

HEBDOMAD - COC

N° 84 : Semaine du 9 au 15 Juin 2025

Mardi 10 : à LGM.....Silence Radio !

Jeudi 12 : Compte rendu et photo de Bernard Méjean

Une vingtaine de petits coqs se sont retrouvés ce matin à St Mathieu avant de se partager en 3 groupes pour 3 circuits différents

- 4 du G1: Luc Lopez, Jacques Sagnat, François Doan, Frédéric Teyssier pour le parcours de Cognac

- 11 du G2, G3: Jean Pierre Catelin, Jean Paul Dienne, Robert Spinella, Gérard Claparède, Denis Sabatier, Thierry Tolédo, Didier Legroux, , Daniel Olivet, Patrick Congal, Alain Laurency (1) et Bernard Méjean pour le parcours de St Bazille

- Un troisième groupe d'indépendantistes dont je n'ai pas relevé les noms, sont partis sur un autre parcours.

Le G2 G3 connaît un incident dans la difficile traversée de Claret en chantier. Jean Paul Dienne s'embourbe dans les gravats et chute à petite vitesse. Sans conséquences pour le bonhomme mais le dérailleur bloqué l'oblige à rentrer prématurément.

Les 10 autres continuent jusqu'au café à St Bazille, puis le pont de St Etienne d'Issensac, la carrière, Notre Dame de Londres, le Pic et arrivée à St Mathieu à 11h15 où le GPS affiche timidement 67 km et 800 D+.

Un peu frustré par la distance je me rajoute une boucle supplémentaire de 10 km pour rentrer quand même avant midi.

A+, Bernard

(1) Alain Laurency est un tout nouveau licencié, au demeurant très sympathique.

Au café à Saint Bauzille de Putois



Séjour à Meyrueis :

du Lundi 9 au Vendredi 13. Compte rendu et photos de Laurent Tremoulet :

Cette année peu de monde au séjour à Meyrueis, dommage les conditions météo étaient parfaites, les routes toujours aussi désertes, et les paysages toujours aussi magnifiques.

Nous étions donc 6 du COC, dont Alain Breilloux, Alain Géraud, Dominique Deplat, David Salabert, Albert Menon, et moi-même à prendre nos quartiers dans des Mobile homes au Camping des Cévennes.

Un invité et futur adhérent au Club fera toutes les sorties avec nous, Laurent Delpuech ami et voisin de Guy Lauriol à Camprieu. (Merci Laurent pour l'apéro chez toi).

Départ le matin à 8h30 avec un retour prévu vers 13h max pour éviter les fortes chaleurs, voir 8h sur le parcours de 100 kms le jeudi matin.
Et cette année il a fait vraiment chaud, la pause-café était la bienvenue ainsi que les ravitaillements aux fontaines pour se rafraichir un peu le cerveau !

Nous avons eu la bonne surprise de rouler avec Guy le Guépard qui reprend progressivement le vélo de route après 6 mois de congés forcés. Guy nous a rejoint pour le café à l'Observatoire le mercredi matin, et le vendredi matin pas loin de chez lui ou nous avons pris le café à son domicile (merci à son épouse Catherine de nous avoir préparé café et biscuits).

En résumé nous avons passé un super séjour, la restauration au Sully était au top, certains diront que se sont surtout les serveuses qui sont au top ...mais ceci ne nous regarde pas !
Amicalement

Pause-café chez Guy à Camprieu



**Merci
Catherine
pour le café
et les
biscuits**

Au Mont Aigoual





**Au Camping Alain Breilloux arrose la naissance
de son petit-fils Paul**



Dimanche 15 :

A Saint Mathieu, selon Jean Louis, ils étaient 4. du groupe 3 Christophe Guilbert, Christian Pezzotti, Denis Sabatier et lui-même.

Parcours adapté pour leur niveau : St.Mathieu, Vacquières, Claret, les Embruscales, St.Hippolyte (café offert par Denis. Retour par la piste, Quissac, St.Mathieu, 73 Kms.

A Saint Bazille de Putois 4 également selon Jean Pierre, Jean Paul Dienne, Albert Menon, Wei-song Tan et Jean Pierre Catelin, contents de retrouver les Cévennes.

Et à Saint Mathieu toujours 6 du G1. Compte rendu et photo de François Doan :

Vite fait sur le gaz, je profite d'un petit moment d'accalmie pour vous envoyer une petite carte postale de notre sortie de ce dimanche avec de gauche à droite sur la photo à la pause café à Saint-Jean-de-Fos :

Erick le Rouge revêtu du maillot blanc du meilleur jeune conquis à la force du jarret, entassant les kilomètres comme d'autres collectionnent les timbres, Christophe 100 000 volts en train de recharger les batteries, Alain Contador seul rescapé de l'escapade de Meyrueis, s'il ne devait en rester qu'un ça ne pouvait qu'être Alain, les autres étant sûrement mollement installés dans un caisson à oxygène à la recherche de leur second souffle,

Antoine le Petit Prince de retour après un mois de mai passé à jongler avec un emploi du temps incompatible avec les contraintes du sport de haut niveau et Luc Lapinou en délicatesse avec sa vieille carcasse proche de la casse, mais même sur une jambe, il faut se méfier d'une bête blessée, sans parler du Téméraire photographe qui se demande ce qu'il fait au milieu de ce prestigieux aréopage.

Quelques gouttelettes nous accompagnent jusqu'aux Matellettes où l'homogénéité de notre petite escouade commence à être mise à mal.

Malgré tout, nous atteignons la pause café, puis Gignac groupés à 28,7 de moyenne.

Les faux plats bien usants de la deuxième partie du parcours, puis la montée de la Boissière alliées à la chaleur finiront de disperser la troupe.

A partir d'Argelliers, Luc, Alain et Erick rejoindront leur rampe de lancement par des chemins détournés non homologués par la commission des parcours, tandis que Christophe en bon chef de troupeau nous ramènera Antoine et moi plus morts que vifs à notre point de départ.

Bilan chiffré : 99,8 km, D+ 1069 m, moyenne 25,8 km/h pour ce qui me concerne.

Il ne reste plus qu'à se refaire la cerise en regardant Beau lascar, Vin de garde et Veine de poule en découdre sur le Dauphiné avant de s'attaquer au Mont Chauve mardi, encore une bonne partie de manivelle en perspective



Bonne semaine à tous

Soyez prudents