ses ruelles et flâne sous les arcades de la place des Cornières. Un peu plus loin le massif château de Biron surplombe toute la région. Chaque fois que je croise le Dropt, je constate qu'il s'élargit mais reste toujours aussi sauvage. Après la bastide d'Eymet voici le Lac d'Escourrou, la plus grande retenue d'eau de Nouvelle Aquitaine. Il a fallu une année entière pour qu'il se remplisse ! À La Sauvetat du Dropt j'admire le pont médiéval avec pas moins de 23 arches ! Il ne reste que quelques kilomètres pour arriver à Duras qui a donné à Marguerite Duras son nom de plume. Mais le village est connu aussi pour son magnifique château et son vin. Léo et Edith, de la maison des vins de Duras, m'accueillent et me font découvrir les différents vins blancs, secs et moelleux, mais aussi les rouges. Peu après l'entrée en Gironde, j'arrive à Monségur. Ce village possède une halle centrale métallique, classée aux monuments historiques. Je fais un crochet dans l'entre deux mers, par un tout petit village : Castelmoron d'Albret. C'est le plus petit village de France en termes de superficie, plus petit que la place de l'Étoile à Paris ! Après quelques centaines de mètres sur un chemin agricole en bordure de champ, voilà l'endroit où le Dropt, que j'ai suivi depuis sa naissance, se jette dans la Garonne.



La bastide de Monpazier.

Je me pose une question depuis le début de ce voyage : La rivière s'écrit-elle Dropt ou Drot ? J'ai croisé les deux orthographes sur les panneaux. L'orthographe Drot semble la plus ancienne, et aurait été modifiée au fil des siècles. Aucun rapport avec le drop, même si nous sommes dans les terres du rugby.

Ce voyage aura été l'occasion d'évoluer pas très loin de mon domicile, et j'ai été surpris de découvrir autant de belles choses. Comme quoi, l'aventure est au bout de la rue…



Au bord du lac de l'Escourou.

Une anecdote ou un fragment de voyage à conter ?
Envoyez-nous votre texte (3000 signes environ)
et deux ou trois photographies à :
luc.devors@gmail.com

Par : Marie Besnard
marie.besnard.vincent@gmail.com

Fiche pratique pour un voyage au long cours en famille

Après un an de voyage à vélo en famille à travers l'Europe (cf article sur la route « Sur les routes d'Europe en famille, une année de complicité et de liberté »), nous nous sommes dit qu'une fiche pratique pourrait être utile aux autres familles préparant un voyage similaire.

Hébergement

Pour nous loger durant ces 335 nuits, nous alternions entre bivouacs (35%), campings (10%), être reçus par des habitants (connaissance, warmshowers, invitation spontanée) (15%), et appartements de location (40%). Ces derniers ont été une part conséquente de notre budget, mais indispensables pour laver et sécher nos affaires, nous reposer, faire l'école et nous protéger en cas de forte pluie ou d'orage. Nous programmions parfois au dernier moment, et dans ce cas les plateformes de réservation instantanée sont bien utiles… Les lieux de bivouac ont été dans l'ensemble assez faciles à trouver, en particulier en Grèce où les champs d'oliviers et leurs propriétaires sont très accueillants. Sur le littoral, nous avons vite appris à nous éloigner de la côte de quelques kilomètres pour trouver plus facilement un coin tranquille. Les campings sont fermés en hiver et après avoir goûté au plaisir du bivouac, nous avons eu du mal à y retourner.

Eau/ cuisine

Nous avons eu besoin de 10 à 15 L par jour, selon la chaleur et le dénivelé. Cela suffisait pour boire, se laver, et faire la cuisine pour tous les quatre. Un ravitaillement par jour était donc nécessaire, en général juste avant de chercher un bivouac. Nous étions alors très dépendants des infrastructures publiques notamment pour les fontaines mises à disposition du promeneur, ou pour la potabilité de l'eau. Les outils de cartographie (OsmAnd et Komoot) nous permettaient de trouver facilement ces points d'eau.

Pour cuisiner, nous avions un réchaud à essence, très économique et facile à recharger car même dans les endroits les plus déserts, une station essence n'est jamais bien loin... On a eu grâce à lui des scènes cocasses où le pompiste se demandait ce qu'il allait bien faire de nous !

École



Allemagne - Séance d'école au bord du Danube.

Nos enfants avaient sept et neuf ans, théoriquement en CE1 et CM2 pendant le voyage. Nous avons dû les déscolariser sur le motif d'un départ à l'étranger, et nous avons assuré leur apprentissage toute l'année grâce à des manuels suivant le programme. Le travail « scolaire » se faisait la plupart du temps sur les jours de pause de vélo, environ deux à trois heures par semaine. Les enfants se sont aussi passionnés pour la mythologie grecque, la construction de cabanes, les tortues et bien d'autres sujets, qu'ils ont approfondis pour rédiger des articles pour le blog. Ils ont appris des poésies et des chansons, déclamées sans retenue au grand air sur le vélo. Nous avons gardé des liens avec deux classes de leur école avec qui nous échangions régulièrement. Leur réinscription au retour dans la classe suivante s'est faite très facilement, sans évaluation de leurs connaissances.



Croatie - Installation du bivouac.

Budget

Nos dépenses pendant l'année pour quatre personnes ont été d'environ 25000 euros (matériel acheté avant le voyage non compris), ce qui fait une moyenne de 70 euros/jour, très variable selon les pays.

Alimentation	Hébergement	Resto/bars	Transports (train, ferry)	Matériel (vélo, habits)	Loisirs (visites)
35%	30%	10%	10%	10%	5%

En chiffres

- 11 mois soit 336 jours de voyage
- 250 jours pédalés avec une moyenne de 43 km/jour
- 10 626 km au total
- Trois crevaisons, un bras de remorque ressoudé, une roue de remorque remplacée, ainsi qu'une multitude de plaquettes de frein à disque et de rayons de roue (une seule concernée) changés.

https://europe-en-roue-libre.blogspot.com/

Entretien : **GÉRARD BASTIDE**

Un vélo trop chargé. Des sacoches qui débordent de partout. Une sacrée personnalité qui déborde aussi de partout. Il faut l'écouter raconter dans un français excellent, avec une savoureuse pointe d'accent roumain... mâtiné de wallon.



Luminița

« Laissons le voyage parler »

Que signifie ton prénom, Luminița ?

Ça veut dire petite lumière. J'ai plusieurs traductions, en russe c'est Svetlana, en arabe Aïcha, en espagnol Lucita, en français Lucile, comme ça chacun a une version plus abordable. Finalement il y a plein de petites lumières !



Allons, la route s'impatiente.

◆ **Lorsque nous nous sommes rencontrés en Catalogne, tu me décrivais ta traversée de toute l'Europe du nord au sud, de la Norvège au Portugal. Quel regard portes-tu sur l'Europe ?**

Difficile à résumer, j'ai quand même traversé quinze pays. Mais je me suis fait ma petite vision des choses. Par exemple, Vilnius, c'est un peu le chevalier, Riga, c'est la petite reine, et Tallinn ce serait le château, tu vois ?

◆ **Les pays baltes vus comme un jeu d'échecs...**

Dans les pays scandinaves, je suis arrivée avec le froid. Ça aide à garder l'atmosphère. Bien sûr, c'est une tout autre ambiance. Je suis sur mon vélo, extérieure au pays, je ne comprends rien. Mais j'ai toujours eu des anges gardiens, des gens qui sont venus à moi. Un jour, j'ai fait tomber toutes les affaires de mon porte-bagages et c'était difficile de tout remonter car je n'ai pas de béquille. Deux hommes sont sortis de la forêt, de nulle part, ils m'ont aidé à remonter mon chargement et même fourni une béquille. Magique ! Les personnes m'aidaient à trouver mon chemin et s'ils voyaient dans mes yeux que j'étais toujours perdue, ils m'accompagnaient. Des gens merveilleux ! À Oslo, je cherchais une chapelle orthodoxe et ce sont des protestants qui m'ont ouvert les portes. Je me suis fait des amis qui m'ont fait visiter Oslo que j'ai vu alors sous une autre lumière.

◆ **Sous une autre Luminița... ton pays préféré ?**

Mon pays favori, c'est toujours celui où je me trouve ! Mais il est difficile de comparer, car les contextes historiques et géographiques sont si particuliers. L'Europe du sud est bien différente naturellement, niveau de vie, culture, climat. Tout dépend du milieu, bien sûr. Mais je suis restée avec le trauma de la sieste en Espagne et aussi le trauma des supermarchés fermés le dimanche en Allemagne et parfois en France aussi.

◆ **Un traumatisme ? Carrément ?**

Quand tous les commerces sont fermés, tu as l'impression de traverser une ville morte. Si tu n'as pas de bouffe dans les sacoches, tu fais le carême. Mais j'ai compris que couper la journée en deux, ça fait une double journée, ça te fait vivre plus longtemps !

◆ **Qu'est-ce qui te pousse en avant ? la curiosité ? la soif d'apprendre ? l'instinct de fuite ?**

Il y a eu cette notion de fuite. Mais je suis aussi partie de la maison avec des objectifs de pèlerine et aussi ma curiosité personnelle. Je me suis d'abord dit : les capitales de Baltique, je ne compte pas y aller, les cultures sont trop différentes. Mais justement, cette idée d'éviter ça m'a au contraire poussée vers l'avant. Car je n'aurai jamais plus l'occasion d'y revenir. Et puis, des envies très personnelles. La petite sirène de Copenhague, par exemple. Quand je l'ai vue, c'était comme un rêve devenu réalité. Ou la sculpture des musiciens de Brême. Ou bien quand j'arrive à Fatima, au Portugal. Je savais même pas que ça existait. Mais en fait, c'est le voyage qui me porte. J'ai laissé le voyage parler. Et chaque fois que j'ai eu des échanges avec les gens, ça a changé le cours de mon voyage. J'ai fait ainsi de merveilleuses rencontres.

◆ **Et ça continue...**

Sérieux. Je te disais hier : ton jardin me parle. Hé bien, le voyage c'est pareil. Laissons le voyage parler.

◆ **Cultiver son voyage comme on cultive un jardin. Superbe ! Tu parais dotée d'une énergie considérable. J'ai l'impression que ton vélo chargé pèse presque autant que toi. D'où te vient cette énergie ?**

Déjà, disons que je ne le porte pas sur le dos (elle rit). Et même si ce n'est qu'un bout de métal avec des roues et quelques engrenages, j'attache beaucoup de considération à ce vélo. Ce genre de vélo, tu rentres dans le magasin, tu le vois pour la première fois et tu dis : OK, celui-là c'est le mien. Et tu sais déjà que tu vas faire des dizaines de milliers de kilomètres avec. Je sais pas si c'est de l'énergie ou mon désir de connaître, mais je suis curieuse. Au bon sens du terme. Tu vois, au lycée, en histoire j'ai fait un essai sur Dracula (j'habite en Transylvanie, pas très loin du fameux château de Bran). Ma prof d'histoire a tellement apprécié que je n'ai pas eu à passer l'examen complémentaire. L'histoire a toujours été écrite par les vainqueurs et moi je considère qu'il y a d'autres façons d'apprendre l'histoire. Pour moi, voyager c'est apprendre la véritable histoire des peuples, des communautés, des individus.



Devant notre abri à cyclistes.

◆ **Une question un peu compliquée peut-être : comment fais-tu avec la solitude ?**

— Ça dépend. Quand je suis trop solitaire, je sens que c'est le moment de partager. Et je suis dans la démarche du don parce que j'ai beaucoup reçu. J'ai eu beaucoup d'éducation, j' ai accumulé des savoirs, des richesses de culture et maintenant je suis dans le « donner ». Bon, c'est parfois difficile parce que lorsqu'on est ouverte, on est aussi ouverte à des choses qui parfois viennent à toi qui ne sont pas nécessairement positives et tu souffres beaucoup émotionnellement. Un autre de mes objectifs était mon développement personnel et pour en revenir à ta question qui était… ?

◆ **Comment tu te débrouilles avec la solitude ? S'il y a solitude après tout.**

Oh, je crois bien qu'il y a deux notions différentes, être seul et être solitaire. Dans ma vie d'avant, j'étais plutôt solitaire, j'adorais les livres, j'étais dans cet univers-là et maintenant, quand je vois qu'il y a trop de solitude, je suis consciente que je dois aller vers les autres pour échanger. C'est le temps du partage. J'étais davantage solitaire quand j'étais une touriste. Maintenant, je suis devenue une voyageuse. Donc j'ai ralenti mon rythme pour pouvoir accueillir la vie des autres dans ma propre vie. Finalement, c'est pas les édifices, les monuments, les grandes villes. Dans les grandes villes il n'y a plus d'humanité, les gens sont « carrés ». Mais c'est vraiment la nature qui me recharge. Avec ma tente de campagne, la nature me reçoit avec ses bras grands ouverts, me fait chanter les oiseaux chaque matin, je me lève dans des endroits extraordinaires pour moi toute seule et la nuit je vois des étoiles magnifiques. C'est pas des hôtels cinq étoiles, ce sont des hôtels de toutes les étoiles…

◆ **Bravo !**

Alors, que demander de plus ? Donc, si la solitude c'est ça, c'est aussi le partage, c'est l'humanité, c'est l'esprit des gens, ceux qui croisent notre vie, qui modifient notre vie, qui finalement changent notre vie. Je me garde une certaine ouverture d'esprit pour permettre aux gens de façonner ma vie à partir de la leur. Par exemple, le temps que nous avons passé ensemble, j'ai appris plein de choses. Peut-être que ça ne se voit pas. Mais une certaine manière de vivre que beaucoup de monde devrait avoir, dans la considération et le respect envers la nature, envers la nourriture, et aussi laisser l'esprit créatif nous porter.

◆ **Joli...**

Bien sûr que je suis bavarde et on pourrait parler longtemps et à propos de tout, c'est ma formule...

◆ **Mais nous n'avons que deux pages à te consacrer et on n'enfermera jamais tout ton voyage en deux pages. Moi je reste sur mes chemins de mots et je te souhaite, Luminița, plein de belles rencontres et de lumières sur tes chemins de vent.**

Vrac de NET

Par : **Betty BLATAUD**

HEP, T'AS TA MAISON QUI TE SUIT !
Premier rassemblement de vélos-roulottes
https://www.youtube.com/watch?v=ucKcKR575DM&t=7s

SAUVE QUI PNEUS
Alex râcle le bitume
https://urls.fr/BKbIhm

DES CYCLISTES COMME S'IL EN PLEUVAIT ?
L'usage du vélo en France (2023)
https://urls.fr/KSLTuP

STRASBOURG FAIT SA VÉLORUTION FRANCO-ALLEMANDE
https://urls.fr/dw300b

L'UE S'ENGAGE À PROMOUVOIR LE VÉLO ?
Chiche !
https://urls.fr/c5waZX

FINI LES CREVAISONS, LE PREMIER VÉLO SANS ROUES EST SORTI
https://urls.fr/mo9KdM

OCCUPE-TOI DE TES FÈCES :
un voyage à vélo au coeur des toilettes
https://www.enselles.fr/

JAMAIS SANS MA SELLE
les pathologies du cycliste
https://urls.fr/kADsif

LA PLACE DU VÉLO DANS LES POLITIQUES GOUVERNEMENTALES... OU PAS ?
https://urls.fr/cm_6th

DANIEL, ÉTERNEL NOMADE
et heureux en plus, le bougre !
https://urls.fr/ik__yo

ATTENDS TATIE, JE METS MA TENTE OU ?
https://urls.fr/gBJSeN

VÉLO ABANDONNÉ À STRASBOURG CHERCHE FAMILLE D'ACCUEIL
https://urls.fr/TsyXcA

JAMAIS AVEC MA FILLE !
Les acrobaties dingues de McAskill
https://urls.fr/CvdWIL

COCORICO !
Le retour du vélo made in France
https://urls.fr/4ATQ26

ILS ONT TROQUÉ LEUR VOITURE CONTRE UN VÉLO
(et ça marche!)
https://urls.fr/O9I9NE

MIEUX QUE SUR TON BALCON, LES ASTUCES ANTI-VOL
https://urls.fr/tUrIKT



ROULER AU PAYS DU SOLEIL LEVANT



Illustration : Céline Ollion-Toscani

https://urls.fr/t8ZnSp

Pour ce n° 172, et précédemment le n° 171, la coordination a été assurée par Véronique Olivier, Françoise Lissonnet, Guy Lecointre et Fabien Savouroux (Pascal Poteaux ayant du démissionner de cette fonction pour raisons personnelles).

texte, photos, illustrations : **Gérard BASTIDE**

VAElidisme



« C'est pas un vélo, c'est une mobylette », « avec ça, plus besoin de pédaler ! », « vélo de fainéant », « c'est de la triche ». Toutes celles et ceux qui, un jour ou au quotidien, utilisent un vélo à assistance électrique ont eu à subir ce genre de commentaire. Passons rapidement sur « la triche ». Les dérives dans le sport cycliste à tous niveaux ont contaminé l'image du vélo en général. Déjà dans les années 20, bien avant les vélos truqués, les amphé, l'EPO et autres « pots belges », le journaliste Albert Londres décrivait les « forçats de la route » qui tournaient à la cocaïne. Les autres réflexions sont plus intéressantes. Elles sont trop souvent énoncées par quelqu'un qui possède une voiture et la prend pour faire quelques centaines de mètres. Quitte à flirter avec l'absurde. Témoin cette maman qui amène sa fille en voiture jusque devant la porte du collège. Quand on lui demande pourquoi sa gamine ne s'y rend pas à vélo, la réponse fuse : « C'est trop dangereux, il y a trop de voitures ! » Toutes ces réflexions largement péjoratives doivent être posées en termes de validisme.

Le terme et la notion de validisme sont nés il y a une vingtaine d'années. Pour faire simple, le validisme c'est la domination, le plus souvent inconsciente et intériorisée, du groupe majoritaire constitué des personnes valides et autonomes. C'est la conviction que leur bonne santé et leur absence de handicap leur confèrent un statut supérieur à celui des personnes handicapées. Ainsi, l'environnement matériel conçu pour cette majorité est encore trop rarement pensé et aménagé pour les « minorités » du corps social. Or ces « minorités » concernent de nombreux publics : personnes âgées, malades, en situation de handicap, invalides, en rééducation, convalescentes, fragiles, etc... Faut-il rappeler qu'un Français sur sept âgé de plus de quinze ans est porteur d'un handicap *, durable ou définitif, hors de la norme, c'est é-norme !



Il y a plus d'un siècle, le baron Pierre de Coubertin (oui, celui-là même qui a inventé les Jeux Olympiques modernes) décrétait sans sourciller : « Il y a deux races distinctes : celle des honnêtes gens, aux muscles solides, à la démarche assurée et celle des maladifs, à l'allure humble et désespérée, au regard vaincu. Alors, dans les collèges comme dans le monde, les faibles sont mis à l'écart ». Ailleurs, il affirmait « qu'on ne vienne pas nous parler des Jeux auxquels peuvent participer les femmes, les adolescents, bref les faibles ». Heureusement, les opinions actuelles sont moins outrancières. Mais un système complexe d'a priori et de préjugés considère l'individu valide comme seul modèle « officiel » du genre humain et induit une hiérarchie implicite. Or, chacun peut être un jour ou l'autre concerné par le handicap. Les études sociologiques récentes ont éclairé ces notions de validisme, au même titre que le jeunisme, l'âgisme, l'handiphobie, le sexisme et tant d'autres discriminations qui mettent à mal le principe d'égalité gravé au fronton des mairies.

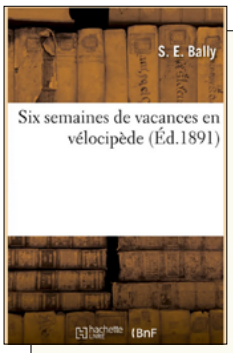


Revenons au vélo. Pourquoi dire : « vélo musculaire » ? Comme si les vélos à assistance ne sollicitaient aucun muscle ! (et puis on peut toujours couper ou régler son niveau d'assistance). Nombre de coursiers à vélo et autres vélotafeurs avec des VAE totalisent des kilométrages considérables. Dans de nombreux foyers, les VAE ont remplacé la voiture. Des pros utilisent le VAE dans certains entrainements. Et tant mieux si les vélos à assistance peuvent permettre à tous les publics de goûter aux joies de la bécane autrement que sur un vélo d'appartement. Alors quoi ? Savoir reconnaître le privilège de sa validité sans en faire une supériorité, ni un étalon, encore moins le poser en termes de performance. Admettre la pluralité des pratiques. Savoir reconnaitre l'autre dans sa singularité, à deux ou trois roues, se mouvant avec les pieds ou avec les mains, avec ou sans assistance, c'est promouvoir le « pédaler ensemble. »

* source DREES (Direction de la recherche des études de l'évaluation et des statistiques) 2023

Biblio Cycles

Par : **Jean-Yves MOUNIER**



Biblio dans le rétro :
ancien mais toujours disponible !

Six semaines de vacances en vélocipède

S.E. Bally

Dates du voyage : six semaines pendant l'été 1889.
Vélo : Premier, un engin issu de Coventry qui possède freins, timbre, lampe et surtout une chaîne qui permet de le classer parmi les bicyclettes, même s'il est plutôt qualifié de vélocipède ou de bicycle par son propriétaire.
Sur la route : Stanislas Emile.
Pays parcourus : France, Belgique, Luxembourg, Allemagne.
Un point fort : le côté très européen du personnage.
En résumé : S.E. Bally, citoyen suisse, est professeur à Manchester et met à profit ses vacances pour visiter quelques pays qui lui sont chers. Il veut s'instruire, se défaire de tous les préjugés et jouir des beautés de la nature. En bon pédagogue, il rapportera de ce voyage un récit destiné à ses élèves, les incitant, à la manière de Descartes, à « savoir quelque chose des autres peuples... ». La fin de l'ouvrage est d'ailleurs un corpus d'une quarantaine de pages de notes explicitant, en anglais, les termes du texte dont le sens pourrait échapper aux étudiants.
Comme il est de coutume dans les relations de voyage de l'époque, l'enseignant raconte ses rencontres avec les chiens, la curiosité parfois hostile des autochtones, voire les mauvais traitements subis par sa machine dans les trains.... Un document de grande valeur à redécouvrir !

1891, réédité en 2017 – 132 pages – 16,50 € – Hachette Livre-BNF



En roue libre

Luigi Onni & Anthony Franger

Dates du voyage : d'avril à juin 2023.
Vélos : Tito pour Luigi, Girouette pour Anthony, deux vélos de voyage.
Sur la route : les deux auteurs, parfois accompagnés par Lola.
Pays parcourus : France, Italie, Suisse.
Un point fort : le dialogue entre Tito et Luigi dans les moments difficiles.
En résumé : « On sourit juste comme des cons et nous roulons. Merci la vie. » Tout est dit dans cette phrase rédigée par Luigi au soir du dix-septième jour de voyage. Le style du récit ne se veut pas littéraire, les textes ont préalablement étés publiés sur les réseaux sociaux, et il s'en dégage un très réjouissant sentiment de spontanéité et de bonne humeur, n'excluant cependant pas de régulières interrogations sur le sens de la vie, la solitude ou la possibilité d'un voyage vécu comme une fuite. Les deux amis, rejoints de manière intermittente par Lola, ne vivront d'ailleurs pas le même trip, Anthony choisissant de continuer son périple en solo pour se retrouver face à lui-même, Luigi et Lola passant une semaine dans un éco-village avant que ce dernier ne rentre en train, besoin de repos, besoin d'autre chose... Une fois ouvert ce livre, il vous sera difficile de le refermer, tant la compagnie de ces deux cyclistes sincères et authentiques vous aura semblé proche durant cette aventure en *roue libre*.

2023 – 200 pages – 15 € + frais de port – Autoédition disponible auprès de Luigi
luigionni09@gmail.com



Entre vélos et tortillas

Killien Dalle & Manon Verger

Dates du voyage : d'octobre 2021 à avril 2022.
Vélos : deux vélos de voyage.
Sur la route : Manon et Killien.
Pays parcourus : Mexique, Belize, Guatemala, Salvador, Honduras, Nicaragua, Costa Rica, Panama, Colombie.
Un point fort : deux cyclistes, deux styles.
En résumé : pour raconter cette longue aventure en Amérique Centrale, Manon et Killien procèdent par petites touches, essentiellement tournées vers les rencontres survenues sur des routes qui ne manquent pas d'inquiéter les cyclistes, les automobiles leur faisant davantage peur que les pistolets de potentiels agresseurs venus les dépouiller ! Elle aborde de manière didactique chaque nouveau pays en une brève présentation avant d'entrer dans les détails du voyage, montrant son ouverture vers les autres ; lui, se fait plus existentiel, s'attachant aux aspects pratiques et offrant un contrepoint introspectif à la narration de Manon. Le lecteur passe avec grand plaisir d'un voyageur à un autre, souriant en découvrant les titres de certains sous-chapitres, « Des vélos contre des dents en or » ou encore « Lever de corbeau, coucher de poule » et refermant presque à regret l'ouvrage qui se conclut par une déclaration d'amour... à la France, le meilleur pays à visiter à vélo !

2023 – 204 pages – 15 € + frais de port – Autoédition disponible auprès de Manon
manonverger94@gmail.com



Traverser l'Asie à vélo

Louis de Bouvier

Dates du voyage : de septembre 2017 à mars 2018.
Vélos : deux randonneuses de 21 kg, « robustes comme du béton armé ».
Sur la route : Louis et Alban, « un gars sûr ».
Pays parcourus : Inde, Myanmar, Thaïlande, Laos, Cambodge, Vietnam, Philippines.
Un point fort : le partenariat avec Enfants du Mékong.
En résumé : Louis et son ami se sont fixé, avant le départ, une règle simple : dormir chez l'habitant afin de passer un maximum de temps avec les autochtones, à condition bien sûr que ceux-ci acceptent de les recevoir ou qu'ils y soient autorisés. Ce qui leur vaudra d'être hébergés dans des commissariats en Inde, au sein d'une ethnie chrétienne en Birmanie ou bien encore dans les centres gérés par Enfants du Mékong. Partout, ils partageront ce qui fait l'essence même de leur voyage : récolter des fonds pour cette ONG visant à favoriser l'éducation des enfants défavorisés en Asie. Tout cela, et bien d'autres péripéties et rencontres, raconté de manière très vivante par Louis, avec les notes prises journellement par Alban, offrant ici le partage d'une expérience de vie très humaine, témoignant que les religieux de tout poil peuvent aussi faire montre d'une grande tolérance.
Le format et la mise en page de ce récit apporte également un plus à un texte bien écrit, « comme une leçon de vie et d'humanité ».

2024 – 168 pages – 22 € – Éditions Akinomé

Sur le blog : http://biblio-cyclesdephilippeorgebin.hautetfort.com/
Vous y trouverez une sélection de 1000 titres sur le thème du voyage à vélo.

Par : Charles ESMENJAUD
charles.esmenjaud3@orange.fr

J'avions pas compris...

Annie : Allô, oui , on parlait de ton prochain voyage mais on a été coupé. Alors, tu me disais avoir un problème de billet et de correspondances . Bizarre, car c'est quand même une région bien desservie.

Pierre : En fait il nous font passer par un hub en Belgique ; ça nous coûtera moins cher.

A : Quoi ? Pour aller en Auvergne, faire un tel détour ?

P : Tu oublies qu'on va aux US, donc en avion...

A : Ah bon, j'avais compris que vous alliez en Aveyron.

P : Ben, on change de continent, l'Asie l'an dernier et cette année en Amérique…

A : Tu vas en jeter des tonnes.

P : Des tunes ? Non, on a un vol éco à pas cher.

A : Économique peut-être mais pas du tout écologique, et je dis que tu vas jeter des tonnes de GES, les gaz à effet de serre.

P : Les fesses de cerf, quel rapport ?

A : Fais pas l'idiot, je parle des gaz qui provoquent le réchauffement de l'atmosphère et dérèglent le climat.

P : Ouais… Tu sais bien qu'à la maison on mange des carottes bio et locales.

A : Rien à voir. Un vol aller/retour Paris-New York pour une seule personne émet près de trois tonnes de GES.

P : Comment est-ce possible ? Cela veut dire que l'avion pèse extrêmement lourd !

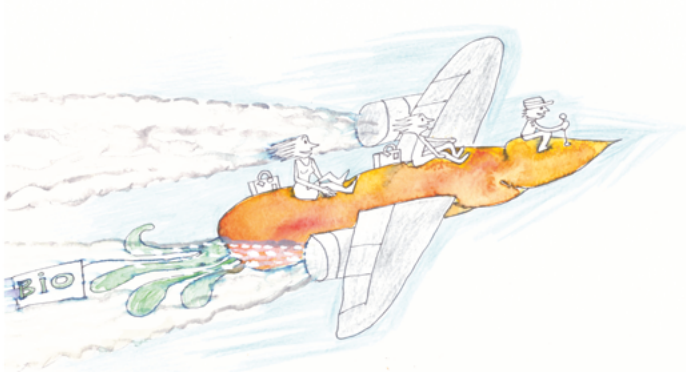


Illustration : Véronique Olivier

A : Dans l'avion, ce ne sont pas les passagers qui pèsent lourd mais le kérosène, le combustible des moteurs. Pour un passager on compte environ 150 kg pour un trajet, bien plus que le passager et ses bagages. Sa combustion émet du CO2, environ 3 kg de CO2 par litre. Soit environ 450 kg de CO2, et 900 kg pour l'aller-retour.

De plus cette combustion en altitude provoque d'autres effets importants qui aggravent ces émissions de base. Il faut multiplier par un facteur 3 le CO2 direct pour avoir la totalité de l'effet de serre en équivalent CO2, soit 2700 kg équivalent CO2, près de 3 tonnes de GES.

P : Holà, mais c'est énorme… La compagnie parle d'une tonne, facile à compenser.

A : Oui, elle parle uniquement du CO2 direct en oubliant ce facteur 3 ; ils sont malins les industriels du voyage en avion pour minimiser les conséquences. De même, quand on nous dit que l'avion ne représente que 2 % des émissions de GES mondiales, il faut multiplier par 3 pour arriver à 6 %. En France , on est officiellement à 7 %. (réf. Commissariat Général au Développement Durable)

P : Et la compensation, alors ?

A : Ils nous font penser à des c… La compensation, planter des arbres, se fait au détriment de populations indigènes en ne respectant pas leur milieu de vie. Les associations dénoncent des résultats très controversés.

P : Bon, je vois ; mais les trois tonnes, ça représente quoi ?

A : Un Français, en moyenne émet neuf tonnes de GES par an. Pour respecter les recommandations des scientifiques du climat (le GIEC) il faudrait descendre vers 1,5 à deux tonnes par an ; soit diviser par environ 5 nos émissions. Ainsi, un seul vol transatlantique représente presque 2 fois notre quota annuel.

P : Manger plus de carottes et moins de viande… Et pour nos voyages ?

A : Chacun reste libre de se déplacer et de voyager mais en réduisant les conséquences. On ira moins vite, moins loin, moins souvent, ou à la mode écolo. C'est une autre forme d'épreuve olympique.

P : Et toi, comment tu fais ?

A : C'est d'abord dans la tête. Je choisis des destinations proches, où je peux aller sans prendre l'avion.

P : Bon, je comprends. En fait, on n'a mis qu'une option sur les billets...

Quelques références :

le facteur 3 : https://urls.fr/UcZa-n
en France 7 % des GES : hhttps://urls.fr/uOarNg
sur le trafic aérien : https://urls.fr/zAr2hh
calculateur « officiel », mais ne prend pas en compte le facteur 3 : https://urls.fr/I15ygY

QUI SOMMES-NOUS ?

Cyclo-Camping International

Fondée en 1982, l'association a pour but de regrouper et d'informer ceux qui voyagent à vélo.

Chaque voyageur est à un moment ou un autre en recherche de contacts et d'échanges avant de partir.
L'idée première de CCI est de favoriser la mise en relation des adhérents futurs voyageurs avec d'autres adhérents ayant récemment parcouru les mêmes régions ou pays.
CCI est un lieu de rencontre et d'échange des expériences de chacune et chacun, où ceux qui rêvent de voyages et d'aventures, petites ou grandes, peuvent trouver informations et conseils pour se préparer à partir à vélo. L'association est entièrement animée par des bénévoles et chaque adhérent est invité à la faire vivre.

POUR PLUS D'INFOS :
WWW.CYCLO-CAMPING.INTERNATIONAL

CCI PROPOSE À SES ADHÉRENTS

Pour s'informer sur le voyage à vélo

- Une revue trimestrielle (celle que vous avez entre les mains).
- Un manuel du voyage à vélo (le MVV).
- Un site Internet riche d'informations et de conseils.
- Un forum réservé aux adhérents
- Une mise en contact avec des voyageurs ayant parcouru tel ou tel continent.

Pour rencontrer les cyclo-voyageurs

- Un festival du voyage à vélo chaque année à Vincennes (Au Mans en 2025).
- Des rencontres et voyages à vélo de deux jours à deux semaines (week-ends et « quinzaines »).
- Un réseau d'hébergement solidaire : Cyclo Accueil Cyclo (le CAC).
- Fiches Wiki-Cyclo Pays pour des renseignements sur un pays précis.

- Une réunion mensuelle a lieu à La Maison du Vélo à Paris (jour, heure et thème sur : www.cyclo-camping.international).
- Antennes à Nantes, Bordeaux, Paris, Vincennes.

– CONSEIL D'ADMINISTRATION DE L'ASSOCIATION –

Président : François COPONET - **Vice-président :** Michel GUEGAN
Secrétaire : Joël BRICH - **Secrétaire adjoint :** Thierry MOURLANNE
Trésorier : Pascal ARNAUD - **Trésorière adjointe :** Trudie COPONET
Autres membres : Isabelle CARMENT, François PRÉTOT et Joseph LARIÉ
Président d'honneur : Philippe ROCHE

Lors de votre adhésion (ou ré-adhésion), nous vous demandons de bien vouloir préciser : – d'une part, votre souhait éventuel de faire partie du réseau CAC et si oui, les renseignements pour cela. – d'autre part, les régions ou pays que vous avez éventuellement parcourus à vélo au cours des dernières années, et votre accord pour nous permettre de communiquer vos coordonnées à d'autres membres de CCI, exclusivement, bien sûr, dans le cadre de l'association et de son réseau d'échanges entre voyageurs.

Bulletin adhésion/abonnement 2024

Merci de renvoyer ce bulletin à : Cyclo-Camping International – 24 bis rue du Clos Neuf - 50140 MORTAIN-BOCAGE – Chèque à l'ordre de « Cyclo-Camping International »

ADHÉSION SEULE VALABLE
(jusqu'au 31 décembre 2024)

- ☐ individuel 1 an .....12 €
- ☐ individuel - 25 ans 1 an avec revue pdf gratuite .....10 €
- ☐ couple 1 an.....18 €
- ☐ - 25 ans couple 1 an. avec revue pdf gratuite.....16 €

ABONNEMENT SEUL
(pour les 4 numéros 2024 de la revue : Printemps - été - Automne - Hiver 2024)

- ☐ France 1 an..... 20 €

ADHÉSION ET ABONNEMENT SIMULTANÉMENT
(adhésion jusqu'au 31 décembre 2024 et les 4 numéros 2024 de la revue)

- ☐ individuel 1 an.....28 €
- ☐ - 25 ans .....26 €
- ☐ couple 1 an.....34 €
- ☐ - 25 ans couple 1 an.. 32 €

NOM : .....

Prénom : .....

Année de naissance : ..... /..... /.....

Adresse : .....

Code postal : |_|_|_|_|_|

Ville : .....

Tél. fixe |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

Tél. port. |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

Courriel (obligatoire pour avoir accès au forum des adhérents et au site du Cyclo Accueil Cyclo) : .....

Ci-joint mon règlement soit un total de : ..... €

Mode de règlement : ..... date : ..... /..... /.....
Attention : pas de chèque étranger en Euros.

Si paiement par virement bancaire, voici les coordonnées :
IBAN : FR 76 4255 9100 0008 0136 6944 779 - BIC : CCOPFRPPXXX

RÉSEAU D'ÉCHANGES ENTRE VOYAGEURS SUR LES PAYS

☐ J'accepte que mes coordonnées soient diffusées à d'autres adhérents.

Pays ou continents que vous avez parcourus à vélo ces dernières années :

2023 .....

.....

2022 .....

.....

2021 .....

.....

2020.....

.....

RÉSEAU CYCLO ACCUEIL CYCLO (LE CAC)

☐ Je souhaite faire partie du réseau Cyclo Accueil Cyclo (CAC) et je fournis les précisions suivantes :

Localisation (ex. : 10 km sud Rennes) : .....
.....

Combien de cyclistes acceptez-vous d'accueillir au maximum ? : .....

Pour combien de nuits maximum ? : .....

Est-il possible de camper ? : .....

Langues parlées : .....

Autres informations : .....
.....

.....

☐ Je ne souhaite plus faire partie du réseau Cyclo Accueil Cyclo

Elles & Ils voyagent

Par : **Françoise LISSONNET et Christine QUINEL**

Une quête spirituelle

Le réalisateur François Marques et son copain Marceau Lemoine se lancent ensemble dans un projet : "La Grande Coloc", un film documentaire qui prône la reconnexion à soi, aux autres et à la nature. Fidèle à ses idées, Marceau commence l'aventure en avance sur son ami François en se rendant en Inde à vélo, depuis la France, afin de débuter le tournage en Mai 2025.



Photo : Famille Gallego

« Cycling 4 peace / Road to India » est l'acte 1 du projet de La Grande Coloc. C'est un projet spirituel et humanitaire reposant sur deux piliers : mener une vie simple en harmonie avec la nature, à la rencontre de l'humain et de soi-même et impacter positivement la société en apportant un message de paix et d'union dans le monde. C'est en incarnant le premier, que le second prend tout son sens.
Le 7 septembre Marceau et sa copine partent depuis Toulouse en direction de l'Inde, pour un périple d'au moins 20 000 kilomètres, qui durera plus d'une année. À vélo et autonomie grâce à leurs équipements (tente, réchaud etc.), ils se laissent guider au gré des journées en ne suivant qu'une seule direction : celle de l'Est. À l'aller, ils mettront quatre mois, ou peut-être huit ? Seul l'avenir nous le dira.

Pour suivre Marceau et sa compagne :
Facebook : marceaulemoine / Instagram : @marceau.lemoine
Le livre de Marceau Lemoine : « Partir (se) découvrir »

Le cheminement de Bastien

Bastien est parti de Robion dans le Vaucluse à la mi-juillet 2024 en direction de l'Inde.

Après de longues années de dépression, de difficultés affectives, d'obsessions insoignables et tellement insignifiantes, de questionnements existentiels, de difficultés à planifier son agenda... il pense avoir acquis de l'expérience et de la sagesse.



À force d'errer dans l'ombre et d'en sortir, d'en revenir à chaque fois gagnant parce qu'à chaque fois il apprend... il décide de se lancer sur les routes à vélo, dans un cheminement intérieur, à la rencontre des autres.
Depuis plusieurs semaines il séjourne à Budapest et s'imprègne de la reine du Danube. Nul doute que l'appel de la route ne tardera pas à le faire remonter sur sa fidèle monture.

Pour le suivre :
Facebook : Bastien Holveck

Imaginer's world

Portés par des rêves sans limites, nous avons pris la route pour une odyssée de quatre ans à vélo, traversant l'Europe, l'Asie, l'Amérique, l'Arctique et l'Afrique. Chaque horizon que nous rencontrons murmure une promesse nouvelle, nous immergeant dans les beautés infinies de la Terre. Ce périple va bien au-delà d'une échappée ou d'une exploration des paysages sauvages : il devient pour nous une quête profonde de rencontres qui transforment et enrichissent, un dialogue avec le vivant dans toute sa splendeur. À chaque coup de pédale, nous nous plongeons dans la diversité des cultures et des paysages, capturant des moments fugaces et essentiels. Nous croisons des âmes vibrantes, des gardiens silencieux de la nature aux êtres fascinants qui la peuplent. À travers notre série documentaire et les épisodes que nous partageons, nous explorons cette aventure comme un art, avec pour compagnons de route l'humour et la curiosité, explorant le lien sensible entre l'homme et le monde. Chaque instant nous invite à redécouvrir l'autre et à questionner notre place dans le grand ballet du vivant.



Pour suivre Alex et Romain :
Sur youtube : @imaginersworld60000
Sur instagram.com : @imaginersworld

L'odyssée de GusTrotter

Un tour du monde solidaire en solitaire

Une idée : faire le tour du globe sans moyen motorisé. Un projet partagé pour lui donner un sens : rendre le sport accessible à tous



Pour ce faire Augustin Dubar, alias Gus, s'associe à « Génération Avant-Garde ».
Parti en novembre 2023 de Paris à vélo direction le Pacifique par la route de la soie, aujourd'hui ce garçon de 28 ans est en Malaisie. Il espère rejoindre l'Amérique en bateau, marcher jusqu'au Panama, faire du voilier stop pour retrouver l'Europe… Et la dernière étape : atteindre Paris en courant pour boucler la boucle le 25 mai 2025 !

Pour le suivre :
Instagram : @gustotter
Facebook : Gus Duibar(GusTrotter)

Par : Philippe ORGEBIN

Ph. Dubois

Trois jours en Normandie

(Deuxième partie)

(Revue Le Véloce-Sport) – Août/Septembre 1897.

Je pédale sans peine. Je distingue suffisamment la route pour me diriger. J'avance comme un automate, modérant mon allure sur une descente rapide et gravissant les côtes avec une facilité à laquelle, hélas, je ne suis guère habitué. C'est, incontestablement, parce que je ne les vois pas.

Que de fois n'ai-je pas constaté ce phénomène, sur moi-même ou sur les autres : on monte beaucoup plus difficilement une côte dont l'œil embrasse toute l'étendue qu'une côte « en lacets », dont on n'aperçoit qu'une partie à la fois. Cela provient de ce que l'appréhension détermine, chez le vélocipédiste, une sorte d'autosuggestion qui affaiblit à la fois ses muscles et sa volonté.

Nous traversons plusieurs villages fantômes : Eragny, Talmontier, Neufmarché… Enfin, nous voici à Gournay-en-Bray, dont nous maudissons bientôt les affreux pavés. Les habitants de l'endroit peuvent en être fiers, car on en trouve rarement de semblables. Nous sommes secoués terriblement, et nos malheureuses bécanes ne sont vraiment pas à la noce. Aussi font-elles entendre des gémissements lamentables,… qui ont le don de mettre en fureur tous les chiens de la ville. Sur notre passage retentissent des aboiements furieux. C'est un concert assourdissant. Les animaux, qui nous gratifient de cette musique, sont heureusement enfermés dans les maisons, et nos mollets n'ont rien à craindre. Nous roulons ainsi jusqu'à la place du Marché, au centre de laquelle s'élève une fontaine monumentale.

Ah ! Quelle bonne douche nous allons prendre ! dis-je en mettant pied à terre.

En un tour de main, nos casquettes et nos maillots sont enlevés. Grimpés sur le bord de la vasque, nous tendons avec délice nos têtes vers l'eau bienfaisante, sans risquer d'offusquer la pudeur de personne.

Si on soupait maintenant ? propose Dreux quand la douche est prise.

Je crois que c'est le moment, fais-je en me rhabillant.

Assis au bord du trottoir, nous nous mettons aussi tôt à croquer les tablettes de chocolat, à mastiquer les morceaux de pain dont nous nous sommes prudemment munis en quittant Chaumont.



L'eau de la fontaine nous sert de boisson. Un coup de cognac, bu au goulot de la bouteille, clôt ce repas frugal, mais absorbé avec appétit et bonne humeur.

À Chaumont-en-Vexin, on nous avait pris pour des cambrioleurs. Si, à cet instant, un naturel de Gournay-en-Bray nous avait aperçus, il nous eût pris pour des vagabonds. Et maintenant que nous nous sommes bien rassasiés à l'auberge de la belle Étoile, en route !

C'est sans aucun regret que nous abandonnons le pavé de Gournay, pour retrouver le bon macadam, plus doux aux pneumatiques. Quelle heure est-il ? Nous n'en savons rien, et cela ne nous importe guère.

À la sortie du village de Saint-Aubin, deux routes de même apparence se présentent à nous. Quelle est la bonne ? Faut-il prendre à droite ou à gauche ? Cruelle énigme ! comme dit Paul Bourget.

De nouveau, nous voici embarrassés. Pas pour longtemps, car Dreux possède heureusement le flair d'un Indien sur le sentier de la guerre.

À gauche, me fait-il observer. Les arbres paraissent moins élevés et moins touffus. À droite, les peupliers continuent. Notre chemin est donc celui-ci.

Je me déclare convaincu par ce raisonnement subtil, par cette remarquable logique, et je m'écrie dans un accès d'enthousiasme : tu es vraiment épatant, mon bon ami. En somme, notre voyage s'accomplit dans des conditions excellentes. Avec toi, pas d'erreurs possibles.

À peine ai-je articulé ceux-ci qu'un bruit trop connu, un sifflement prolongé se fait entendre sous moi. En même temps, j'éprouve la sensation d'un choc.

Crevé ! J'ai crevé !

C'est vrai. Le pneumatique de ma roue directrice est dégonflé. Je roule sur la jante.

La crevaison est toujours désagréable. Mais, en plein jour, lorsqu'on a sous la main tout ce qu'il faut pour découvrir rapidement la perforation, la réparation est facile. La nuit, en pleine campagne, ce n'est pas la même chose.

En cette circonstance, je puis constater, une fois de plus, le calme et la sagesse de mon vieux compagnon.

Comme je me prépare à défaire mon paquetage pour en retirer le « nécessaire », il m'arrête d'un geste et...

Un instant… Nous avons le temps… En ce moment, nous sommes énervés… Calmons-nous d'abord… Asseyons-nous dans l'herbe et fumons une cigarette… Nous travaillerons mieux après.

Je me conforme à cet excellent avis et je n'ai, naturellement, qu'à m'en féliciter.

La cigarette terminée, nous sommes en bonnes dispositions pour procéder à la réparation avec calme. C'est ici que notre lanterne nous est précieuse. Nous la déposons au milieu de la route, et elle nous éclaire très bien. Bonne, exquise petite lanterne ! Sans elle, que serions-nous devenus !

Tout va pour le mieux. Quelques instants

d'un examen attentif suffisent pour nous faire découvrir la cause de la maudite perforation. C'est un long clou. Il a pénétré si profondément que nous éprouvons de la peine à l'enlever. Du moment où nous connaissons le siège de la blessure, le reste n'est plus rien. Quelques minutes nous suffisent en effet pour bander la plaie, remonter l'enveloppe et regonfler la chambre à air. De l'accident, il ne reste qu'un souvenir fugitif. Nous pouvons repartir, et nous longeons bientôt la masse sombre de la forêt de Bray.

Devant nous la nuit paraît s'épaissir, tandis que le ciel blanchit. Est-ce donc déjà le matin ? Eh ! oui, c'est l'aube ! Ls jour va poindre et dissiper les ténèbres. Je n'en reviens pas, tant les heures ont passé vite.

Nous ne tardons pas à distinguer les objets qui nous entourent, d'abord vaguement, puis, d'une façon de plus en plus nette et précise.

Sous nos yeux émerveillés se déroule alors l'admirable campagne normande, enveloppée d'une buée violette.

Dans de vastes pâturages, plantés de pommiers, des troupeaux paissent en liberté et les bœufs, réveillés par nous, dirigent de notre côté de longs regards étonnés.

Des fermes normandes nous apparaissent, avec leur parure de lierres, de glycines, de roses et de vignes vierges, si coquettes qu'on les prendrait pour de jolies villas. Nous croisons bientôt des paysans et des paysannes qui, l'outil sur l'épaule, s'en vont déjà aux champs. Braves gens ! Eux aussi sont surpris de nous voir rouler à une heure aussi indue. Ils s'arrêtent même pour nous voir passer, comme si nous étions des phénomènes.

L'un d'eux nous interroge :

- Et d'où qu'vous venez comme ça ?
- De Paris.
- Bon Dieu, de bon Dieu, c'est-il possible !
- Oui-dà ?

Le bonhomme resta ahuri, semblant hypnotisé…

Cachés dans les arbres, les oiseaux réveillés chantent à plein gosier. On dirait vraiment qu'ils s'appellent, qu'ils se parlent, qu'ils se répondent, qu'ils tiennent des conversations. Et pourquoi donc les oiseaux n'auraient-ils pas leur langage tout comme les hommes ?

Ah ! Combien sont à plaindre ceux qui ne goûteront jamais ces sensations champêtres ! Que la route offre donc de charme avant le lever du soleil !...

Mais des imprécations éclatent tout à coup. Que se passe-t-il donc ? Peu de chose. Dreux vient seulement d'écraser l'aile droite d'un poulet. C'est du reste la faute du poulet. Pourquoi est-il venu se jeter sous les roues de la machine ? Hein pourquoi ? Le propriétaire de la bête a été témoin de l'événement. Il accourt en exhalant longuement sa colère, ce qui donne lieu, naturellement à un échange de propos peu académique. Nous jugeons absolument inutile de prolonger longtemps ce genre de conversation…

Quelques instants plus tard, nous atteignons Forges-les-Eaux, où nous espérons trouver de quoi nous restaurer. L'appétit commence à se faire sentir. Malheureusement, la ville est encore endormie. À cela, rien de surprenant, d'ailleurs : il n'est pas encore cinq heures, et l'on est moins matineux à la ville qu'à la campagne.



En errant par les rues silencieuses et désertes, à la découverte de quelque caboulot, nous passons devant une boucherie qui vient d'ouvrir. Nous faisons halte devant cette boutique, espérant y trouver au moins une tasse de bouillon. Douces illusions ! Le boucher ne peut nous offrir que de la viande crue :

Eh bien ! lui disons-nous, cela ne fait rien. Coupez-nous toujours un bon beefsteak. Nous trouverons certainement le moyen de le faire cuire.

La faim rend audacieux. En possession du beefsteak - il pesait bien deux livres ! – nous n'hésitons pas à aller carillonner à la porte de l'hôtel du Mouton d'Or situé non loin de là. Après une attente pleine d'angoisse, nous avons la satisfaction de voir une fenêtre s'ouvrir au premier étage, une tête d'homme apparaître, et le dialogue suivant s'engage :

- Que désirez-vous messieurs ?
- Cuire ça ! Nous avons faim et soif.
- Attendez un instant. On descend.

Cyclistes, mes frères, je vous recommande l'hôtel du Mouton d'Or, à Forges-les-Eaux. À toute heure de jour et de nuit, vous pouvez être sûrs d'y être bien accueillis.

Le repas est rapidement préparé. Le beefsteak, cuit au fourneau à gaz, nous est servi sur une nappe bien blanche. Il nous paraît tendre et succulent. Le cidre exquis. Un bon morceau de fromage termine le déjeuner si singulièrement improvisé.

Sérieusement lestés, nous remontons en selle, décidés à arriver à destination le plus vite possible : le bain sera si bon !

Nous pouvons choisir entre deux routes. L'une passe par Neufchâtel, l'autre par Pommerval. La première est peu accidentée. Par contre, elle est plus longue de dix kilomètres. Après une courte délibération, nous nous décidons pour la seconde, qui ne représente que cinquante-trois kilomètres. Eh ! puis, nous nous sentons de si bonnes jambes, dans l'état d'énervement où nous a mis cette nuit sans sommeil !

C'est à toutes pédales que nous nous dirigeons vers l'Epinay, puis vers Sommery. Nous atteignons bientôt la forêt de St-Saëns, puis celle d'Eawy.

Là-haut, le soleil se lève lentement, mettant des coulées d'or dans le ciel bleu et des reflets de feu sur les toits rouges des maisons. Nous échangeons à peine quelques mots. Pour ma part, je suis absorbé dans la contemplation de cette féérie magnifique. J'aspire goulûment la bonne brise de mer qui nous arrive en pleine figure. Et, pendant ce temps, je pousse avec une facilité extraordinaire. Jamais les côtes ne me parurent si douces.

Arques-la-Bataille. Déjà ! plus que six kilomètres pour arriver à Dieppe ! Et oui ! Les ruines du vieux château fort sont là, perchées sur le rocher d'où elles dominent les environs. Il n'y a pas d'erreur possible.

Quelques coups de pédale de plus et nous sommes à St-Pierre-d'Épinay, un faubourg de Dieppe que nous traversons avec une satisfaction identique à celle du marin lorsqu'il arrive au port. Nous entrons dans la ville, au moment même où la demie de six heures sonne à la cathédrale.

Nous avions fait une excursion charmante, sans grande fatigue, et nous avions recueilli des impressions inoubliables. Que désirions-nous de plus ? Une seule chose : le fameux bain de mer. Nous allâmes le prendre tout de suite, puis nous nous rendîmes à l'hôtel où, en attendant l'heure de la table d'hôte, nous prîmes quelques heures d'un repos réparateur et bienfaisant.

La journée se passa très agréablement. Après le déjeuner, comme de bons badauds, nous allâmes voir partir le bateau de Newhaven, spectacle extrêmement récréatif, paraît-il, puisqu'il attire tous les jours une foule sur les quais. Ensuite, nous visitâmes la ville. Ce ne fut pas long. En dehors de sa cathédrale et de sa plage, en effet, Dieppe n'offre rien de bien intéressant. C'est la ville de province quelconque, banale, sans beaux monuments et sans ruines curieuses, donc la seule originalité consiste en ce que tout y est à la fois moins bon et plus cher qu'ailleurs.

(à suivre)

Le principe des sorties CCI

Les sorties CCI sont des randonnées à vélo proposées par Cyclo Camping International, initiées par un ou plusieurs de ses membres.

- **Le principe :**

Il s'agit de constituer un groupe pour voyager ensemble, tout en conservant une totale liberté de se déplacer à plusieurs ou individuellement, et bien sûr dans la convivialité et la bonne humeur.

Ces sorties peuvent durer une journée, un week-end, une semaine ou une quinzaine de jours, voire plus. Elles peuvent être proposées sur un parcours en ligne ou en boucle. Les étapes sont de longueurs variables en fonction du relief, et compatibles avec les contraintes du voyage en autonomie.

- **Une organisation souple :**

Les initiateurs prévoient les étapes du soir (campings, bivouacs ou autres). Chaque cyclo-voyageur est libre de s'y rendre par son propre itinéraire et organise sa journée à sa convenance selon sa forme et ses centres d'intérêt.

Disposant de son équipement personnel, chaque participant rejoint le groupe à l'étape par ses propres moyens. Il est autonome pour gérer son itinéraire, son alimentation et ses soucis mécaniques.

- **Des conditions à respecter :**

Tout véhicule suiveur est interdit.

Sur la route, respect du code de la route et notamment pas de groupe supérieur à 20 cyclistes (séparer en plusieurs groupes).

Chacun doit être couvert à titre individuel par une assurance responsabilité civile.

Cyclo-Camping International demande, à tous, de respecter le code de la route et décline toute responsabilité en cas d'accident.

Envie de proposer une sortie ?
Ecrivez à :
sorties@cyclo-camping.international

Retour sur

Du 3 au 17 Septembre 2024

Aligot, truffade et apéritif de gentiane



Et pourtant, tout avait bien commencé en partant de Cahors, malgré les averses orageuses capricieuses qui créaient des surprises et nous douchaient avant l'heure. Notre petit groupe de quinze Ccistes pédalait bon train. La route montait doucement en serpentant entre les falaises du Célé, pas trop d'effort, pas de touristes, la route pour nous. Le temps d'apprécier les maisons troglodytes, de visiter les grottes de Pech-Merle ou Figeac.

De superbes campings, tristes de voir déjà arriver l'automne.

Et puis après Bagnac sur Célé… patatras… Les vallons verdoyants sont apparus avec le dénivelé et également la pluie, dense et drue avec avec laquelle nous nous accommoderons jusqu'à la fin de la quinzaine.

Nous contournons les hauts barrages désertiques du Cantal, échappons au pire à Laroquebrou et grimpons jusqu'à Pleaux (600 m d'altitude) où l'histoire avance et la température chute, (ressenti -1 degré), rafales de vents, pluie... un temps hivernal !

Duvet et t-shirts d'été pour la plupart dans les sacoches... Régine n'en menait pas large avec ses trois shorts !

Nous avons squatté les salles hors-sac des campings transformées en dortoirs et restaurants (sauf Cécile qui faisait de la résistance avec sa tente quatre saisons).

Comment avons-nous pu tenir dans cet univers hivernal ?

Réponse : aligot à la tomme de Cantal, truffade fumante plus apéritif de gentiane (Aveze ou Salers) !

Notre petit groupe ne s'est pas fait prier pour se soigner.

Nous avons cependant décidé de ne pas insister face aux aléas météo et avons écourté cette quinzaine de deux jours, non sans rouler sur la route des crêtes jusqu'à Aurillac (où le soleil était revenu mais avec deux degrés au thermomètre).

Annick Potier

Agenda

Bourse CCI 2025

Les candidatures sont ouvertes !



lauréate en 2024, Mattis Légé est partie pour le Cap Nord pour en ramener une collection de photos argentiques.

Depuis 2018, CCI soutient les projets de jeunes voyageur.euse.s à vélo en attribuant une ou deux bourses annuelles. Le jury constitué de cinq membres de CCI reçoit les dossiers, délibère et choisit les lauréat.e.s. En 2023, trois bourses ont été décernées parmi la trentaine de dossiers reçus. En 2025, une ou plusieurs bourses seront remises, pour une dotation totale de 2000 euros.

Si vous avez un projet de voyage à vélo, candidatez à la Bourse CCI :

Pour être éligibles à candidature, tous les participant.e.s au projet doivent être né.e.s après le 1er janvier 1995, et prévoir un voyage en autonomie (sans assistance motorisée ni électrique) d'une durée entre deux et douze mois avec un départ après le 9 février 2025. Le voyage peut se faire en solo, en équipe ou en famille.

Si vous répondez à ces critères, alors portez-vous candidat.e.s en nous faisant parvenir votre dossier par mail (bourse@cyclo-camping.international), ainsi que la fiche de candidature. Le règlement détaillé de la Bourse 2025 ainsi que la fiche de candidature à remplir sont disponibles sur le site https://www.cyclo-camping.international/bourse-cci

La date limite de dépôt des candidatures est fixée au 1er décembre 2024. Les Bourses seront remises lors du festival du voyage à vélo du Mans les 8 et 9 février 2025, en présence des lauréat.e.s.

Claire Carvallo

Samedi 11 mai 2024

Journée estivale sur les routes du Tarn et Garonne



Au départ de Moissac, nous longeons le canal des deux mers vers St-Nicolas-de-la-Grave, une bastide agréable avec son château, sa halle métallique, son architecture en briquettes et galets. C'est sous l'ombre du chêne Henri IV que nous faisons une halte. Quelques coups de pédale et nous arrivons à Auvillar. Étape du chemin de Compostelle, le village perché surplombe la vallée de la Garonne et offre un superbe panorama. Sa halle circulaire témoigne du passé commerçant de la localité. À la base de loisirs de St-Nicolas-de-la-Grave, nous partageons le repas du midi. Lauriane de l'Agence de Tourisme du Tarn et Garonne nous rejoint avec des produits locaux et les cartes des itinéraires cyclables de la région. Un moment convivial avant de reprendre la route sous un soleil et une chaleur dignes de l'été (31°). À Castelsarrasin, nous rattrapons le canal puis direction le pont canal de Moissac qui permet au canal d'enjamber le Tarn. Nous terminons avec un crochet par l'Abbaye St Pierre, haut lieu de l'art roman en France. 59 km pour découvrir cette belle région et profiter enfin d'une belle météo ! Groupe sympa et bonne ambiance.

Un samedi d'AVRIL dans le Gers

Départ de Condom



Le groupe de 17 cyclistes, de tous niveaux, s'est élancé de la capitainerie de Condom (32), pour un parcours d'une cinquantaine de kilomètres. Après avoir croisé quelques pélerins sur le chemin de Compostelle, nous avons fait halte au village fortifié de Larressingle puis au pont d'Artigues classé à l'Unesco. La pause à Montréal du Gers a permis de déguster des produits locaux offerts par l'office de tourisme de la Ténarèze comme le dessert « Lou Floc » de la pâtisserie du village. La tranquillité et l'ombre de la voie verte d'Armagnac ont été appréciées pour revenir à Condom saluer les quatre mousquetaires au pied de la cathédrale dont le local de l'étape : d'Artagnan !

Ces balades sont annoncées sur les réseaux sociaux (Instagram, Facebook et Youtube) sous le nom de Cyclo Voyage avec Gaëtan.

Gaëtan Couffignal

Du 15 au 18 Août 2024

19e CilfaCyclette : une édition très internationale !





C'est avec beaucoup d'envie que 19 cyclo-voyageurs ont (re)découvert les deux Savoie du 15 au 18 août.

Une seule Cciste était présente cette année et elle a très bien représenté l'asso !

Ce tour du monde en quatre jours a encore mieux porté son nom que d'habitude avec des personnes de neuf nationalités : une Espagnole, une Australienne, une Sud-Coréenne, une Iranienne, un Gallois, une Écossaise, une Mexicaine, une Néo-Zélandaise et quelques Français !

Au menu : des retrouvailles avec le camping d'Albertville, une belle visite du musée de la vigne et du vin de Savoie à Montmélian, des nuits pluvieuses, beaucoup d'adaptation et d'entraide, une passerelle sur le Chéran pour éviter le pont de l'Abîme fermé à toute circulation, des histoires de côtes et une super ambiance.

On se retrouve l'été prochain pour la vingtième !

Frédéric Michelland



Du 8 au 22 Juin 2024

Deux semaines de Castres vers l'Aveyron



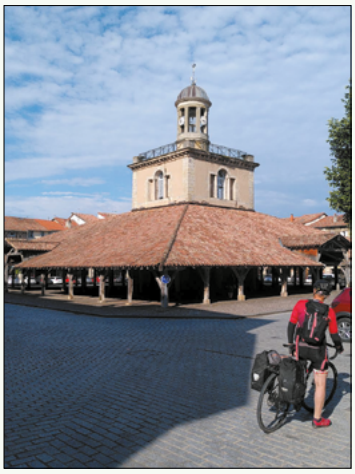
Quelques vélosophes courageux, Danielle, Sylvia, Hélène, Jeanine, Hervé, Claude et les trois Gérards : Gérard, Gégé, Gé3 étaient au départ de Castres, trois musculaires et six en assistance électrique. L'effectif réduit a permis de pédaler ensemble, sauf Jeanine la valeureuse en vélo musculaire et Hervé l'amoureux des longs parcours avec dénivelés. Le groupe a parcouru 840 km avec 11 000 m de dénivelé. La première halte pour le café quotidien de 11h fut Lautrec, village médiéval aux façades à colombages. Difficile de citer tous les lieux traversés dans les départements du Tarn, Dordogne, Lot, Corrèze, Quercy, Aveyron. Quelques villages ont été particulièrement appréciés : Lautrec, Cordes, Saint-Antonin-Noble-Val, Sarlat, Curamonte, Saint-Cirq-Lapopie, Beaulieu-sur-Dordogne, Collonges-la-Rouge, Conques, Bozouls et son canyon, Albi. La météo est restée clémente malgré quelques pluies. Le groupe restreint a permis de mieux se connaître et a favorisé une ambiance amicale et festive. Un regret peut-être, Jeanine en vélo musculaire, plus matinale, arrivait à l'étape avant nous. Au moment de nos apéritifs et repas partagés nous avons apprécié son humour et sa bonne humeur. Cette quinzaine s'est terminée le 22 juin à Castres, chacun repartant vers son foyer avec l'espoir de nous retrouver sur nos belles routes de France lors d'une prochaine quinzaine. Vive les quinzaines CCI !



Gérard Olive

Du 8 au 12 Mai 2024

Sur la Véloccitanie V84



En partant de Narbonne, nous longeons le canal de la Robine, puis celui du Midi. C'est le deuxième jour que nous entamons le parcours officiel de la Véloccitanie. Nous cheminons alors sur des routes de campagne très calmes avec un bout de voie verte sur une ancienne voie ferrée. Le relief s'accentue de plus en plus. Le soleil n'aide pas à gravir les quelques côtes qui nous mènent jusque Bédarieux, point de départ de la Passa Païs. Cette ancienne voie de chemin de fer qui allait jusqu'à Mazamet a été transformée en voie verte, notamment sous l'impulsion de Gérard Bastide que les lecteurs de CCI connaissent bien. Nous avons pu discuter avec lui le soir à la fin de la voie verte.

Le lendemain, nous continuons vers Castres, la Venise tarnaise et vers Sorèze et ses vieilles maisons. Le jour suivant, nous passons par Revel et sa célèbre halle, puis nous descendons la rigole de la plaine qui amène les eaux du lac de Saint-Ferréol au canal du Midi. Après avoir rejoint le canal, nous nous dirigeons vers Carcassonne, l'étape finale du lendemain.

Joël Brich

Du 3 au 17 AVRIL

Au Nord de l'Espagne



Odile a accueilli au camping de Urrugne les six cyclovoyageurs : Jean-Marc, les deux Gérard, Hervé, Yves et Olivier pour un parcours en boucle : Hendaye, Pampelune, Lizarra-Estella, Logrono, Santo Domingo, Burgos et son impressionnante cathédrale, Ona, Gasteiz-Vitoria, Durango, Lekeitio, San Sebastian et retour à Hendaye. Le groupe a suivi les Eurovélos 1 et 3 (très bien fléchés) et le chemin de Compostelle, expérience intéressante pour croiser des personnes de tous horizons et être hébergés dans des auberges de pèlerins (15 à 20 €). Les campings sont à 15€ mais les nuits sont encore fraîches, autour de 5°. Beaucoup de montées la première semaine (900 m de dénivelé par jour) moins la 2e semaine (300-400 m). Paysages magnifiques et très variés avec une belle météo (entre 15 et 20°) mais du vent ! Les Espagnols sont accueillants et très respectueux des cyclistes sur la route. Attention, casque de vélo obligatoire : un Cciste a échappé à une amende de 100 € grâce à Gérard, traducteur et diplomate, merci à lui !



Odile Roblin

25 Mai 2024

Fête du vélo et de la marche à Rennes

Sept personnes du groupe CCI Rennes s'étaient manifestées pour tenir le stand de l'asso. Montage des tentes et installation sous la direction de Vanessa Turquety représentant Rennes Métropole et de Erique Lepeinteur de l'association « Rayons d'action » qui est à l'origine de cette fête. De nombreuses associations vélo rennaises sont invitées, de « La Petite Rennes » (atelier de mécanique) à « Rennes Monostars » (monocycle), en passant par « Rhoazhon Mobility » (école de vélos pour adulte). Nos voisins de tente sont une fabricante de sacoches urbaines pour femmes et « La Bonne Assiette » (asso de bien manger et de promotion du voyage à vélo). Philippe Descubes de Vélofesto a son stand de vélos couchés un peu plus loin.



© Photo : Guy LECOINTRE

L'idée de cette fête : des groupes de cyclistes et de piétons convergent des différentes communes de la métropole et profitent des stands et des animations gratuites proposées. La matinée est assez calme : quelques groupes partent explorer en pédalant ou à pied les quartiers adjacents. De rares personnes revenues en VAE du marché des Lices s'arrêtent au stand. Elles ont peur de tenter les vacances à vélo, nous leur suggérons les « classiques » et tranquilles la Vilaine jusqu'à Redon et Rennes-Dinan le long du canal d'Ille et Rance.

Certains Ccistes vont enrichir le public clairsemé d'une sympathique chorale, puis Yldor, artiste de cirque à vélo, chauffe l'ambiance (à revoir dans une manifestation CCI ?). La convergence a lieu, la foule déferle sur les stands, heureusement nous sommes nombreux à répondre aux sollicitations. Des copains du groupe viennent également dire bonjour, quelle ambiance !

Bilan de la journée : quatre adhésions à l'association, plus quatre nouveaux qui rejoignent le groupe « CCI Rennes », une vingtaine d'achats de revues, une multitude de renseignements donnés, et une bonne publicité pour le prochain festival du Mans.

À dans deux ans pour la prochaine édition de cette belle fête !

Véronique Olivier

Du 18 au 30 Mai 2024

Entre viticulture et culture dans le Lyonnais

Une vingtaine de Ccistes de toute la France se sont retrouvés à Trévoux, ville médiévale en bord de Saône. Nous y restons deux jours pour faire sans sacoche le circuit des Pierres Dorées. Le soleil fait ressortir les pierres des villages classés : Jarnioux, Theizé, Oingt.. .Après la Saône, c'est le Beaujolais avec ses vignobles et ses côtes. En suivant la route des vins nous contournons le Mont Brouilly que des téméraires n'hésitent pas à vaincre. Nous traversons les villages renommés pour leurs cépages : Régnié, Beaujeu, Villié Morgon, Chiroubles, Fleurie... Chénas, Juliénas, Saint-Amour, Saint Vérand. En haut du col, c'est sous une pluie battante que nous rejoignons la voie verte de Cluny. Nous traversons le tunnel du Bois Clair, plus long tunnel de France sur une voie verte (1600 m) et faisons un détour pour visiter Taizé, célèbre pour ses rencontres œcuméniques. Après le château de Cormartin, ça monte jusqu'au col de Brancion ! Descente rapide jusqu'à Tournus en bord de Saône. L'Hôtel Dieu du XVII[e] siècle abrite le musée du peintre Greuze ainsi qu'un beau musée du vélo. Nous continuons par la Voie Bleue le long de la Saône. Nous voici déjà en Bourgogne avec un profil plus vallonné et une autre route de crus renommés : Mercurey, Rully, Santenay, Meursault, Pommard... Le cyclotourisme ne permet pas (trop !) les dégustations, les visites et la beauté des paysages compensent. Le camping de Beaune en centre-ville permet un repos bien mérité et une visite à pied des très connus Hospices et Hôtel Dieu. On ne quitte pas la Bourgogne sans visiter Nuits-Saint-Georges et l'Abbaye de Citeaux. Puis nous bifurquons vers le Doubs pour rejoindre le marché et le château de Pierre-de-Bresse. Plein sud pour une pause café à Louhans sous une des 157 arches surmontées de belles demeures à colombages. La boussole est utile pour les petites routes de la Bresse avec peu de panneaux indicateurs. Une nouvelle voie verte nous mène à Bourg-en-Bresse. La visite du Monastère Royal de Brou fait l'unanimité. Après l'Abbaye d'Ambronay, la route est vallonnée jusqu'à la cité médiévale de Pérouges où des films de cape et d'épée ont été tournés. La galette, spécialité locale, vient au secours des fringales. Puis c'est la Dombes et ses mille étangs. Visite émouvante de l'Abbaye Notre-Dame des Dombes avec une chapelle à la mémoire des moines de Tibhirine. Nous arrivons à Ars-sur-Formans, petite cité du Saint Curé d'Ars et sa basilique qui reçoit 500 000 pélerins par an.



Après 700 km parcourus dans une très bonne ambiance, nous sommes de retour à Trévoux !

Robert Einig



8 au 12 mai 2024

Un beau Pont du 8 Mai entre Rennes et le Mont St Michel

Un bon millésime que ce pont du 8 au 12 mai 2024 puisqu'il comprenait également le Jeudi de l'Ascension !

Sur proposition de Franck Collineau, nous nous sommes retrouvés à huit, au départ à Betton, au nord de Rennes. Après avoir longé le canal d'Ille-et-Rance et être passés par l'étang du Boulet, nous sommes arrivés à Chauvigné, installation au camping de La Maison Neuve [1] pour quatre nuits. L'idée : randonner en étoile avec des sacoches allégées pour explorer les Marches de Bretagne. La convergence terminée, nous voilà 17 cyclos et 16 vélos, dont un tandem rouge démontable de toute beauté, piloté par François Coponet et Trudie. Nous serons jusqu'à 19 à rouler.



© Photo : Guy LECOINTRE

Jeudi, nous partons dire bonjour au Mont-St-Michel. À peine sortis de Chauvigné, nous empruntons La Régalante [2], nouvel itinéraire vélo reliant Nantes au Mont-Saint-Michel. Parcours très agréable dans un cadre vallonné et boisé, longeant Loisance et Couesnon.

Arrivés au Mont, une foule considérable de touristes nous incite à traverser les polders déserts pour — au prix d'une petite grimpette — admirer le point de vue sur le Mont à Roz-sur-Couesnon. La visite de la maison des marais de Sougeal est appréciée : oiseaux d'eau et ragondins sont au rendez-vous.

Le troisième jour, nous poussons jusqu'à Combourg en passant par Bazouges-la-Pérouse, charmant bourg en plein printemps des arts. Passage devant son aire de bivouac dédiée aux randonneurs et aux cyclistes en centre-ville [3]. Pique-nique devant l'étang de Combourg. Petit crochet pour admirer le château de Lanrivan. À l'étang du Boulet retrouvé, nous répondons oui à la question de Guy « Si on mangeait une glace ? ». Puis la sévère côte de Romazy départage les cyclos : bravo à ceux qui n'y poussent pas leur vélo ! Retour au camping, et excellent repas campagnard à la ferme auberge.

Samedi, les Coponet chargent tente et sacoches sur leur tandem et nous quittent sur la Régalante à proximité de Fougères, nous promettant d'organiser le week-end de l'Ascension 2025.



© Photo : Guy LECOINTRE

Véronique Quiblier guide le groupe dans sa ville natale, Fougères : marché, puis jardin public en balcon pour pique-niquer. Descente vers le château aux treize tours puis traversée des collines. Très beau paysage de bocage entre Tiercent et Chauvigné. La rituelle bière fraîche de fin de parcours sera prise « Chez Titi », le bistrot du village.



© Photo : Guy LECOINTRE

Le dimanche, météo parfaite : soleil et fraîcheur. La tribu se disperse : certains continuent leur voyage, les trois motorisés roulent vers Rennes, un petit groupe de huit rentre en passant par de jolis coins de campagne. C'est à Saint-Sulpice-La-Forêt que nous trouvons le bistrot tant attendu. Dans un carrefour de la forêt de Rennes, dernière séparation. Franck rentre à Thorigné : MERCI Franck pour cette superbe virée ! Certaines testent les chemins de l'est de Rennes et quatre autres filent vers Betton. Après un repas au marché, nous nous quittons sous les flonflons d'une fanfare.



© Photo : Guy LECOINTRE

Philippe-Antoine Doreau et Véronique Olivier



© Photo : Guy LECOINTRE

[1] Excellente Ferme-auberge, camping et gîtes de la Maison Neuve : https://www.ferme-auberge-35.fr/camping/
Deux cyclos sont allés au gîte de Marie Prunier, 4 La Brulaie, 35490 Chauvigné (02 99 95 06 01 / 06 81 39 34 93) : très bon accueil.

[2] Véloroute « La Régalante » : du Mt St Michel à Nantes
https://www.ille-et-vilaine-tourisme.bzh/experiences/la-regalante/
https://www.francevelotourisme.com/itineraire/la-regalante

[3] Aire de bivouac communale, rue des Douves, 35560 Bazouges-La-Pérouze (02 99 97 44 11)
https://www.tourisme-marchesdebretagne.com/sejour/aire-de-bivouac-communale-de-bazouges-la-perouse/