

R.T.T Route et Tout-terrain



Toute l'information des réunions de votre club



À vélo tout est plus beau !

SOMMAIRE

10 ^{ème} édition de la Manu Mayen	1-2
Mais qu'est-ce que j'ai bien pu leur faire ?	2
Manu Mayen : quelques photos	3
L'ACC à la randonnée des Terroirs	4
Un Ekiden by Canet record	4
Il y a 20 ans au club : à propos du VTT	4-5
Vive le Tour de France ! <i>Les Bidouchoux sont de retour !</i>	5-6
Incendies en Gironde : Jean-Pierre et Rosa en entraide	7
Du côté des magazines	7-8
La Vuelta bientôt dans les PO	8
Le Ventoux mardi 13 octobre	8
Le forum des Associations	8
Tous à vélo samedi 19 septembre	8
Séjour à Amboise en juin 2027	9
Création de votre compte QRFUL	10
Les heures de départ au mois d'août	10
La grillade de rentrée en octobre	10
Les événements du mois	10

10^{ème} édition de la Manu Mayen



La 10^{ème} Manu Mayen, 47^{ème} randonnée du club, que nous avons organisé ce dimanche 26 juillet a été un franc succès

Il a fait beau et un peu moins chaud que les jours précédents (n'est-ce pas Denise ?) et, malgré un fort vent (pour moi, mais, pour Christian "une légère tramontane") qui n'avait pourtant pas été invité, près de 160 inscriptions ont quand même été comptabilisées au départ à l'Air du Mas (175 en 2025); si 13 cyclos avaient choisi le parcours de 120km, 8 d'entre eux seulement ont été vus au ravitaillement situé à Embres-et-Castelmaure; les 3 autres circuits ont chacun peu ou prou attiré la même proportion de cyclos, près d'une cinquantaine chacun; parmi les cyclistes engagés sur le circuit de 50km, des parents proches de Manu Mayen : un petit-fils, Sébastien, et un arrière-petit fils, Alex, 10 ans ; en effet, Brigitte, une des filles de Manu, avait accepté de venir célébrer avec l'amicale la 10^{ème} édition de la randonnée qui porte désormais le nom de son père.

**PAS DE RÉUNION MENSUELLE
AU MOIS DE SEPTEMBRE**



Après que chacun eut pu se rafraîchir, Karine Pierson et Sylvie Samtmann, adjointes au maire très liées à l'amicale, venaient partager le verre de l'amitié offert par la municipalité.

Le discours relatait le palmarès du champion cycliste et la genèse de la randonnée Manu Mayen puis le président remettait à Brigitte une photo encadrée de Manu aux côtés de Fausto Coppi et à Alex, l'arrière petit-fils de 10 ans passionné de vélo, la médaille du club.

Le méchoui initialement programmé ayant dû être annulé du fait d'un arrêté municipal interdisant les barbecues en cette période particulièrement critique, c'est un couscous de très bonne facture qui était servi aux 80 convives qui appréciaient.

La très bonne ambiance qui règne au sein de l'amicale a encore été mise en exergue hier et a été d'ailleurs soulignée au moment de partir par la famille de Manu; merci à toutes et tous pour votre engagement, votre disponibilité et votre bonne humeur; si la manifestation a été réussie, c'est grâce à vous et notamment aux 35 bénévoles de l'amicale qui étaient sur le pont, pour certains depuis au moins la veille, pour les autres depuis très tôt dimanche matin.

Bruno

Mais qu'est-ce que j'ai bien pu leur faire ?

Pourtant, je me conduis toujours bien. Et, pour couronner le tout, Papa me refile systématiquement le compte rendu à rédiger.

La journée s'annonçait pourtant sous les meilleurs auspices. Il faisait beau, certes avec un peu de vent, mais rien de bien méchant...

Mieux encore, Christian Prudhomme avait eu la délicatesse de retarder le départ de la dernière étape du Tour de France afin de permettre aux 85 convives, parmi lesquels la famille de notre champion, qui a donné son nom à cette magnifique randonnée, de digérer tranquillement le couscous qui clôturait cette belle journée.

Vous avez d'ailleurs été nombreux à vous étonner de ne pas me voir trôner au troisième et dernier ravitaillement. Vous savez, ces ravitaillements qui récompensent les 160 courageux cyclistes qui ont fait honneur aux 35 bénévoles de l'Amicale Cycliste Canétoise levés aux aurores pour organiser cette belle fête.

Pourquoi cette absence ? Sans doute mon maître était-il jaloux de ma popularité...

Pour tout vous dire, moi non plus ! Je n'y ai rien compris ! Je n'ai appris qu'après coup que la randonnée s'était déroulée... sans moi.

Ce n'est finalement que cet après-midi que j'ai réalisé que tout le monde était parti sans m'emmener.

J'aurais pourtant dû me méfier lorsqu'à cinq heures et quart, Papa est tombé du lit. Mais, depuis qu'il chasse les cols, ce n'est plus vraiment un événement. Il se lève avant le soleil, prend sa voiture sur laquelle il a installé son vélo la veille, disparaît pendant cinq heures, puis revient, fier comme Artaban, en se vantant d'avoir conquis de nouveaux cols... dans l'indifférence générale, Maman levant les yeux au ciel et m'adressant un sourire narquois qui semble dire : « Tu vois, il est incurable ! »

Bon... puisque je n'y étais pas, voici ce que j'ai tout de même réussi à glaner :

J'ai appris que deux adjointes au Maire, Karine Pierson et Sylvie Samtmann, avaient représenté monsieur le Maire et partagé l'apéritif offert par la municipalité. Il paraît aussi que le couscous a fait l'unanimité. A tel point qu'un rendez-vous a déjà été pris avec le traiteur pour le dimanche 25 juillet 2027, date de la prochaine édition de la Manu Mayen.

Il faut dire que le méchoui initialement prévu a dû être abandonné à la dernière minute. Un arrêté municipal interdisant les barbecues en prévention des risques d'incendie, a contraint les organisateurs à revoir leurs plans. Finalement, personne ne s'en est plaint et les assiettes sont revenues propres.

La seule question qui demeure, dois-je noter le 25 juillet 2027 dans mon agenda, ou vais-je encore devoir rédiger le compte-rendu d'une randonnée à laquelle je n'aurai même pas participé ?

Signé Litchy



Photographe : Lucien Sellem



L'ACC à la Randonnée des Terroirs

Oui, Limoux n'est pas la porte d'à côté !

Est-ce la raison pour laquelle nous n'étions que cinq à faire le déplacement ?

Mais malgré cet effectif réduit, nous nous sommes répartis en deux groupes : les lève-tôt, composés de Jacqueline, François et Lucien, tous trois en VAE, et les couche-tard, Edouard et moi-même chevauchant nos montures musculaires.

Les lève-tôt, partis de Canet à 6h00, s'élancent dès 8h00 sur le circuit de 80km et ses 1000 mètres de dénivelé. Ils franchissent le col de Dieudé après 19 kilomètres, puis celui de Marmajès au 36ème kilomètre. Jugeant le ravitaillement trop proche de l'arrivée, ils le snobent sans le moindre état d'âme, préférant rejoindre directement le site d'arrivée où les attendent un panier-repas et une boisson bien mérités.

Quant aux couche-tard, partis Sainte-Marie à 7h00, nous prenons le départ à 9h00 pour un parcours de 70km et 1000m de dénivelé agrémenté de six cols. Nous franchissons successivement le col du Villa au 12ème kilomètre, celui de Dieudé au 25ème, celui de l'Espinass au 28ème, puis celui de Marmajès au 44ème, avant de faire halte au domaine de Girard, où se situe le ravitaillement.

Au cours de cette pause, nous faisons la connaissance de Philippe, le maître des lieux et ami de notre cher premier adjoint au maire, Marc Benassis. En sa compagnie, nous dégustons un petit verre de vin blanc bien frais et surtout plusieurs rasades d'un breuvage d'origine américaine qui, malgré son nom, ne contient pas de cocaïne.

Il est midi passé lorsque nous reprenons la route sous une chaleur étouffante. Il reste encore deux cols à gravir. Le col d'Ajac au 57ème kilomètre, un R1* particulièrement pentu, du genre à vous mettre les cuisses en feu, puis le Col d'Enterri, au 63ème kilomètre, un autre R1* qui a bien failli nous faire renoncer. Mais échouer si près du but, il n'en est pas question !

Ce dernier obstacle franchi, Edouard chute, heureusement sans gravité. Une déformation de la chaussée en est la cause... même si l'extrême fatigue qui nous assaille n'y est sans doute pas totalement étrangère.

Nous rejoignons enfin nos amis, confortablement installés à l'ombre des arbres du Parc Saint-Joseph-de-Cluny de Limoux.

Comme pour nous récompenser de nos efforts, le tirage au sort désigne Edouard et moi-même parmi les heureux gagnants. Nous repartons chacun avec un sac rempli de gadgets, qui vient s'ajouter à la bouteille de rosé offerte à chacun des 180 participants de cette agréable, mais éprouvante, randonnée.

Christian B

*R : Route théoriquement carrossable (mais pas forcément cyclable)

Un Ekiden by Canet record

Le 4 juillet, la 3ème édition de ce marathon par équipe de 6 réunissait 1050 coureurs répartis dans 175 équipes, établissant un nouveau record de participation.

Sur les 25 signaleurs qui s'étaient portés volontaires pour encadrer la manifestation, 20 appartenaient à notre amicale.

A raison de 20€ par signaleur, ce sont donc 400€ qui seront bientôt reversés à l'association. Bravo et merci

Bruno

Il y a 20 ans au club

Pendant 5 ans, une section VTT affiliée à l'UFOLEP a existé à l'ACC. La situation était donc différente de l'époque actuelle où chacun peut faire occasionnellement du VTT sous licence FFCT.

A propos du VTT

La section VTT du club va disparaître, ses membres ne se reconnaissant pas dans l'esprit du club. Cette section, qui a subsisté pendant 5 ans n'a jamais vraiment fait partie

intégrante de l'ACC pour des raisons maintes fois évoquées dues avant tout au fossé des générations. Nous aurons eu le mérite de la créer, d'avoir essayé de la faire vivre, mais les différences entre les deux populations ont empêché tout amalgame et la simple cohabitation n'avait plus aucun sens. Les vététistes rouleront désormais en individuels. Mais l'ACC n'est pas fermée au VTT ! Un certain nombre d'entre nous pratique le VTT en plus du vélo route. Comme quoi, cette pratique n'est pas antinomique, mais complémentaire. Elle permet de varier les itinéraires et les sensations. D'ailleurs, ce dimanche plusieurs cyclos participeront à la « Birado » dans la région de Carcassonne. Avis aux amateurs.

Vive le Tour de France ! *Les Bidouchoux sont de retour !*

Cela fait quelques années que Loulou et Roro n'étaient pas sur la route du Tour, et... finalement tout arrive, tout revient, le plaisir de faire la valise, retrouver cette ambiance festive bon enfant.

Direction les Angles où un petit studio nous attend, nous allons y rester trois jours.

Quittons Canet, déjà la température grimpe 30°/32°, mais chic, nous allons vers la fraîcheur des cimes pyrénéennes, effectivement 8 à 10° de moins que dans la plaine.

La fraîcheur du soir nous ravigote.

Installés au bas du village, la route des coureurs passe à 2 mn. La vue en pente douce vers le lac de Matemale nous offre un panorama magnifique.

Beaucoup de marcheurs qui sont là, bien évidemment, pour faire le tour du lac, sac à dos, toutou en laisse, bob sur la tête.

De loin j' imagine une colonie de fourmis qui assiège les lieux afin de profiter de l'eau fraîche...

Allez zou ! Direction Office de Tourisme. Déjà beaucoup de monde, des étrangers aussi, l'Europe se retrouve aux Angles, c'est comme un mini hall d'Aéroport... Tout le monde dans une langue différente veut les mêmes

renseignements, les départements français sont aussi très bien représentés.

Mal en patience, nous obtenons nos informations circuits, horaires, plan de ville etc...

Repérage des troquets « très important » pour les apéros pizza et tra-la-la....

Bingo !! Le charcutier de montagne nous fait déguster des produits fabrication maison. Trop bon. Installation en terrasse avec un petit ballon de rouge, un régal.

Aux Angles, il faut monter, descendre, rien de très plat, nous aurons de beaux petits mollets musclés !!

Observation des va-et-vient des arrivants, des vélos en pagaille, des voitures qui freinent sans arrêt, plus de vélos que de véhicules.

Les enfants qui traînent, marre de marcher, il fait très chaud, ils ont soif... panique !!

Les quelques terrasses des cafés sont prises d'assaut, les gens se serrent côte à côte, cela crée des liens et rencontres sympas.

Une mamie avec ses titous qui dégustent une glace bien dégoulinante sur le tee-shirt, les bras etc... me parle de rugby, les enfants du foot et moi de leur dire « et le vélo dans tout ça » ??

Nous suivons ces incendies, l'inquiétude grandit. Les infos pas rassurantes du tout... les flammes avancent, se rapprochent des villages, Vinça, Ille-sur-Têt en outre. Que faire ??

Les Angles de plus en plus animé, le village est investi, des commerçants qui font face, certains légèrement déboussolés et d'autres un peu plus encore...

Une seule boulangerie mais une queue à n'en finir sans fin, chacun espère avoir sa petite baguette. Tout va bien ! Tout le monde est content, les boulangers ont bien bossé toute la nuit.

Dimanche fin de matinée : Annonce : La caravane publicitaire ne passera pas dans le village. Ha bon ???!! Personne n'y croit pour l'instant, mais par rapport aux événements dramatiques c'est sûrement normal.

Annnonce du Préfet sur les médias « pas de public et supporters au bord des routes sur les Angles » !! Hou la la !!

Les étrangers, la « moitié » de la Catalogne Espagnole sur place ne comprennent pas, nous non plus, mais nous respectons !

Les 10 000 personnes sur les lieux veulent voir les cyclistes et leurs montures !!

Le Maire est un peu débordé et... vraiment débordé... colère ? déception oui bien sûr !

Ils mettent en place les engins agricoles, balisent les issues de non accès ! Plus de service d'ordre pratiquement sur place. Tous plus ou moins, dirigés sur les lieux des incendies.

Jour « J », l'heure de passage des coureurs est annoncée, tranquillou je me dirige juste à l'entrée des Angles ! Face à moi de l'autre côté de la chaussée un gendarme qui est là depuis la fin de matinée, il se colle légèrement à l'ombre d'un immense tracteur style chasse-neige, barreur de passage.

Mon chapeau sur la tête, téléphone en main, j'espère arriver à faire quelques photos.

Le défilé des amateurs et admirateurs de la « petite reine » commence, chacun trouve à se poser mais peu de monde. La plupart se dirigent vers l'arrivée au Pla du Mir à la sortie des Angles.

Alors là ! Belle cohue !

Tiens, un hélicoptère en vue, s'il est là, les premiers ne sont pas loin, en effet ayant vue sur le lac de Matemale à l'opposé nous apercevons voitures, vélos sur le toit... Je fais un grand coucou, je m'agite, souris aux lèvres, l'hélico me passe au-dessus de la tête et me snobe. Flop ! Enfin des cris, des bravos, les premiers ! Ça va très très vite, j'essaie de faire « clic clic clic » quelques photos, soleil en face, mon écran est noir...

Bref, j'y suis, heureuse et émue de voir ces passionnés, courageux, fabuleux coureurs qui ne font qu'un avec leurs vélos, trop vite. Ils passent, un 2ème groupe et 3ème, les minutes s'allongent, les gens restent, encouragent les retardataires toujours très méritants...

Hop ! La voiture balai est là (rapide, effacée mais tellement ancrée en nous) le tour magnifique, magique, vivement le prochain ! Nous y serons bien sûr !!

Dernier verre à la terrasse, derniers commentaires. Salut les Angles !! C'était un peu compliqué, mais nous y étions !

Bravo à tous ces géants de la grande route.

« Notre chouchou : Paul Seixas ». Chut, ne le répétons pas ! C'est un secret...

Loulou, Roro, demain retour à la casa !

Désolation : les incendies ne sont pas encore maîtrisés...là c'est la tristesse.

Grand merci et admiration aux Pompiers et bénévoles pour ce courage inégalable et inégalé –

Loulou & Roro



Incendies en Gironde : Jean-Pierre et Rosa en entraide

Partis de Pamiers en convoi avec la délégation de l'Ariège et de l'Andorre, Rosa et moi, après une halte à Toulouse où un véhicule d'intervention intégra le dispositif, furent hébergés en banlieue nord de Bordeaux; notre mission consistait à intervenir auprès des personnes à leur domicile et sur la voie publique.

Des véhicules croix rouge sont intervenus dans les « colonnes de feux » en soutien aux pompiers victimes d'intoxication de fumées.

Un solidarité avec des enseignes de la croix rouge a permis de recevoir du matériel comme 3000 lits picauds et des palettes de kit d'hygiène pour venir en aide aux centres d'hébergement d'urgence.

Une aventure très enrichissante qui donne encore plus de sens à nos actions !

Jean-Pierre



Du côté des magazines

- Vélo Vert Festival 2026 à Bourg-Saint-Maurice, rendez-vous des pratiquants de VTT, de gravel et de vélo de pleine nature
- Moulins et châteaux en Anjou : dossier photos
- A vélo dans les Asturies, en Espagne
- Finales nationales du Critérium du jeune cyclotouriste et de l'éducation routière sportive
- Maxi Verte 2026 : 1500 vététistes se sont retrouvés en terre charentaise
- Mai à vélo 2026 : une mobilisation collective pour faire découvrir au grand public le vélo sous toutes ses formes

- Stage de perfectionnement photo pour réussir ses photos
- Tcheck ta moelle ! un défi solidaire entrepris par une rescapée d'une leucémie qui reliera Cap Breton à Prague pour sensibiliser au don de moelle osseuse ;
- Les plus beaux sites de France : Martigues, la Venise provençale
- Randonnée permanente Nord Touraine : 400km pour découvrir à son rythme les bords de la Loire et ses châteaux
- Base VTT des Monts d'Arrée, l'une des 7 bases VTT en Finistère
- Santé : arthrose du genou et vélo : démêler le vrai du faux et revoir certaines croyances
- Changeons de braquet ou l'évolution des transmissions mécaniques ou électriques
- Sécurité : Les ralentisseurs : respecter les règles

La Vuelta bientôt dans les PO

Lundi 24 août, la 3^{ème} étape de la Vuelta 2026, Gruissan-Font Romeu, passera à proximité de Canet. Une proposition de circuit avec point de rendez-vous est en cours d'élaboration et sera diffusée et affichée dans les prochains jours.

Le Ventoux mardi 13 octobre

Dans le cadre de l'ascension du Mont Ventoux qui aura lieu le mardi 13 octobre, une réunion préparatoire aura lieu le jeudi 27 août à 18h00 au club; seront notamment abordés : les sorties d'entraînement et leurs dates, le matériel, le covoiturage, l'hébergement, les repas, le parcours le jour j.

Le forum des Associations

Il aura lieu le samedi 5 septembre de 10 à 17h sur le théâtre de la mer. Comme chaque année, les membres du CA tiendront le stand de l'Amicale Cycliste. Mais si quelques cyclotines voulaient les aider, ce serait parfait, pour montrer que le club recrute également des féminines ! Quant aux cyclotins, ils peuvent aussi bien sûr donner un coup de main !

Tous à vélo samedi 19 septembre

L'évènement « Tous à vélo » organisé par la Communauté Urbaine de Perpignan Méditerranée Métropole (PMM) avec le concours des communes membres aura lieu le samedi 19 septembre pendant la Semaine Européenne de la Mobilité.

Cet évènement festif et gratuit s'adresse à un public familial. Il vise à faire connaître les itinéraires cyclables communautaires valorisés dans le Plan Vélo de PMM.

Les participants seront invités à parcourir à vélo un itinéraire depuis les communes membres vers le point de rassemblement au parc de Clairfont à Toulouges.

Pour cette édition, des itinéraires au départ de toutes les communes seront proposés afin que chaque habitant de Perpignan Méditerranée Métropole puisse participer, depuis son lieu de résidence : 37 communes, 37 parcours !

A l'arrivée, pique-nique tiré du sac ou food truck et animations pour tous !

Comme « Tous à vélo » aura lieu cette année pendant le séjour à Saint-Cast-le-Guildo, les participants de l'amicale seront donc moins nombreux que les autres années; aussi, si vous ne participez pas au séjour, ce serait sympa de répondre favorablement à l'invitation de la mairie car elle a besoin de volontaires pour encadrer la manifestation au départ de Canet.

Des informations complémentaires sont à venir.

Séjour à Amboise

Du DIM 20 au SAM 26 JUIN 2027

au VVF Amboise les Châteaux de la Loire



à 750km et 6h30 de Canet

Prix : 580€/personne
 en pension complète
 assurance annulation comprise
 +
 chambre individuelle : 300€
 animal : 30€

30 places réservées

Au cœur d'un parc verdoyant de 4 hectares, le VVF Les Châteaux de la Loire comprend 60 gîtes mitoyens avec étage mansardé et 10 chalets aménagés. Tous les hébergements possèdent une terrasse avec mobilier de jardin.

Le type de gîte qui devrait nous être proposé :

- Gîte duplex 2 pièces 5 personnes d'une superficie de 34m² comprenant un séjour-chambre avec espace cuisine, 1 chambre, 1 canapé lit, 1 lit double et 2 lits simples, salle d'eau, wc

- Télévision dans chaque gîte
- Wifi gratuit à l'accueil
- Parking
- Piscine gratuite découvrable chauffée
- Espace bien-être avec hammam
- Amboise à environ 1km

Acompte de 180€/personne à verser au plus tard le 20 septembre 2026
Solde de 400€/personne + suppléments éventuels au plus tard le 25 avril 2027
Chambre individuelle : 300€ - Animal : 30€

A régler par chèque à l'ordre de AC Canet ou par virement

Création de votre compte QRFUL

Jean-Pierre Pulis vous aidera à créer votre compte QRFUL le lundi 7 septembre à partir de 14h00. Inscriptions sur la fiche au tableau.

Les heures de départ au mois d'août

Au mois d'août, les heures de départ sont les suivantes :

- RDV au club à 7h15 et départ vélo à 7h30 tous les jours de roulage pour tous les groupes sauf le groupe « Christian » et le groupe « relax »
- RDV au club à 7h45 et départ vélo à 8h00 le mercredi et le dimanche pour le groupe « Christian » et le groupe « relax »

A partir du dimanche 30 août (à confirmer), RDV au club à 7h45 et départ vélo à 8h00 pour tous les groupes et tous les jours de roulage

La grillade de rentrée en octobre

Le président ayant programmé son traditionnel stage en altitude à l'île de Ré première quinzaine de septembre, il n'y aura pas cette année de réunion mensuelle le mois prochain.

La prochaine réunion mensuelle aura donc lieu le vendredi 2 octobre à 18h00 à l'Air du Mas et elle sera suivie de la grillade de rentrée.

Prix : 15€/personne pour les amicalistes

Inscription sur la fiche au tableau jusqu'au dimanche 27 septembre dernier délai.

LES ÉVÈNEMENTS DU MOIS

Date	Heure	Randonnée/Destination
9/8	7h30 - 8h00	Randonnée des Châteaux organisée par Cyclo Barcarès
		Les cols du dimanche : le col des Tougnets
16/8	7h30 - 8h00	Randonnée Mar y Monts organisée par VC Albères
		Les cols du dimanche : le col Saint-Louis
22 au 29/8		Séjour FFCT « La Route Romantique Allemande »
23/8	7h30 - 8h00	Randonnée La Perpignanaise organisée par l'ARC
		Les cols du dimanche : le col de Jau
30/8	7h30 - 8h00	Castelnou - Thuir
Pas de réunion mensuelle en septembre		

Bonne route à tous!