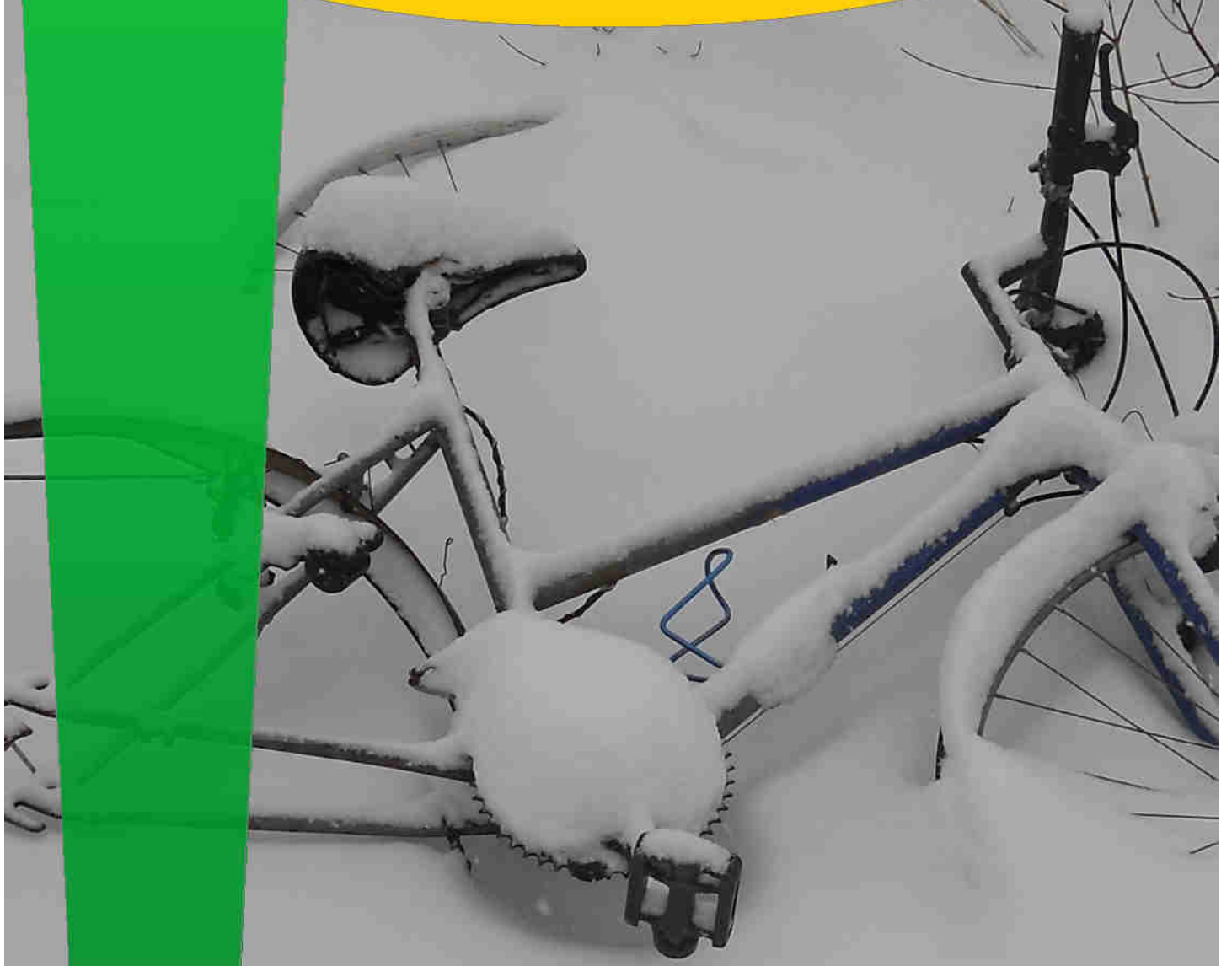


N°86

HIVER 2020

# Le Cyclo Essonnien



Bulletin du Comité Départemental de cyclotourisme de l'Essonne

# Le Cyclo Essonnien

PAGE 01

HIVER 2020

## Sommaire du N° 86 :

Page 1= Edito = Christian Proponet

Page 2 = Ils nous ont quittés

Page 3 = Les rendez-vous 2021

Page 4 = Marquage vélo

Pages 5 et 6 = Savoir rouler à vélo

Pages 7 et 8 = Stage "Jeune Educateur Fédéral"

Pages 9 à 11 = Brevet Audax

Page 12 = Cyclix – Bike Park

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-secrétaire@ffvelo.fr  
<http://cyclotourisme91.free.fr>

N° 86 – Hiver 2020

Directeur de la publication :  
Christian Proponet,

Comité de rédaction : Philippe Marie, Michel Le Rouzic, Patrick Perello, Philippe Chamiot-Clerc, Christian Proponet

Mise en page : Philippe Marie

Contribution à ce numéro : Gérard Brat, Philippe Chamiot-Clerc, Flavien Fillonneau, Daniel Laforge, Michel Le Rouzic, Philippe Marie, Christian Proponet, Bernard Thibault.

Photos : Bicycode, Christophe Divan, Claude-Alain Sintès, CoReg Ile-de-France, Daniel Laforge, Michel Le Rouzic, Philippe Marie, Recobike, Bernard Thibault, André Tignon, Union des Audax de France

Imprimé par nos soins  
Distribué gratuitement aux clubs du 91

## Edito : Christian Proponet



**Une année se termine, une olympiade également, et aussi un mandat de président...**

*L'année 2020 est finie, mais malheureusement la crise sanitaire qui a sévit et qui nous a privé de beaucoup de nos manifestations, n'est pas encore terminée ; il faut faire preuve d'espoir, de confiance dans la science pour retrouver une liberté tant convoitée. Le CoDep poursuivra avec détermination ses activités en direction des clubs pour que continue à se développer les services rendus aux jeunes, aux féminines, aux non valides, bref à tous ceux qui aiment le cyclotourisme. Sans oublier, les actions au service du développement touristique des territoires.*

*L'olympiade se termine également. Comme vous le savez, l'organisation de la Fédération et de ses structures est basée sur le cycle des jeux olympiques d'été. Nos mandats sont donc de 4 ans. Dans un contexte où l'action des bénévoles est plus que jamais nécessaire, nous pouvons être fiers des candidatures qui se sont manifestées : ce sont 14 candidats dont 7 nouveaux qui postulent au prochain comité directeur. Qu'ils en soient remerciés.*

*Et c'est aussi deux mandats de président qui vont s'achever pour moi, certes avec émotion, mais serein car l'équipe a travaillé durant ces années pour offrir le maximum de services aux clubs, aux licenciés et aux collectivités. Certes, il reste du travail, tous les indicateurs ne sont pas verts, mais la nouvelle équipe saura poursuivre le travail, impulser de nouvelles orientations, j'en suis convaincu. Je voudrais très sincèrement remercier en premier lieu tous les membres du comité directeur qui m'ont entouré, sans oublier Thérèse, mais aussi tous les présidents de clubs qui ont contribué à décliner la politique fédérale dans leurs structures, au service des licenciés.*

*Un grand merci à tous pour ces bons moments, une excellente année 2021 pleine d'espoir, celui de retrouver le chemin de nos organisations.*

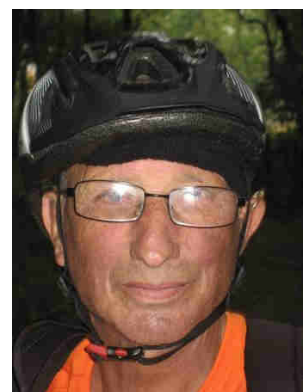
*Nos politiques diraient « développons le vivre ensemble » ; eh bien, pour nous cyclos, notre maxime sera « mobilisons-nous pour pouvoir rouler ensemble au cours de cette année 2021. »*

## ILS NOUS ONT QUITTES FIN 2020



C'est avec une profonde tristesse que les Cyclotouristes Longjumellois vous font part du décès de Michel REBY âgé de quatre-vingt-huit ans. Inscrit au club depuis 1957, il y est resté licencié jusqu'à son décès. Il exerça les fonctions de Président de 1964 à 1979. Michel, c'était le grand ancien expérimenté à qui l'on s'adressait pour être un authentique cyclotouriste. Discret, efficace, il était toujours présent et disponible. Il était l'âme et l'histoire du club qui était sa vie. Il manquera beaucoup à ses très nombreux amis cyclos.

*Daniel Laforge – Cyclotouristes Longjumellois*



Gilbert Boumendil se battait depuis de nombreux mois face à des problèmes lourds de santé. Courageux, il l'était et il nous l'avait montré au sein de notre Club. Le moral, il l'avait toujours. Avant ses problèmes de santé qui l'ont éloigné de l'activité cyclotouristique, il avait apporté son aide lors des critériums des jeunes VTT du département, dans les formations au Brevet d'Education Routière des élèves de CM2 de nos écoles, entre-autres. Il avait accepté de suivre la formation d'Animateur Club, et était "diplômé Animateur Club" en fin 2018. Nous perdons un camarade Cyclo qui avait toujours l'envie de la pratique de découverte et conviviale du vélo. Nos pensées accompagnent sa famille et ses proches dans la douleur. Avec nos meilleurs souvenirs.

*Bernard Thibault - Club Cycliste Ollainvillois*



Yves Benquet, moniteur route, membre du VCMP (Massy Palaiseau) et ex licencié au Vélo club de la Juine, venait d'emménager dans l'ancienne province de Gascogne, quelques mois après sa retraite. Il a été victime d'un accident mortel sur la RD15, près de DAX, lors d'une sortie vélo, après un mois d'arrêt suite à une blessure (2 orteils cassés par la chute d'une étagère lors du déménagement). Un automobiliste voulant tourner à gauche ne l'a pas vu et l'a percuté de face. Voici son dernier message sur Strava : « Je me suis retrouvé chez moi en retrouvant des valeurs simples mais tellement authentiques en revenant au pays ». Yves était un homme gentil, discret, serviable et très impliqué dans la vie fédérale ; il avait plein de projets : j'étais récemment en contact avec lui car il voulait suivre un stage « sport - santé ». Yves était très actif au sein du Comité Régional : il a participé entre autres à 2 SNEJ (Semaine Jeunes) et au voyage itinérant « Elles en selle » à Bruxelles avec des filles issues des QPV. Il avait quitté l'Ile de France en octobre pour profiter de sa retraite au pays basque, près de son fils. Malheureusement, le destin aura été tout autre, il avait 60 ans. Nous avions prévu de lui remettre le diplôme de reconnaissance fédérale lors de l'AG de janvier. Nous adressons nos sincères condoléances à la famille.

*Christian Proponet*



## LES RENDEZ-VOUS 2021

**RANDONNÉE DES RETROUVAILLES**



**Dimanche 28 février 2021**

**4 PARCOURS ROUTE**  
22 / 38 / 67 / 80 km  
ADULTES : 5 EUROS  
FFVELO : 3 EUROS  
- 18 ans : GRATUIT

08h00 et 09h30 - Clôture : 13h00  
Place R. GOMBAULT  
(devant le siège du CODEP91)  
91540 ORMOY

**1er TROPHÉE DU COMITÉ**


01.64.57.11.81 - [cyclo91@sfr.fr](mailto:cyclo91@sfr.fr)  
<http://cyclotourisme91.free.fr>

**FFvélo** À vélo tout est plus beau!

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLOTOURISME  
**FFvélo**

**VTT**  
CoDep 91 CYCLOTOURISME

**CRITERIUM**  
DU JEUNE  
CYCLOTOURISTE  
Départemental  
**ESSONNE**



**BONDOUFLE**  
**21 MARS 2021**  
08h00 - salle des fêtes - Rue de villeroy



SAMEDI 30 JANVIER 2021 - ASSEMBLEE GENERALE CODEP 2020

VENDREDI 05 MARS 2021 - ASSEMBLEE GENERALE MEMBRES INDIVIDUELS ESSONNE

MARDI 16 MARS 2021 - REUNION CLUBS - PRINTEMPS

VENDREDI 11 JUIN 2021 - REUNION CLUBS - CALENDRIER

MARDI 12 OCTOBRE 2021 - REUNION CLUBS - AUTOMNE

**TOUTES A JOIGNY**

A reprogrammer cause Covid-19



**DU VENDREDI 23 AU DIMANCHE 25 AVRIL 2021**

**PREPARATION TOUTES A VELO A TOULOUSE**

**RENCONTRE CYCLOTES**

Rehseignements : Commission Féminines CoDep91  
[departement91-feminines@ffvelo.fr](mailto:departement91-feminines@ffvelo.fr)  
Henriette - 06.80.67.69.80

**CoDep 91 CYCLOTOURISME**

### Rencontre féminines à Joigny les 23, 24 et 25 avril 2021

La commission féminines du CoDep91 cyclotourisme vous propose un petit voyage itinérant à vélo sur trois jours, dans le prolongement des «Toutes à vélo à Fontainebleau, Chartres, Dourdan, Provins, Sully-sur-Loire».

Ce voyage itinérant à Joigny dans l'Yonne sera une bonne préparation pour celles qui feront le voyage itinérant pour «Toutes à vélo à Toulouse» en septembre.

Deux départs seront proposés : Menecy (91) et Cheroy (89).

Réservé aux féminines licenciées y compris celles équipées d'un vélo à assistance électrique.

Les hommes accompagnants seront les bienvenus...

Renseignements auprès de la commission féminine -Henriette, tél: 01 64 56 27 11 ou 06 80 67 69 80, [departement91-feminines@ffvelo.fr](mailto:departement91-feminines@ffvelo.fr).

N'hésitez pas à diffuser l'information largement autour de vous.

# L'IMMATRICULATION DES VÉLOS DEVIENT OBLIGATOIRE.

Plus de 300.000 vélos sont volés chaque année. Bien peu sont retrouvés, faute d'identification. Pour remédier au phénomène, un décret pris dans le cadre de la loi LOM de décembre 2019 prévoit l'immatriculation obligatoire des vélos, à compter du 1er janvier 2021. Six mois supplémentaires sont accordés pour la vente des vélos d'occasion. Seules exceptions, les cycles d'enfants (dont les roues sont inférieures à un diamètre de 16 pouces) et les vélos vendus entre professionnels du commerce de cycles. Cette même loi a institué un «*fichier national unique des cycles identifiés*». Le décret publié le 25 novembre 2020 permet la mise en service du fichier, sachant que l'immatriculation des vélos était jusqu'ici possible mais laissée au bon vouloir des propriétaires.

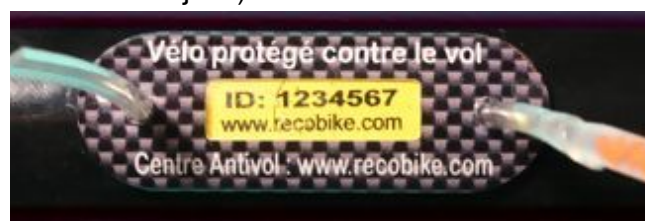


Ce décret d'application va permettre à l'APIC (Association pour la promotion et l'identification des cycles et des mobilités actives), créée pour gérer cette identification, de mettre en place ce service. Un fichier unique (BICYCODE), accessible par les forces de l'ordre, va centraliser les codes alphanumériques de 10 caractères, apposés sur le cadre de chaque vélo. Le numéro du vélo est associé aux coordonnées du propriétaire sur un registre national.

Le gravage est déjà en place depuis de nombreuses années soit chez des vélocistes équipés, soit dans des associations affiliées FUB (Fédération des Usagers de la Bicyclette, à l'origine de ce marquage).

L'état a refusé que ce soit la FUB qui fasse le fichier, donc le nouveau dispositif va récupérer les numéros des vélos déjà gravés et enregistrera les nouveaux.

Dans un premier temps, l'obligation pour la vente d'occasion est chez les professionnels donc un particulier peut vendre un vélo non gravé ; en revanche, ceci deviendra obligatoire pour les particuliers dans un deuxième temps (pas de date définie à ce jour).



La gravure d'un vélo déjà en circulation reste facultative. Pour les vélos que l'on ne peut graver, il y a un système d'autocollant spécifique non pas de haute visibilité, mais de haute résistance que l'on ne peut enlever.

Au Danemark et dans plusieurs régions allemandes, où le marquage est bien implanté, les chances de récupérer son vélo après un vol atteignent 40 %.



## Savoir rouler à vélo

Est-ce pour nous apprendre à pédaler, nous qui faisons des milliers de kilomètres par an ? A qui s'adresse ce programme interministériel ? Voilà bien la question.

Tout d'abord ce programme, initialisé par les ministères de l'intérieur, de l'éducation nationale et de la Jeunesse et des sports, concerne les élèves de primaire au même titre que « J'apprends à nager » mis en place voici quelques années. Les déplacements à vélo se faisant plus nombreux, il a été décidé de s'assurer que les enfants devant se rendre au collège à vélo soient formés au minimum.

Alors que nous avons mis en place le programme de Brevet d'Education Routière (BER) au CoDep91 depuis 2012, nous avons donc maintenant la nécessité d'appliquer ce nouveau programme qui ne modifie pas fondamentalement ce que nous faisons précédemment.

Alors que les modules 1 et 2 correspondent à nos formations au BER, la grande modification concerne le module 3 qui concerne une pratique en milieu ouvert, sur la chaussée dans le trafic routier. Il faudra donc prendre des précautions complémentaires pour éviter l'accident.

A quoi correspondent ces modules ? Chacun est bien réparti selon un schéma d'évolution dans la pratique.

**Module 1 :** Outre la connaissance du code de la route (panneaux, signalisation, sécurité) il est nécessaire de vérifier que l'enfant maîtrise les fondamentaux du vélo :

- Conduite du vélo, freinage, pédalage et changement de vitesse, changement de direction
- Contrôle des équipements obligatoires – casque, freins, éclairage, catadioptres

**Module 2 :** après un contrôle de la connaissance du code, l'apprentissage sera orienté vers les capacités à se déplacer en milieu fermé, en respectant les panneaux de signalisation. Egalement, il sera mis en œuvre le déplacement de groupe avec respect des distances de sécurité et des autres usagers de l'espace d'évolution.

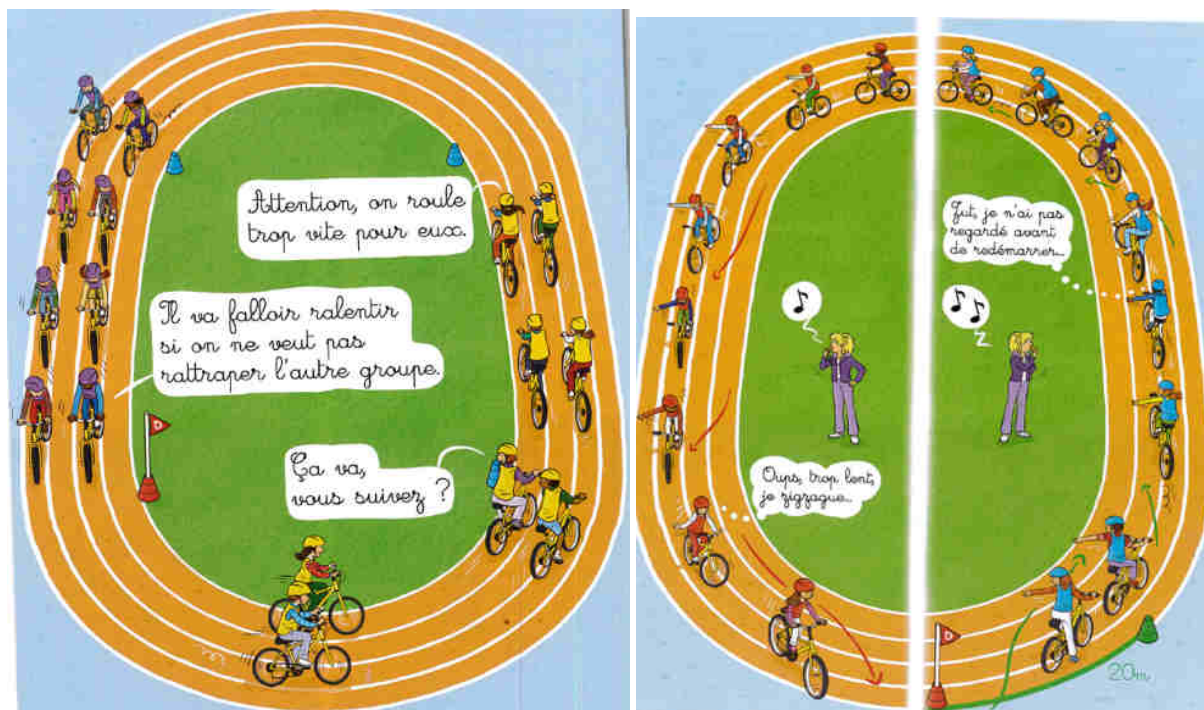
**Module 3 :** permettra de rouler en situation réelle sur la chaussée et de s'approprier les espaces de pratique.

Tous ces blocs sont décrits sur le site [www.savoirrouleravelo.fr](http://www.savoirrouleravelo.fr) . Ils sont également accessibles sur le site fédéral. Des fiches pédagogiques sont également présentées afin que l'animateur puisse savoir comment faire l'instruction et le contrôle.



Au niveau du CoDep91, nous intervenons déjà dans quelques écoles et avons commencé ce nouveau programme même s'il a été largement perturbé en 2020. Nous espérons pouvoir effectuer une formation complète durant cette année scolaire 2020-2021 à Bondoufle, Ollainville, Ormoy et Boissy-sous-Saint Yon.

### Exemples d'exercices proposés



Savoir rouler en groupe

Identifier son changement de direction

Mais nous sommes également contactés par d'autres écoles et il est nécessaire de pouvoir répondre positivement. Ceci concerne tous les clubs sans qui nous ne pourrions assurer les formations. Cela permettra aussi aux clubs d'être identifiés par les parents et pourquoi pas avoir de nouveaux licenciés.

Soyez moteurs de notre avenir en vous engageant dans cette formation des jeunes.

*Michel Le Rouzic*

# Formation Jeune éducateur fédéral en Île-de-France

Ecole de Cyclotourisme de l'Amicale Cyclo Sénart – Montgeron

Parmi nos jeunes, certains souhaitent s'impliquer encore plus et se forment auprès de la fédération.

Du 25 au 30 octobre 2020 trois de nos jeunes, Fabien Fillonneau, Thomas Hugard et Ethan Lefeuvre, ont suivi un stage de 4 jours et demi au Manoir d'Argueil près de Forges-les-Eaux (76) pour devenir les premiers "Jeunes éducateurs fédéraux (JEF)". Stage qui regroupe le programme des formations animateur et initiateur. A leur majorité ils seront directement initiateurs.



Photos : Christophe DIVAN

## Interview de Flavien de retour de formation.

- **Pourquoi t'es-tu inscrit à cette formation ?**  
--- Flavien : Je me suis inscrit à cette formation afin d'avoir toutes les certifications nécessaires à l'encadrement d'un groupe. De plus, cette formation me permet de pouvoir participer davantage à l'organisation des différents événements liés au vélo, et de m'investir dans le club en aidant les éducateurs.
- **Cette formation pendant des vacances scolaires est-ce un bon choix ?**  
--- Flavien : Le fait que la formation se déroule pendant les vacances scolaires m'a permis de pouvoir y participer, ce qui aurait été impossible autrement.
- **Comment s'est déroulée votre formation entre épreuves théoriques et pratiques ?**  
--- Flavien : Pendant la formation, nous avons tous les jours une demi-journée de pratique puis le reste du temps c'était des parties plus théoriques en salle.



- **Quelques mots sur le site où se sont déroulés la formation et l'hébergement ?**

--- *Flavien* : La formation s'est déroulée dans un site historique en Normandie. L'hébergement était sympathique et le manoir apportait une touche historique intéressante.

- **En conclusion qu'as-tu pensé de cette formation ?**

--- *Flavien* : Cette formation est une bonne expérience qui m'a permis de connaître davantage le monde des associations sportives et l'encadrement de groupes.

- **As-tu déjà commencé à encadrer un groupe dans votre club ?**

--- *Flavien* : Oui, j'ai commencé à encadrer un groupe depuis la reprise de nos activités sportives.



*Propos recueillis par Gérard BRAT*

Lien vers l'article de Christophe DIVAN dans CYCLOMAG

<https://cyclotourisme-mag.com/2020/11/09/formation-jeune-educateur-federal-en-ile-de-france/>



# AUDAX

## PLUS QUE CENTENAIRES ET TOUJOURS VERTS !



Chacune et chacun d'entre nous a expérimenté la célèbre maxime : le vélo est un sport individuel qui se pratique en équipe. Difficile de trouver une meilleure définition du cyclotourisme. Ainsi une composante importante majeure voire indispensable de notre loisir consiste en la randonnée en groupes. Les brevets, rallyes ou même simples sorties club ont un ancêtre commun : l'AUDAX. Le brevet des brevets, celui par qui tout a commencé.

Même si tout le monde connaît le principe de l'Audax, il est toujours bon de rappeler quelques fondamentaux :

L'Audax se définit comme une épreuve de **régularité** et d'**endurance**. La particularité de l'Audax réside en partie parce qu'il se déroule à **allure imposée conduite et contrôlée** par des responsables expérimentés qui sont chargés de respecter ou de faire respecter cette allure.

La moyenne, annoncée à l'avance est fixée en fonction de la distance et du dénivelé à **20, 22,5 ou 25 km/h**.

La philosophie de la formule Audax pourrait se résumer en une citation : **Partir ensemble, revenir ensemble** (Henri Desgranges). Si l'on était quelque peu taquin nous pourrions affirmer sans crainte que la majorité de nos clubs fait un Audax tous les dimanches matins ! Pour en finir avec les aspects pratiques, sachez que les distances proposées sont de 100, 200, 300, 400, 600, 1 000 et **Paris-Brest-Paris Audax** (1 200 km).

Autant dire que, que ce soit en termes de distance ou de moyenne, chacun pourra y trouver son compte.

Vous vous demandez sans doute d'où vient cette curieuse dénomination : AUDAX. Ce n'est pas Association Unifiée des Dentistes Alsaciens Xylophonistes ou encore l'Amicale Unilatérale Dextrogyre des Autocars au Xylène.

C'est à la fois plus simple et plus romantique.

Le 12 juin 1897, douze cyclistes italiens tentaient à vélo le raid Rome-Naples, 230 km entre le lever et le coucher du soleil. Sur les douze, neuf réussirent et leur tentative fut qualifiée d'audacieuse, "Audax", traduction latine du qualificatif audacieux. Ceci donna lieu à de nombreuses sorties en groupe et à la naissance du cyclotourisme dont la philosophie a survécu jusqu'à nos jours.



**GAULOISE W** (pédalier haut)  
représentée avec les quatre pignons des deux multiplications.

Un vélo modèle 1897

Tout audacieux qu'il fut cet exploit resta confidentiel pendant quelques années avant qu'en 1904, Henri Desgranges, le père du Tour de France, séduit par cette formule et voulant relancer le grand tourisme sportif à bicyclette, importe ce type de randonnées en groupe en France et fonde les "Audax français".

Ce grand organisateur et visionnaire du vélo organisa le 3 avril 1904 le premier brevet de 200 km cycliste Audax.



En 1921, le 14 juillet, est créée l'Union des Audax Cyclistes Parisiens (U.A.C.P.) qui deviendra le 1er janvier 1956 l'Union des Audax Français (**UAF**) (<http://www.audax-uaf.com>). Union qui existe toujours et qui régit l'organisation des manifestations étiquetées AUDAX.

Qui peut organiser un AUDAX ?

Tous les clubs français ou étrangers, sous réserve qu'ils soient **sociétaires de l'UAF** et affiliés à une Fédération. A noter que seul un club peut solliciter l'organisation d'un brevet AUDAX auprès du délégué régional de l'U.A.F. Les membres individuels de fédérations partenaires sont exclus

de toute organisation AUDAX. Dans un premier temps, le club organisateur ne pourra solliciter l'organisation d'un brevet AUDAX que sur des distances de 200 ou 300 km. La seconde marche c'est-à-dire l'organisation d'un 400 ou 600 km ne pourra intervenir que lorsque le club aura démontré son savoir-faire sur des distances inférieures. Ce même club devra justifier également de la présence de 2 capitaines de route titulaires de brevets sur ces distances. Le niveau monte !

Récompenses

Même si vous l'avez compris, il n'est pas question de compétition, la réussite des brevets donne lieu à des récompenses : Les Aigles ! Ils sont d'Argent ou d'Or :

### L'AIGLE D'ARGENT

Il sera décerné à tous les cyclistes ayant effectué les brevets suivants 200 – 300 – 400 – 600 et 1.000 km. Il suffit d'un parcours par distance.

L'Aigle d'Argent pourra être attribué plusieurs fois.

### L'AIGLE D'OR

Il sera décerné à tous les cyclistes ayant effectué sans limite de temps les brevets suivants :

– **1** fois les distances de **200 – 300 – 400 – 600** km.

– **2** fois **1.000** km (ou un brevet de 1.000 km et un brevet de longue distance égal ou supérieur à 1.000 km) et le PARIS-BREST-PARIS AUDAX.

A noter que les AUDAX se déclinent aussi en version Jeune ! Les moins de 18 ans sont les bienvenus. Il va de soi que les contraintes d'encadrement sont plus importantes imposant la présence d'éducateurs. Dans ce cas-là ce sont des aiglons qui seront attribués.





Photo de André Tignon – Audax Tournai (B)

### Le petit truc en plus

S'il fallait vous convaincre de faire un AUDAX, sachez qu'il est de tradition, dans les AUDAX, de déjeuner au restaurant. Une occasion supplémentaire de passer un bon moment convivial.

### Le saviez-vous ?

Dès le début des formules AUDAX, d'autres disciplines furent associées au concept. En 1904, ce seront les brevets **de rame** sur la distance de 80 km. En 1913, le 27 juin verra la création des brevets **nageurs** sur la distance de 6 km. Les brevets de **ski de fond** ne verront le jour qu'en 1985 sur la distance de 35 km et la même année celui de 100 km **marche**.

Aujourd'hui les possibilités sont nombreuses :

Pour les marcheurs : 25, 50, 75, 100, 125, 150 et 200 km.

Pour les nageurs : 1, 2, 3, 4 et 6 km.

Pour les rameurs : 20, 40, 60 et 80 km.

Pour les skieurs de fond : 25, 35, 50 et 70 km.

Le calendrier complet des AUDAX est disponible sur le site [www.audax-uaf.com](http://www.audax-uaf.com)



Photo de Claude-Alain Sintès  
[claudeetmarieangefontduvelo](http://claudeetmarieangefontduvelo)

L'AUDAX en dépit de son âge reste un must dans la pratique cyclo, accessible, convivial, adapté à toutes les pratiques. Au-delà de l'Audax lui-même, il est intéressant de constater que l'AUDAX a également fortement imprimé sa marque dans notre pratique de tous les « jours ». Le partir ensemble, revenir ensemble malgré son ancienneté n'a jamais été aussi actuel.



# Les aventures de Cyclix

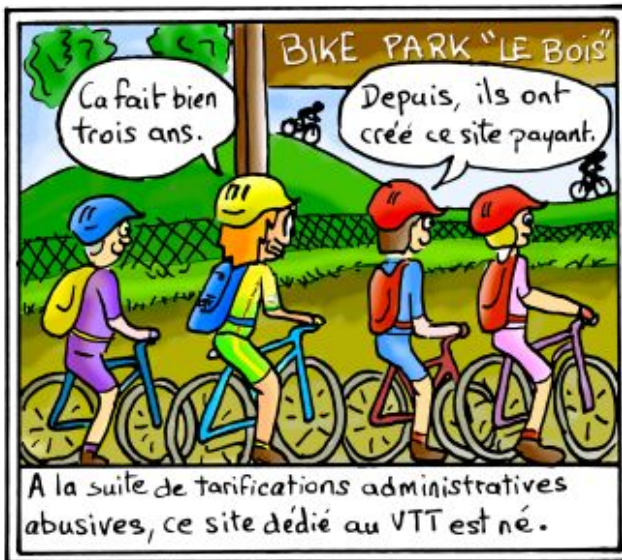
## BIKE PARK



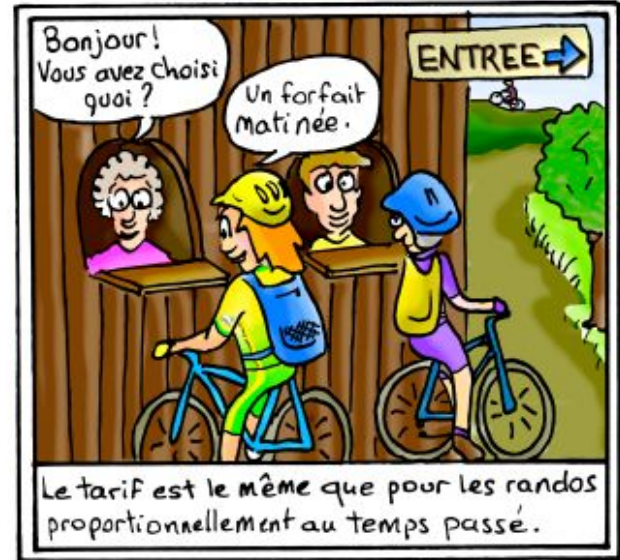
Cyclix constate que toutes les randos de dimanche sont annulées.



En arrivant, Cyclix découvre qu'il y a beaucoup de monde.



A la suite de tarifications administratives abusives, ce site dédié au VTT est né.



Le tarif est le même que pour les randos proportionnellement au temps passé.



Comme plusieurs randonnées ont été annulées, tous les vététistes ont eu la même idée de venir envahir les pistes du Bike Park.