

100 Audax féminin pour la préparation « Toutes à Vélo - Strasbourg 2016 » organisé par le CODEP34 à Magalas, le 4 avril 2016

Objectifs :

Cette deuxième rencontre des féminines avait trois objectifs :

- Evaluer le niveau de pratique de chacune des féminines sur une distance de 100 Km
- Donner les informations mécaniques nécessaires à la bonne pratique du vélo en groupe.
- Permettre aux filles qui n'ont pas pu participer à la première rencontre de rencontrer les autres.

Déroulement de la journée :

Le Rendez-vous était prévu devant la salle des sports de Magalas pour un départ à vélo à 8 heures précises. J'avais prévu un parcours assez facile avec seulement 330 m de dénivelé. Après une journée du samedi très pluvieuse, c'est sous un ciel gris et une ambiance humide que les 9 cyclotes sur 13 prirent le départ. 5 accompagnateurs, dont le président et le vice-Président du Codep34, étaient venus pour les 10 féminines présentes. C'est un peu après 8 heures que les 14 cyclos et cyclotes s'élancèrent en direction de Pouzolles.

A l'entrée de Roujan nous avons pris une petite route nous permettant d'éviter le centre ville, occupé par la foire annuelle. Nous prenons la direction de Cabrières par le village de Fontes en évitant la montée de la Rouquette, deux de ces cyclotes reprenaient le vélo après un mois d'interruption.

Nous arrivons à Cabrières village de Jacques Guelton avec un arrêt de 5mn, juste le temps de prendre une photo devant la mairie et nous voilà repartis.

Direction Péret. Le dénivelé n'est pas très important mais nous avons une succession de petites côtes qui font mal aux jambes après 60 km.

Nous passons ensuite à Aspiran sans Marie-Jo qui a fait un oubli et doit se retourner accompagnée de Françoise. Elles nous rejoindront à Nizas. En arrivant à Nizas, première crevaison pour Véronique qui, va pouvoir nous montrer ses talents de mécanicienne. Le groupe au complet repart en direction de Pézenas. A Servian nous prenons la nouvelle piste cyclable jusqu'à Bassan. Deuxième crevaison. Cette fois c'est Lise. Vu que l'heure avance et que nous sommes en retard, le groupe se scinde et seulement quatre personnes constitueront le deuxième groupe pour rejoindre Magalas par le chemin le plus court où nous attendait un copieux pique-nique, généreusement offert par le CODEP34.

Après le repas, Guy nous donnait un cours de mécanique. Comment entretenir nos vélos à la suite de nos sorties. Cette formation indispensable pour un voyage itinérant, nécessitera certainement une piqûre de rappel avant le départ. Merci à Guy de nous avoir consacré un peu de son temps.

Prochain rendez-vous le 30 avril pour le 200 Audax. Nous espérons que vous serez toutes présentes à ce rendez-vous important.

Marylène Clamouse

