Archives Cyclo-Club Mayennais
Année 2010

Remise des maillots

162 licenciés au Cyclo club de Mayenne

Les cyclistes ont posé pour la traditionnelle photo.

■ A la Visitation, ce samedi 29 mai a eu lieu la remise de nouveaux maillots au Cyclo club de Mayenne par leur sponsor le Grand Bi des cycles Lagoutte de Mayenne. Le club compte 162 licenciés FCT et organise de grands rendez-vous comme par exemple le 6 juin la sortie grillade à St Martin-de-Connée, ou encore le 18 juillet, la 100ème du Tourmalet que 32 cyclos de Mayenne fêteront avec 9 500 autres participants.
Les cyclistes pourront assister à l'étape du Tour de France Pau-Le Tourmalet de 181 km. Enfin, le 5 septembre le club organisera la sortie "Vallons de Mayenne" avec 500 à 600 participants.

Courrier de la Mayenne 03Juin 2010

Archives Cyclo-Club Mayennais
Année 2010

Etape du tour de France

Vélo : au Tourmalet avant les coureurs du Tour

Michel Lenas, du cyclo-club de Mayenne, a effectué dimanche 18 juillet, en compétition amateur, l'étape Pau-col du Tourmalet, que le Tour de France affronte aujourd'hui. Témoignage.

« On est 10 000, d'une vingtaine de nationalités, à partir en 4 vagues successives de 7 h 30 à 8 h. Ça fait du monde, on se frotte, le départ est impressionnant. Il y en a pour 183 kilomètres, 4 200 m de dénivelé, et trois gros cols : Marie Blanque, le Soulor et bien sûr le Tourmalet, 21 km à 7,5 %, avec des murs à 10 %. On était censés arriver au plus tard à 18 h 30, mais quand les organisateurs se sont rendu compte qu'il y aurait beaucoup de coureurs hors délai à cause de la chaleur, ils ont rajouté une heure et demie !

On est montés par 30° en plein cagnard, avec des crampes tout du long. C'est in-ter-mi-nable. On se demande ce qu'on fait là : on a payé 75 € d'inscription, il faut être complètement con pour faire ça ! On boit, on boit, on boit énormément. Il faut s'alimenter. Dans des pentes comme ça, si tu as une fringale, tu ne t'en remets pas : les jambes ne pédalent plus et tu t'arrêtes net. On est tenté 10 fois, 20 fois de faire comme ceux qui abandonnent, qu'on voit couchés à l'ombre à côté du vélo.

Le premier du cyclo-club est arrivé vers la 330e place, peu après 14 h. Pour la plupart des gars, le seul objectif, c'est de finir. Sur 30 coureurs de Mayenne, 23 y sont parvenus, dont un type de 70 ans. Il y en a qui finissent à pied sur 5 ou 6 kilomètres, juste pour passer la ligne. Ça vaut tous les efforts. Pour me préparer, j'ai fait 5 000 bornes au premier semestre, dont une Ardéchoise pour travailler les côtes et définir les braquets. D'ici à fin décembre, je vais m'en tenir à 2000 ou 3 000 bornes. L'étape du Tour, c'est l'objectif de l'année.

Michel Lenas (9e en partant de la gauche) fait partie des 23 coureurs du cyclo-club de Mayenne qui ont franchi la ligne d'arrivée de cette redoutable épreuve.

C'était ma 6e participation. Une seule fois, l'année dernière, j'ai abandonné. Je suis tombé et j'ai cassé mon vélo. Il y a trois ans, on grimpait l'Alpe d'Huez et j'ai cassé ma selle. Je m'en suis passé pendant 30 kilomètres, puis j'en ai récupéré une en cours de route, dans un magasin de cycles, et j'ai réussi à finir.

L'année prochaine, des gars du cyclo-club vont participer au Paris-Brest-Paris. 1 200 km, en 50 heures pour les meilleurs, sur des routes non protégées. Il y en a qui dorment dans les fossés, et ils repartent. Un truc de bagnard. Les gars n'ont plus de peau au cul tellement ils sont brûlés. Moi, je ne le ferai pas. C'est trop dur. »

Ouest France 22 Juillet 2010

Archives Cyclo-Club Mayennais
Année 2010

Famille Meignan

Avec leurs enfants, ils ont traversé la France à vélo

Partis de Mayenne le 4 août, les quatre membres de la famille Meignan sont arrivés dans le Jura le 12 août, après 638 kilomètres d'effort. Ils racontent.

L'initiative

« **Pour notre première étape, nous avons fait 93 km. Bon, c'était un peu trop. Ensuite, nous nous sommes limités à 80 bornes par jour.** » C'est avec le plus grand naturel que Patrick Meignan raconte les vacances pas banales qu'il vient de passer en famille : 638 kilomètres de vélo, parcourus en neuf jours entre Mayenne et Lons-le-Saunier, dans le Jura, avec femme, enfants et bagages.

« **Nous avons tracé une ligne droite entre le départ et l'arrivée et nous avons suivi les routes au plus près** », précise le père de famille. « **Pour ne pas écœurer les enfants, nous avons décidé de ne pas faire le retour en vélo** », précise la mère. Patrick est donc rentré de Lons à Mayenne en train, a refait le chemin en voiture pour récupérer sa petite famille et la ramener à la maison.

Chez les Meignan, on est du genre à avaler du bitume avant de savoir marcher. Dans le garage sont accrochés 12 deux-roues pour les quatre membres de la famille : Patrick et Marie-Laure, 45 et 40 ans, et les deux fistons Fabien et Cyrille, 14 et 11 ans. Monsieur est par ailleurs vice-président du cyclo-club de Mayenne et éducateur pour l'association de l'Étoile cycliste.

L'heure du départ est arrivée : le 4 août, la famille entame son périple de 9 jours avec sa remorque de 70 kilogrammes.

DR

« Ça sentait le frein dans les descentes »

Sur la route, la logistique familiale était donc bien rodée. Les parents, sur leur tandem, ont tracté la remorque assemblée par Fabien, chargée du strict minimum. Soit, tout de même, 70 kg. « **Avec le tandem, ses deux occupants et la remorque, l'attelage avoisinait les 200 kg** », précise Patrick. Fabien renchérit : « **Ça sentait le frein dans les descentes !** » L'aîné des enfants était chargé de l'assistance mécanique et emportait chambres à air et kit de secours. Le petit dernier n'avait que son vélo à pousser.

Tout ce petit monde se levait vers 9 h, prenait la route à 10 h et mettait pied à terre 5 h plus tard. L'après-midi, les enfants consumaient leur reste d'énergie dans la piscine du camping pendant que les parents déterminaient l'itinéraire du lendemain.

« Pas les facilités de la télé »

À en croire nos cyclistes, la route Mayenne-Lons offre une brochette de paysages variés. « **Des reliefs boisés, les plaines en Beauce et des montagnes** », énumère Marie-Laure. « **Le mont Beuvray en Saône-et-Loire, où Mitterrand aimait se promener, et le col des Rousses près de la frontière suisse** », ajoute Patrick.

Et les vacances en autonomie, c'est bon pour la famille. « **À plusieurs, on s'entretient le moral,** souligne le père. **Les enfants apprennent à donner d'eux-mêmes, il n'y a pas les facilités de la télé, du réfrigérateur... Le soir, au lieu de regarder un DVD, on joue aux cartes.** » L'année prochaine, la famille entend bien réitérer l'aventure vers la Belgique. Et cette fois, ils resteront sur la selle au retour.

Julien LEMAIGNEN.

La saison recommence aujourd'hui pour l'Étoile cycliste. Les séances d'entraînement ont lieu le mercredi et le samedi de 13 h 30 à 16 h 30. Renseignements, tél. 02 43 04 29 83.

Ouest France 25 Août 2010

Archives Cyclo-Club Mayennais
Année 2010

Annonce Vallons Mayennais

Mayenne

17e édition des Vallons mayennais dimanche

Des petits circuits pour plus de familles

Pour parvenir à l'objectif de se faire connaître, encore faut-il que le public vienne. Le Cyclo club mayennais a décidé de proposer deux nouveaux circuits lors des Vallons mayennais, dimanche. 30 km en vélo de route et 15 km en VTT. « *Ils sont plus courts* », expliquent en chœur Gérard Fourré, le président et Denis Rehel, le secrétaire. La boucle de 30 km (départ entre 8 heures et 10 heures) partira par Marcillé et reviendra par La Bazoge, « *par des petites routes tranquilles* », souligne encore le président.

Les Vallons mayennais, ce sont aussi des circuits de 80 et 120 km sur route (départ groupé à 7 h 30), des parcours de 35, 45, 55 et 65 km en VTT (départs entre 8 heures et 10 heures) comptant pour le Tour de la Mayenne VTT et une randonnée pédestre de 10 km (départ à 9 h 30).

Pour les inscriptions, compter 6 euros (non licencié), 4,5 euros (licencié), 4 euros (adhérent CCM), 2 euros (moins de 16 ans, circuit VTT de 15 km), +1,5 euros en cas d'engagement sur place. L'engagement est à envoyer à Gérard Fourré, Le Vert Galant à Mayenne ou au magasin Grand Bi Cycles Lagoute.

Gérard Fourré, le président du Cyclo club et Denis Rehel, le secrétaire attendent les participants au hall d'exposition.

Courrier de la Mayenne 02 Septembre 2010

Archives Cyclo-Club Mayennais
Année 2010

Annonce Vallons Mayennais

Vallons mayennais : la 17e édition a lieu dimanche

La désormais traditionnelle randonnée cycliste et pédestre, organisée par le cyclo-club, propose des parcours pour tous niveaux. De quoi avaler le bitume en famille ou entre sportifs.

Le cyclo-club de Mayenne organise dimanche la 17e édition des Vallons mayennais, les randonnées de cyclotourisme à travers le département. Gérard Fourré, président du CCM, rappelle l'origine de la manifestation : **« Il y a 33 ans, à la naissance du club, la manifestation consistait à faire le tour de la Mayenne, 300 kilomètres et quelque en deux jours. Ce n'était pas à la portée de tout le monde. Alors nous avons réduit la distance, mais ce n'était plus un tour du département ! On a appelé le rassemblement « les vallons », en hommage à tous ses reliefs. »**

L'édition 2010 pousse encore plus loin le souci de démocratiser le rassemblement au-delà des seuls sportifs endurcis : un petit parcours de 24 km est prévu, à savoir une boucle à partir du parc d'expositions de Mayenne, via Marcillé-la-Ville, Aron et la Bazoge-Montpinçon. Objectif avoué des organisateurs : séduire les plus jeunes et leur donner envie d'adhérer au CCM. Les plus vaillants n'hésiteront pas à se lancer dans l'un des deux autres parcours, de 86 et 120 km.

Archives Ouest-France.

Les organisateurs des Vallons mayennais et responsables du CCM, Denis Réhel, Gérard Fourré et Michel Lenas.

500 participants attendus

Les responsables du CCM attendent autour de 500 participants, soit 300 fondus de VTT et 200 rouleurs. Les allergiques au deux-roues pourront quant à eux chausser de bonnes chaussures pour une randonnée pédestre de 10 km.

L'accueil des participants se fera à 7 h au parc des expositions. Départ groupé pour les deux grands circuits à 7 h 30. Départ libre pour le petit circuit et pour les VTT de 8 h à 10 h. Départ groupé à 9 h 30 pour la randonnée pédestre. Tarif : 4,50 € pour les licenciés de VTT et de vélo de route, 6 € pour les non-licenciés. 2 € pour les moins de 16 ans. Prévoir un supplément de 1,50 € pour les frais d'inscription sur place. Le prix comprend le petit-déjeuner et un ravitaillement. Randonnée pédestre : 2 €. Port du casque vivement recommandé pour la route et obligatoire pour le VTT. Aucun classement ou temps de parcours ne sera diffusé.

Ouest France 04/05 septembre 2010

Archives Cyclo-Club Mayennais
Année 2010

Annonce Vallons Mayennais

Courrier de la Mayenne 02 septembre 2010

Archives Cyclo-Club Mayennais
Année 2010

Vallons Mayennais

Mayenne

Une semaine en images

Vallons Mayennais. Le Cyclo Club Mayennais a organisé dimanche la 17e édition des Vallons Mayennais avec succès. 530 participants ont avalé les kilomètres des différents circuits. Cinq parcours pour les 352 cyclos ayant opté pour les randos VTT : 15, 35, 45, 55 et 65 km et trois parcours pour les 161 cyclos sur route de 120, 80 et 30 km. Un circuit pédestre de 10 km a attiré 17 randonneurs. Pour chaque inscription, 1 euro est versé aux Virades de l'Espoir.

Courrier de la Mayenne 09 septembre 2010

Archives Cyclo-Club Mayennais
Année 2010

Assemblée générale

Une saison chargée s'annonce pour le Cyclo-club

La saison s'achève pour le Cyclo-club mayennais qui tenait son assemblée générale vendredi dernier. A cette occasion, Gérard Fourré, le président et les membres du bureau sont revenus sur les moments forts de l'année et notamment la remise des nouveaux maillots au printemps. En terme d'effectif, le club compte 164 licenciés, un chiffre qui se stabilise depuis quelques années mais « *il y a toujours beaucoup plus de cyclistes sur route que de vététistes* », précise le président.

La prochaine saison s'annonce chargée pour le club avec comme point d'orgue le célèbre Paris-Brest-Paris. Le 27 mars, l'association organisera d'ailleurs le premier brevet sélectif de 200 km à Mayenne. « *Il faut au moins 8 000 km d'entraînement* », rappelle Gérard Fourré, autant dire une mise en jambe plutôt intense. Du côté du Tour de France, l'étape reste encore à définir entre Issoire et Saint-Flour ou Modane et l'Alpes d'Huez. De plus, pour les Vallons, il y aura en 2011, quatre circuits sur route et cinq en VTT allant du familial au raid de 60 km.

Les membres du bureau ont fait le bilan de la saison 2010 et ont annoncé les réjouissances pour 2011.

Courrier de la Mayenne 28 octobre 2010