

Le Cyclo Essonnien



Bulletin du Comité Départemental de cyclotourisme de l'Essonne

Le Cyclo Essonnien

PAGE 01

PRINTEMPS 2024

Sommaire du N° 98 :

Page 01 = Edito – Christian Proponet

Page 02 : Les résultats du Trophée 2023

Page 03 : Les retrouvailles 2024

Pages 04 et 05 : Critérium 2024 VTT jeunes du Codep91 - Bravo !

Pages 06 à 08 : Les bornes de la liberté - Koufra

Pages 09 et 10 : Le chasse-neige

Pages 11 et 12 : Stage pilotage VTT

Page 13 : Cyclix - Cycles de lavage

Bulletin du Comité départemental de cyclotourisme de l'Essonne
Place R. Gombault 91540 Ormoy

N° de dépôt légal : A295-9618

Tél : 01 64 57 11 81
Courriel : departement91-secretaire@ffvelo.fr
<https://essonne.ffvelo.fr>

N° 98 – Printemps 2024

Directeur de la publication : Patrick Perello.

Comité de rédaction : Michel Le Rouzic, Philippe Marie, Patrick Perello, Christian Proponet.

Mise en page : Philippe Marie.

Contribution à ce numéro : Joël Clément, Michel Le Rouzic, Jean-Luc Lécuyer, Roland Lucquiaud, Philippe Marie, Christian Proponet, Jérôme Vovard.

Photos : Joël Clément, Michel Le Rouzic, Jean-Luc Lécuyer, Roland Lucquiaud, Philippe Marie, Christian Proponet, Jérôme Vovard.

Imprimé par nos soins
Distribué gratuitement aux clubs du 91

Edito : Christian Proponet



**C'est un p'tit
jeune de 25 ans
qui s'adresse à
vous
aujourd'hui....**

Eh oui, notre journal va fêter en mai son quart de siècle... l'occasion d'avoir une pensée pour tous ces bénévoles qui nous ont précédés, de les saluer : ceux qui ont créé cette feuille de liaison et ont su la faire vivre au cours du temps.

Le Cyclo Essonnien a bien traversé les années puisque nous ferons, avec le numéro d'automne, la centième parution, une belle régularité ! Nous aurons donc l'occasion de revenir sur cet événement.

D'ailleurs vous allez être nombreux à lire ce numéro... En effet, l'enquête que nous avons lancée démontre que 1 cyclo sur 2 ne le connaît pas, et 89 % souhaitent le recevoir directement ; alors la diffusion dorénavant se fera directement auprès des licenciés.

Le printemps s'annonce riche en manifestations dans ce contexte de jeux olympiques et paralympiques ; jugez-en plutôt :

- Les randonnées de début d'année drainent du monde : Les Retrouvailles à Ormoy – Par Monts et par Vaux à Bondoufle – la randonnée de la Tour à Montlhéry ; et des manifestations complètes bien avant la clôture des inscriptions : le 200 km à allure régulée de Brétigny – la Tomate contre la dystonie à Montlhéry (750 km vers Périgueux pour une cause caritative). C'est encourageant et c'est à mettre à l'actif de nos clubs qui se démènent. Une dynamique à poursuivre.

- « Mai à vélo » pointe son nez ; déjà de nombreuses organisations enregistrées sur le site ; n'hésitez pas, le kit communication de la Fédération est à votre disposition, 100 € crédités sur votre compte en fin d'année pour l'organisation d'une cyclodécouverte et c'est l'occasion de recruter des nouveaux.

- Et puis « Ensemble à vélo » début juin, un grand rassemblement de femmes et d'hommes à Paris, venus de toute la France (5000 participants prévus) ; les clubs sont donc mis à contribution : qu'ils soient remerciés car ainsi ils témoignent que nous sommes une terre accueillante pour guider, conseiller toutes ces cyclotes et accompagnants qui vont faire escale en Essonne avant le grand jour.

- Au-delà des Retrouvailles, le CoDep a organisé une sortie féminine pour mettre en valeur le patrimoine essonnien au travers des fermes fortifiées, et le tout aussi traditionnel critérium des jeunes : 24 accompagnants à remercier pour seulement 14 jeunes... un vrai souci ! Nous poursuivrons en juin avec l'inauguration de la base VTT de Milly-la-Forêt, la 3ème en 3 ans.

Au-delà de toutes ces actions, la vie des clubs est bien réelle : jugez-en plutôt avec l'article infra sur les bornes de la Liberté. Nous savons par ailleurs que plein de séjours, voyages en autonomie, brevets fédéraux divers ont lieu, que ce soit en route, en VTT ou en Gravel.

Profitez en bien, mais n'oubliez pas le prochain numéro du journal pour nous faire vivre vos aventures.

Nous vous souhaitons d'agréables sorties, avec prudence, en respectant toutes les règles de sécurité, et soyez assurés que le CoDep prend contact avec l'office du tourisme pour réserver le soleil... (on a oublié au premier trimestre.)

Bonnes balades et avant, bonne lecture !

RESULTATS TROPHÉE ROUTE 2023

Clubs ayant participé au Trophée (au moins 1 participant sur 1 rando trophée)	Nb trophées avec participant	Nb trophés validés	Total général points	Classement final (points & nb licenciés)
AMICALE CYCLO SAVIGNY SUR ORGE	5	5	112,8	1
AS BALLAINVILLIERS SECTION CY	6	5	104	2
AMICALE CYCLOS ATHEGIENS	6	4	73,2	3
BONDOUFLE AMICAL CLUB	6	4	72	4
AMICALE CYCLO SENART	5	2	68	5
C C LINAS MONTLHERY	5	3	57	6
CYCLO CLUB DE VILLABE	4	3	52	7
VELO CLUB MASSY PALAISEAU	5	3	49	8
AMIC CYCLISTE VILLEMORISSON	4	3	48	9
V C B S CHILLY MAZARIN	5	3	46,8	10
UNION CYCLISTE DE L ARPAJONNAIS	6	2	41	11
CLUB SPORTIF BREITIGNY	1	1	38	12
BRUNOY VAL D YERRES CYCLOS	4	2	37	13
ST MICHEL CYCLO	4	4	36	14
CLUB CYCLO COURCOURONNES	6	3	31	15
CYCLO RANDONNEURS VIRY CHATIL	5	4	30	16
YERRES CYCLISTE CLUB CYCLO	2	2	19	17
CLUB CYCLISTE OLLAINVILLOIS	2	2	18	18
CYCLO CLUB VALLEE DE CHEVREUSE	5	2	16	19
VELO CLUB DU PLESSIS PATE	2	2	13	20
ASS. CYCL. LES ANDAINS	1	1	12	21
UNION SPORT RIS ORANGIS	3	2	12	22
SLC SAINT MICHEL	2	2	9	23
CYCLO LONGJUMELLOIS	2	1	8	24
A A O C	4	3	6	25
CLUB OMNISPORTS ULIS CYCLO	2	2	2	26
VELO CLUB VILLEBON	1	1	2	27
ASS CYCLO CLUB DE SAINTRY	1	0	0	28
VELO CLUB DE LA JUINE	1	0	0	29
USM SECTION CYCLOTOURISME	3	0	0	30
VELO CLUB GRANGEOIS	1	0	0	31
M I ESSONNE	3	0	0	32

Les 6 randonnées trophée du CODEP91 auront rassemblé 1075 participants en 2023 dont 858 licenciés essonniers, 77 femmes et 781 hommes. Afin de départager les participants essonniers, 6 autres randonnées du département ont été prises en compte.

Au total, ce sont donc 1400 licenciés de l'Essonne (72% des licenciés) qui auront participé à ces différentes randonnées, cumulant un total parcouru de plus de 111 000 km.

Concernant les clubs, c'est le club de l'Amicale Cyclo de Savigny-sur-Orge qui l'emporte pour avoir participé aux différentes épreuves du trophée avec la plus grande proportion de licenciés, coiffant ainsi de peu l'AS Ballainvilliers.

Pour les classements individuels, si celui des femmes aura présenté peu de suspense puisque seules 3 femmes auront participé à 4 trophées nécessaires pour participer au classement, celui des hommes aura été beaucoup plus ouvert et ce n'est qu'au départage avec les 6 autres randonnées que le classement aura pu être effectué.

Classements finaux	Bon d'achat €	Nom Prénom	Club	Trophées pris en compte	Autres randos	Points
Classement femmes						
1	200	LANTIN SOPHIE	AMICALE CYCLOS ATHEGIENS	5	2	7,0
2	100	MUNIER CHRISTIANE	AS BALLAINVILLIERS SECTION CY	5	0	6,0
3	50	MERLET CHRISTINE	AS BALLAINVILLIERS SECTION CY	4	0	5,0
Classement hommes						
1	200	DEBET FRANCIS	UNION CYCLISTE DE L ARPAJONNAIS	5	4	8,0
2	100	BLONDIAUX YVES	C C LINAS MONTLHERY	5	4	8,0
3	50	BIRON ALAIN	AS BALLAINVILLIERS SECTION CY	5	1	6,5
4	50	MAUGER DANIEL	CLUB CYCLO COURCOURONNES	5	0	6,0
5	50	CHATENET ERIC	AS BALLAINVILLIERS SECTION CY	5	0	6,0
6	50	MOUSSET JOEL	AMICALE CYCLOS ATHEGIENS	5	0	6,0

Bravo à tous les gagnants à qui les prix furent remis dans la bonne humeur lors de l'Assemblée Générale du CODEP91 du 3 février à Chilly-Mazarin.

RETROUVAILLES 2024

Initialement prévues le 3 mars, mais en raison du chevauchement avec la course de la Jacques GOUIN comme les années précédentes, nous avons pris la décision de reporter au dimanche suivant, 10 mars notre organisation. Ceci, nous l'espérons, devait nous permettre d'avoir meilleur temps et n'avait plus la contrainte de fin de vacances scolaires.

Mais aurions-nous autant de participation que l'année précédente ?

Les déclarations effectuées, les achats préparés, nous sommes parés le samedi dès 8h30 pour effectuer le fléchage avec 3 véhicules répartis sur le parcours. Tout se passe bien et à 11h30, retour des équipages. L'après-midi, récupération des victuailles et préparation de la salle des fêtes à Ormoy, mise à disposition gracieusement par la mairie. Tout est en ordre pour que cela se passe bien.

Dimanche matin 6h30, je passe chercher les baguettes fraîches pour les casse-croûtes du retour de la rando et à 7h00, nous sommes tous prêts, chacun à son poste pour accueillir les premiers cyclos. Bien entendu c'est mon « jumeau » (nous ne sommes pas frères, mais nés le même jour) qui se pointe le premier comme chaque année. Mais ce n'est pas la grosse affluence et les 3 postes d'inscription PSGI ne saturent pas, il faut attendre 8h30 pour que la salle soit pleine.

Finalement nous enregistrons seulement 215 participants alors que nous en espérons plus de 250, pour faire au moins aussi bien que l'an passé. Les 5 clubs les plus représentés correspondent à presque 40% de la participation : Merci aux clubs de l'AC Sénart, AC Athétiens, Bondoufle AC, AS Ballainvilliers et CS Brétigny.

Bien sûr nous regrettons la faible participation de certains clubs et le peu de féminines (uniquement 15 licenciées).



Mais les participants sont satisfaits et les coupes seront remises à l'AC Sénart pour le club le + nombreux, AC Athis-Mons pour le club ayant le plus de féminines et CC Villabé pour le plus représentatif en ratio du nombre de Participants % Effectif.

Bravo à eux.

L'an prochain nous reconduirons cette date en espérant attirer plus de participants.

Michel LE ROUZIC

CRITERIUM 2024 VTT JEUNES DU CODEP91 ... BRAVO !



Malgré un week-end pluvieux, les 14 jeunes dont 1 féminine ont participé avec sérieux aux activités concoctées pour l'occasion par les 24 accompagnants.



Le matin était réservé au rallye avec 2 distances, à savoir 19 et 22 km en fonction des catégories. Les participants sont revenus éreintés car les chemins de la forêt Domaniale de Gros Bois étaient gorgés d'eau ce qui rendait difficile la pratique du vélo.

Heureusement, nous avons placé 2 balises sur les parcours afin de poser des questions sur la faune et la flore.

Le déjeuner a été un moment de repos bien mérité, en plus de porter chance, car la pluie a décidé de s'arrêter pour le restant de la journée.





L'après-midi a été consacrée aux épreuves de maniabilité VTT, ainsi qu'à la mécanique et les questions générales.

Monsieur Denis Adam, conseiller municipal de Yerres délégué aux manifestations sportives nous a fait l'honneur de sa présence en remettant les coupes et les médailles à tous les participants à l'annonce des résultats.

La journée s'est terminée par un pot de l'amitié. Nul doute que les participants ont passé une bonne nuit de repos.

Nous tenons sincèrement à remercier les participants, ainsi que les bénévoles pour l'organisation de cette édition et vous disons à l'année prochaine.



Le classement est le suivant :

Nom	Prénom	Nom du club	Catégorie	Pts critérium	Clt général
FASSY	Kylian	RANDONNEURS CYCLOS NORVILLOIS	Cadet	580	1
WINNING	Nolan	VELO CLUB SALUCEEN	Cadet	565	2
BEUNEUX	Ronan	C C LINAS MONTLHERY	Cadet	560	3
MERCIER	Axel	VELO CLUB SALUCEEN	Junior	560	4
KOELLER	Charlie	RANDONNEURS CYCLOS NORVILLOIS	Cadet	550	5
ROUAULT	Tom	VELO CLUB SALUCEEN	Minime	550	6
LAMBERT	Antoine	C C LINAS MONTLHERY	Minime	550	7
MARTIN MARGOLLE	Tom	VELO CLUB SALUCEEN	Cadet	540	8
HUMBERTCLAUDE-DO-NOVO	Simao	RANDONNEURS CYCLOS NORVILLOIS	Junior	530	9
STUNDZE	Faustas	RANDONNEURS CYCLOS NORVILLOIS	Cadet	525	10
BATTISTUZZI	Mathis	USM Section Cyclotourisme	Cadet	515	11
FLEURY	Alexis	USM Section Cyclotourisme	Cadet	510	12
LEBON	Mathilde	RANDONNEURS CYCLOS NORVILLOIS	Cadet	485	13
COCHAN	Lucien	RANDONNEURS CYCLOS NORVILLOIS	Cadet	460	14

LES BORNES DU SERMENT DE KOUFRA

À la question d'un cycliste croisé sur ma route : « T'as fait combien de *bornes* ? », je lui répondis : « 9,



mais 80 km... ».

Explications : Le département de l'Essonne compte 9 bornes un peu particulières marquant les passages de la 2^{ème} Division Blindée du Général LECLERC, lors de son avancée vers Paris, il y aura 80 ans en août prochain. Ces bornes construites sur le modèle de celles de la Voie de la Liberté, trajet emprunté par la 3^{ème} Armée américaine à savoir :



- Hauteur : 1,20 m, dessus arrondi comportant **48 étoiles** représentant les États américains de l'époque.
- Face avant : L'inscription « **VOIE DE LA 2^{ème} D.B. 1944 – 1945** ». Le **Flambeau Rouge de la Liberté** sortant des eaux de l'atlantique traversé par les soldats. Le sigle « A » bleu et blanc dans un cercle, emblème de la 3^{ème} Armée américaine.
- À l'arrière : L'emblème de la 2^{ème} DB.
- Côté gauche : « **SAINT-MARTIN-DE-VARREVILLE** et le nom de la ville libérée avec le kilométrage la séparant de Saint-Martin ».
- Côté droit : L'inscription : « **BORNE DU SERMENT DE KOUFRA** ».



Il s'agit, rappelons-le, d'un engagement pris par le **Général LECLERC** et ses hommes à **KOUFRA** en Lybie, le 2 mars 1941 lors de sa victoire sur les italiens : « *Jurez de ne déposer les armes que le jour où les couleurs, nos belles couleurs, flotteront sur la cathédrale de Strasbourg* ».

Le **1^{er} août 1944**, les troupes de LECLERC, associées à deux divisions américaines débarquèrent à Saint Martin-de-Varreville (Manche), près d'Utah Beach, passèrent par Avranches, profitant de l'opération *Cobra*, sous le commandement du général Patton, chef de la troisième Armée américaine.

Puis, elles se dirigèrent vers Château-Gontier (53), Le Mans (72), Alençon (61), Argentan (61), Mortagne-au-Perche (61), arrivant à Rambouillet en Seine-et-Oise, le **22 août**.

Le **23 août**, au château, le Général DE GAULLE annonça à LECLERC qu'il devait foncer sur Paris le lendemain, et ce, après avoir obtenu l'accord de l'État-Major Alliés, souhaitant la libération de la capitale par un Chef français. En effet, l'opération *Overlord*, ne prévoit par la libération de Paris comme une priorité, l'armée américaine devait contourner la banlieue par le sud, à marche forcée vers l'Allemagne, ce qu'elle fit. Nous pouvons voir ces bornes de la VOIE DE LA LIBERTÉ tous les kilomètres, notamment au sud de notre département.

Le soir même les plans furent prêts, le Colonel BILLOTTE installa son avant-poste à Limours, dans la *ferme de Chaumusson* dans le but de préparer l'offensive du lendemain, par la Vallée de Chevreuse.

Mais dans la nuit, c'est là qu'intervint, *un cycliste comme nous*, un résistant de Bures-sur-Yvette, lequel donna des indications précises sur l'implantation des défenses ennemies, obligeant ainsi la 2^{ème} D.B. à changer ses plans.

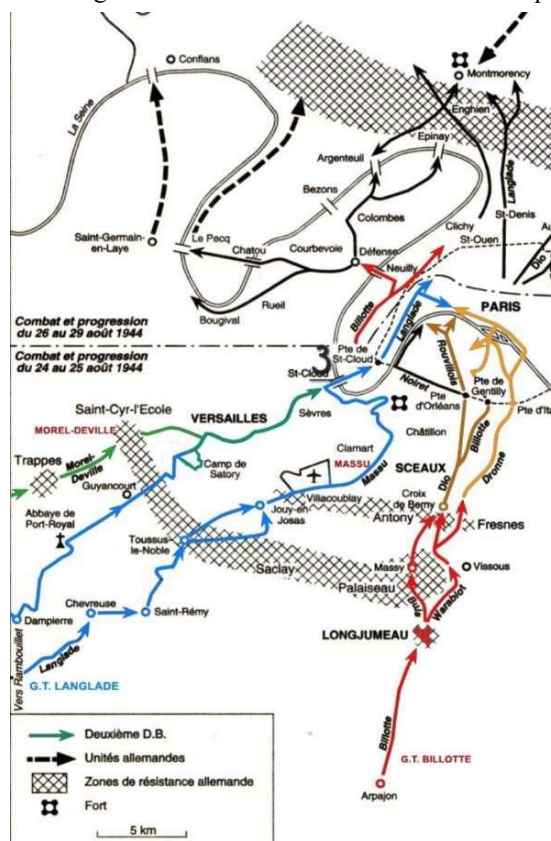
J'en profite pour faire un clin d'œil à deux autres cyclistes vétérans du Club, **Robert et Charles**, toujours actifs et âgés d'une dizaine d'années à cette époque. Le **P'tit Robert**, de Viry-Châtillon, par curiosité alla bien se promener entre Bondoufle et Vert-le-Grand, dans un dépôt de munitions... Quant au **petit Charles**, dans son village natal de l'Orne, au plus près des combats, un jour fut intrigué par la découverte d'une grenade par son copain... La chance leur a souri.



tenaient le plateau de Saclay à la ferme du Moulon avec des canons de 88 antichars. L'ennemi abandonna la partie dans la nuit. Ainsi, partant de Viry-Châtillon, j'établis mon parcours de reconnaissance de ces bornes essonniennes par Arpajon, Limours, Bures-sur-Yvette, montant sur le plateau de Saclay par Saint Aubin. Là je pus admirer la **Ferme du Moulon** un des rares vestiges de cette époque au milieu de constructions de toutes sortes ou d'un super métro aérien, le tout sur des terres parmi les plus fertiles d'Ile-de-France, dommage. Sur ce site devenu pôle technique et scientifique, sorte de *Silicon Valley*, pourtant pourvu de pistes cyclables, il me fut difficile de trouver mon chemin de retour vers Massy, la prochaine étape.

Ainsi, le **24 août**, le Colonel BILLOTTE dévia son avancée par Malassis, Forges-les-Bains, Briis-sous-Forges, puis Arpajon, de façon à gagner la capitale par le sud.

Le Colonel LANGLADE prit la direction de la Vallée de Chevreuse pour se diriger vers l'ouest de Paris, se heurtant malgré tout à une résistance des allemands qui





Puis mon parcours passa par Longjumeau, Chilly-Mazarin et Épinay-sur-Orge, avant de regagner **Viry-Châtillon** qui fut également libéré, ce jour-là par la 2^{ème} D.B. et la 4^{ème} Division Blindée US venant de Morangis, Athis, Juvisy-sur-Orge et Ris-Orangis.



C'est le 24 août 2023 que fut inaugurée la borne de Chilly-Mazarin en présence de la petite fille du Maréchal Leclerc de Hautecloque.

Le lendemain, **25 août 1944**, à 13 heures dans un Paris en liesse nos couleurs flottèrent en haut de la Tour Eiffel.

La 2^{ème} D.B. reprit sa route vers l'est le **8 septembre**.

Le **12 septembre**, à Dompierre dans les Vosges, elle dû faire face à 90 chars allemands. Durant trois jours avec l'aide de l'aviation américaine, une bataille de chars s'engagea et 53 chars allemands furent détruits. L'ennemi se replia, ouvrant un peu plus la voie vers l'Alsace.

Enfin, le **23 novembre 1944**, nos couleurs, nos belles couleurs, flottèrent sur la Cathédrale de Strasbourg. Le serment fut tenu.



En cette année du 80^{ème} anniversaire du débarquement en Normandie, avec mon vélo, sur les petites routes de l'Essonne, je voulais rendre hommage à nos libérateurs, du cycliste porteur de messages, au conducteur de char. Depuis cette date, nous avons le plaisir de pédaler quand bon nous semble.

Joël CLEMENT

Cyclo Randonneurs de Viry-Châtillon

LE CHASSE-NEIGE

Lors d'une édition de la randonnée La Trans Sud Essonne VTT, un ravitaillement se situait face au cimetière de Vayres-sur-Essonnes. Il pleuvait et je me suis abrité sous un appentis. Sur le coup, je n'avais pas porté attention à ce toit très court à deux pans greffé sur le mur. Ce n'est que lorsque j'ai débuté le Geocaching® que j'ai découvert un début d'information. Le jeu indique qu'il y a d'autres abris de ce type en Essonne. Les randonnées VTT ne passant pas devant, je n'avais pas forcément le besoin d'aller sur ces sites. Mais c'est mon travail de traceur de parcours pour Véloenfrance qui m'a permis de me rapprocher des autres lieux. Les cyclotouristes sont certainement passés devant en ignorant leur existence.



L'abri à chasse-neige de Vayres-sur-Essonnes

Lorsque je commence mes recherches sur le sujet, il n'existe pas de panneau d'information et ce patrimoine architectural n'est pas, voire trop peu documenté sur les sites Internet des communes concernées.

Le Geocaching® ne recense que trois constructions de ce type en Essonne.

- La première est adossée au mur du cimetière de Vayres-sur-Essonnes.
- La seconde ressemble à un abri de bus accolé au cimetière de Boigneville-sur-Essonnes.
- La troisième se trouve collée au mur d'une ferme à Dannemois dans la rue des Francs-tireurs.

C'est grâce à ces deux dernières qui possèdent encore l'outil que je découvre que ce sont des abris à chasse-neige d'une autre époque.

- L'outil de Dannemois est en bois, de forme triangulaire à fond plat et possède des chaînes. Il mesure environ 2,50 mètres de côté pour 50 centimètres de haut.
- L'outil de Boigneville-sur-Essonnes de mêmes dimensions et de même forme mais à fond creux renforcé par des barres de métal et possède lui aussi des chaînes.

Le Chasse-neige de Vayres-sur-Essonnes a disparu de son emplacement, mais il a servi pour la dernière fois en 1979 par les pompiers, tiré par un de leur camion, quand le village s'est trouvé enseveli par une épaisse couche de neige. Il n'avait pas servi depuis les années 30, à l'époque il était tiré par un ou deux chevaux.



L'abri et le chasse-neige de Boigneville



L'abri et le chasse-neige de Dannemois

Mais lors de ces recherches, j'ai retrouvé d'autres abris. Le premier se trouve au pied de l'église de Buno-Bonnevaux et le second abrite un kiosque à livres face au château de Gironville. Ils ont eux aussi été utilisés jusqu'en 1979



L'abri de Buno-Bonnevaux



L'abri et le chasse-neige de Gironville

Si nous avons l'habitude de croiser des véhicules munis d'une lame lorsque la neige commence à paralyser les axes routiers, nos ancêtres ne possédant pas toute la technologie actuelle avaient des solutions face aux intempéries hivernales qui faisaient appel à la solidarité.

Au début du XXe siècle, les régions à fort enneigement sont isolées et vivent au ralenti. Dans les petits villages, le déblaiement est confié aux cantonniers et à la bonne volonté des riverains. La neige est tassée et ce sont les passages répétés qui entretiennent une piste praticable. Sur les axes fréquentés, les communes utilisent les tout premiers « chasse-neige ».

Appelés communément « charrues à neige » ou « triangles-trainés », ce sont de lourdes étraves de bois, tirés par d'imposants attelages de bœufs ou de chevaux. Les chasse-neige furent très employés en montagne car il fallait protéger les infrastructures telles les ponts de la surcharge. Le tourisme d'hiver renforça cette nécessité.



© Bibliothèque de la Ville (DAV), La Chaux-de-Fonds



Morez - Jura - Le Chasse-neige dans la Grande-Rue

Les chasse-neige de type classique avec une forme triangulaire furent nombreux et firent l'objet de multiples brevets d'invention.

Les premiers étaient composés de traverses en bois et furent vite renforcés de pièces d'acier et adaptés à leurs différentes fonctions :

- Grands modèles pour les voies principales des villes et des campagnes.
- Petits modèles dédiés aux trottoirs et aux allées des parcs urbains.

Pour voir un chasse-neige en action allez sur le

lien suivant : <https://youtu.be/Mn-3pWJ0s4s>

Sources

www.attelage-patrimoine.com, www.fondationberliet.org, <http://hippotese.free.fr/>, <https://geocaching.com>

Philippe Marie

STAGE PILOTAGE VTT

Au cours d'une réunion en visio organisée par le CoReg (Comité Régional) avec tous les DDF (Délégués Départementaux Formation) franciliens, nous avons évoqué la nécessité de relancer la coordination des formations proposées en Île-de-France.

J'ai proposé d'organiser une formation spécifique "Perfectionnement au pilotage VTT", ouverte à tous les éducateurs VTT et tous les pratiquant(e)s régulier(e)s du VTT.

Après contact avec le directeur de la base de loisirs de Buthiers, nous avons convenu de dates avec 2 encadrants diplômés de la base (Alexandre et Valentin) (les samedis 2 et 16 mars 2024).

Le CoReg a accepté de prendre en charge à hauteur de 50% le coût de la formation, ce qui a réduit notablement la participation demandée à chaque participant.

La base de Buthiers, avec le massif forestier tout autour libre d'accès et les rochers se prête parfaitement à la pratique du VTT et à la réalisation d'exercices avec différents niveaux de difficultés.

15 participants ont effectué le stage avec des représentants essonniers (clubs de Saulx-les-Chartreux et de Marolles), et de clubs de toute l'Île-de-France.

J'ai eu des retours très positifs sur le stage. Le mieux, c'est de donner la parole écrite aux participants :

Pascal C de Taverny (95) :

J'ai 60 ans, roule sur un VTT XC et pratique le VTT depuis 20 ans en roulant quasiment au moins une fois par semaine.

Avant ma première journée je me demandais si le niveau du stage serait à la hauteur de mes attentes, mais j'ai vite été rassuré. La base de Buthiers est un peu loin pour nous qui venons du 95, mais le site est vraiment au top pour travailler la technique.

Les 2 animateurs Alexandre et Valentin sont très pédagogues et sympathiques.

Nous avons commencé par nous entraîner à descendre de nos montures, par la droite et la gauche, puis par l'arrière sans arrêter le vélo. Nous avons également travaillé l'équilibre en statique, et avons enchaîné avec des montées techniques avec racines et petites marches. Lors de la deuxième journée, il y a eu une validation des techniques acquises lors du 1er jour. Nous avons travaillé la descente et la montée de marches plus importantes, qui m'ont paru trop hautes au début. Mais avec les conseils de nos moniteurs qui étaient également là pour nous sécuriser sur les obstacles, j'ai réussi à franchir ces difficultés.



Pendant les 2 jours, les zones de trial balisées avec 3 niveaux de difficultés différents étaient vraiment un bon exercice et permettaient à chacun d'évoluer et de progresser en fonction de ses capacités.

Au final je suis très satisfait de cette formation. Je la recommande sans hésitation, je me sens maintenant plus à l'aise dans les passages techniques.

Je vous remercie de m'avoir donné l'opportunité de suivre ce stage.



Marina S de Chevry-Cossigny (77) :

Les points que nous avons évoqués avec les participants du club de Chevry :

La répétition des exercices sur les obstacles techniques permet d'ajuster et de comprendre les bons positionnements à adopter. Aussi il y a eu un passage avec des installations en bois (virage penché et saut). Nous avons regretté de ne pas nous arrêter précisément sur ces obstacles et travailler la technique sur ce type d'installation.

La découverte du trail a été un point positif, bien qu'elle soit bien éloignée de nos pratiques de sortie en forêt.

Les exercices d'équilibre nous ont sensibilisés à une technique, mais le temps est trop court pour comprendre bien la pratique, il nous semble que cela s'acquière dans le temps et la répétition.

Cette deuxième journée de stage a été très agréable, les exercices proposés ludiques avec une mise en pratique.

Nous avons beaucoup apprécié.

Je vous remercie pour l'organisation du stage.



Comme des Vététistes intéressés n'ont pas pu participer à ce stage par manque de disponibilité, je suis en train d'organiser une 2^{ème} session de formation les samedis 28 septembre et 12 octobre 2024, toujours à Buthiers, avec les mêmes encadrants.

*Roland LUCQUIAUD
DDF91*

Les aventures de Cyclix

CYCLES DE LAVAGE

