# Cyclosportives 2016 :

**Résumé :**

**26 de nos licenciés ont figuré dans 17 épreuves différentes, régionales ou nationales, soit un total de 58 participations.**

* **Individuellement, ont été obtenus cette année : un podium de catégorie, 3 places dans le top5 de catégorie ( 5 places dans le top10 ), et de nombreuses fois des places très proches du top10 .**

* Collectivement, ce sont des chiffres légèrement supérieurs à ceux de 2015 en nombre de licenciés présents sur ces épreuves , en nombre de cyclosportives pratiquées et total de participations . Sans oublier ceux qui ont été blessés en cours de saison ou n’ ont pas encore récupéré de blessures antérieures et n’ ont pu participer autant que les années précédentes : on pense particulièrement à Christophe ( Delbert ) et Christian ( Croux )
* **Un bilan 2016 donc très satisfaisant.**

**Résultats complets :**

1. **15 février: Les vignobles de Plaimont** (Beaumarchés, 72 ou 100 km) : **1 participant**
* **Sur la 100 km**: (1000m de dénivelé ) : Sami Jaber s’ est bien élancé sur le parcours mais suite à erreur de logistique ( qu’ il nous racontera ! ) , n’ a pu être classé… un bon entraînement quand même de début de saison.
1. **3 avril : l’ Heraultaise Roger Pingeon** ( Gignac, 90 ou 137 km ) : **2 participants**
* **Sur la 90 km, la Gignacoise**( D+ 1247m, 442 classés ) : Patrick Do Conto ( 244ème, 3h23, moy 26,5 , 18ème de caté ), Jean louis Pasa ( 276ème, 3h28, moy 25,9 , 24ème de caté
1. **9 avril : l’ Auscitaine (**Auch, 77 ou 119 km ) : **3 participants**
* Sur la 119 km ( 162 classés ) : Stephane St Macary ( 59ème, 3h22, moy 35,2 , 18ème de catégorie ), Vincent Cavaillez ( 63ème, 3h22 , moy 35,2 , 16ème de catégorie ), Michel Gril ( 147ème, 3h58 , moy 30 , **5ème de catégorie** )
1. **26 avril: la Ronde Castraise (** Castres, 97ou 127 km ) : **6 participants**
* **sur la 97 km** : ( 1585 m de dénivelé, 510 classés ) : Stephane Martin (125ème, 3h18, moy 29,4 km/h, 34ème de caté ), Michel Gril ( 3h42, moy 26,2 km/h, 29ème de caté ), Daniel Barbaro ( 325ème, 3h50, moyenne 25,3 km/h, 76ème de caté )
* **sur la 127 km** : ( 2118 m de dénivelé, 298 classés ) : Bruno Julia ( 76ème, 4h, moy 31,7 km/h, 12ème de caté ), Christophe Delbert ( 101ème, 4h09, moy 30,5 km/h, 39ème de caté ), Yves Peremans (140ème, 4h15, moye 29,8km/h, 49ème de caté )

Tous ont obtenu l’ OR.

Le petit compte rendu de Bruno :

« la cyclo était  bien organisée, comme d'habitude, excepté l'absence de puces de chronométrage.

Le temps était ensoleillé à Castres pour le départ avec un assez fort vent de Sud Est, puis ça s'est progressivement couvert au fur et à mesure que nous progressions dans le parc du haut Languedoc vers la Salvetat, nous avons eu une petite heure de bruine fine rafraîchissante pour finalement retrouver le soleil au retours vers Castres où il faisait 24°C »

Dommage que cette cyclo soit tombée cette année en même temps que notre Rando des Coteaux…

|  |
| --- |
|   |

1. **14 mai : l’ Audoise JP Ollivier** (Villeneuve Minervois, 99 ou 140 km) : **4 participants**
* **Sur la 99 km, « route de la truffe »** ( dénivelé 1469m, 305 classés ) : Lionel Arrufat ( 78ème, 3h18, moyenne 31,2 km/h, 24ème de catégorie ), Stephane Martin ( 3h18, 79ème, moyenne 31,2 km/h, 19ème de catégorie ), Franck Nony ( 248ème, 4h05, moyenne 25,2 km/h, 79ème de catégorie ), Michel Gril ( 206ème, 3h50, moyenne 27 km/h, **9ème de catégorie** )

Franck, qui a eu de bonnes sensations sur cette épreuve suite à un stage vélo début mai, nous la décrit ainsi :

«  Très belles journée dans le Minervois pour cette Audoise 2015. Du soleil, chaud dans les montées, et un peu de vent à la fin.
Bonne organisation, parcours somptueux, repas très bon. »

1. **17 mai : l’ Octogonale Aveyron** ( 12-La Primaube , 95 ou 138 km ) : **1 participant**

**Sur la 95 km « Lac de Pareloup »** ( dénivelé 1370m, 237 classés ) : Gervais Payrault ( 74ème, 3h07, moy 30,4 km/h, 14ème de catégorie )

Une épreuve parrainée par Alexandre Geniez

1. **29mai : l’ Albigeoise** ( Albi, 95 ou 155 km ) : **5 participants**
* **Sur la 95 km** ( D+ 910 m, 339 classés ) : Lionel Arruffat ( 70ème, 2h44, moy 34,7 , 11ème de caté ), Yves Peremans ( 104ème, 2h52, moy 33, **9ème de caté** ), Jean louis Pasa ( 134ème, 3h01, moy 31,3, 18ème de caté ), Michel Gril ( 137ème, 3h01, moy 31,3, 15ème de caté ), Patrick Do Conto ( 140ème, 3h02, moy 31,2 , 19ème de caté )

Arrivés en partie groupés et tous largement dans la 1ère moitié des classés, bravo !    et apparemment Jeannie Longo y était aussi, encore un petit effort à faire (entraînement, ou … « autre » ! ) côté représentants CCC pour prendre sa roue …

Pas de CCC sur le grand circuit.

1. **5 juin: la Milan San Remo** ( Milan, Italie, 292 km , D+ 2400 m ) : **5 participants**

**Sur 950 inscrits environ, et 714 classés :** Jean Michel Massat ( 110ème en 8h56 , moy 31,9 ), Bruno Julia ( 153ème en 9h07, moy 31,3 ), Yves Peremans ( 242ème en 9h27, moy 30,2 ), Stephane Martin ( 500ème en 10h36, moy 27 ), Daniel Barbaro ( 584ème en 11h04, moy 25,8 )

Une belle aventure sur ce parcours mythique (celui des pro’s, dont les ascensions finales des « capi » : Cipressa et Poggio ), grâce entre autres à l’ ami Yves d’ Astrium qui a préparé et organisé la logistique associée.

Une épreuve sans très grande difficulté côté dénivelé, mais usante par sa longueur et par le rythme imposé par le(s) peloton(s) internationaux en début d’épreuve ( de gros rouleurs allemands en particulier ! )

Belles performances pour nos représentants, que ce soit pour la place réalisée par nos « coursiers » officiels ou du dimanche, et ce malgré les incidents rencontrés ( 2 crevaisons pour Stéphane ), ou pour le simple fait d’ avoir pu rallier San Remo et réussir son challenge personnel.

A noter de l’avis général un mauvais point pour les organisateurs de cette cyclo, pour la sécurité et la logistique d'une « certaine » légèreté...

1. **11 juin : la Marion Clignet** ( L’ Isle Jourdain, 80 ou 120 km ) : **4 participants**
* **Sur la 90 km** ( D+ 830m, classés ) : Sami Jaber ( 9ème, 2h22, moy 38 km/h, **4ème de caté** ), Steve Boubée ( 51ème, 2h22, moy 38 km/h, ?ème de caté ), Michel Gril ( 100ème, 2h41, moy 33,4 , **5ème de caté** ), Jean Louis Pasa ( 115ème, 2h41, moy 33,4, **10ème de caté** )
* **Sur la « Tenace »** (**144km**, D+ 1500m, classés ) : Stéphane Saint Macary ( 45ème, 4h04, moy 35,3, 19ème de caté )

On est dans un rythme « course », et ça finit au sprint ! très belles places de tous nos représentants, podiums ratés de peu …

1. **25 juin : l’ Ariégeoise** (Tarascon, 169, 153 ou 127 km ) :  **14 participants**
* sur **la Mountagnole** ( **127 km**, D+ 2733m, 1450 classés ) : **8 participants**

Bruno Julia (  131ème, 5h11, moy 24,5, C20 ) , Philippe Scorcione ( 464ème, 5h57, moy 21,4, C156 ), Claude Hoarau ( 611ème, 6h11, moy 20,5, C204 ), Michel Gril ( 618ème , 6h12, moy 20,5 , C18 ), Patrick Jaubert ( 683ème, 6h18, moy 20,1 , C45 ), Franck Nony (1091ème, 7h04, moy 18 , C256 ), René Faure ( 1118ème, 7h07, moy 17,8 , C90 ), Christophe Rodrigo (1258ème, 7h34, moy 16,8 , C400 ).

* sur **l’ Ariégeoise** ( **153**  **km**, D+ 3128 m, 1369 classés : **5 participants**

Vincent Cavaillez ( 133ème, 6h01, moy 25,4 , C39 ), Yves Peremans ( 509ème, 6h46, moy 22,6 , C151 ), Valérien Colitti   ( 659ème, 7h03, moy 21,7 , C36 ), Francis Casteret ( 790ème, 7h15, moy 21,1, C45 ), Francisco Rozada ( 1248ème, 8h10, moy 18,5, C89 )

* sur **l’Ariégeoise XXL ( nouveau, 169km,** D+ 4378m, 856 classés )**: 1 participant**

Emmanuel Hebrard (121ème, 7h05, moy 23 ,9 , C50 )

Cette grande épreuve internationale attire toujours beaucoup de monde ( et mérite bien son renom en particulier côté organisation sans faille ) et de membres du CCC même si un peu moins nombreux que les années précédentes . Le final à Beille, le passage par le col de Paillères et le nouveau parcours taille « XXL » en ont peut être découragé certains ?

Bravo en tous cas à tous ceux qui s’ y sont recollés ( mention à Emmanuel sur le XXL ), d’ autant que les conditions météo ( bruine, brouillard ) n’ ont pas été au top

1. **2 juillet : la Marmotte** ( version Alpes, Bourg d’ Oisans, 174 km ) : **1 participant**

Bruno Julia : 1206ème sur 6680 classés en 7h42  ( le 1er 5h40, le dernier 12h46 ! ) , et **150ème de catégorie sur 1515 classés** .

Toujours le même « petit » et joli parcours , D+ 5000 m, avec au programme Glandon ,  Galibier, Télégraphe, et l’ Alpe d’ Huez au final, excusez du peu !

Pour cette cyclo d’ exception, un long extrait du CR de Bruno :

A Bourg d'Oisans sur la ligne de départ le ciel est dégagé et il faisait 13°C

Les 15 km jusqu'au barrage du Verney seront avalés à vive allure et sans encombre

Après le barrage du Verney c'est le col du Glandon qui va nous mener à 2000 m en 21 km; les premiers km sont assez pentus avec des rampes à 11%, je gère cette ascension sur un bon rythme sans me mettre dans le rouge avant la longue descente vers la vallée de la Maurienne,

long faux plat montant de 30 km avant d'attaquer l'enchaînement Télégraphe Galibier. Pour bien négocier ce faux plat j'accroche un bon groupe, la température commence à grimper.

A Saint Michel de Maurienne c'est le col du Télégraphe, 12 km roulants et réguliers(7 à 8%), les jambes tournent bien tout va bien, puis on attaque la descente de 5 km vers Valloire  et enfin (enfin ?) le Galibier où il fait 31°C au ravito qui est installé au pied du col.

Après une courte pause, j'attaque les 17 km du Galibier qui se décompose en 2 parties, la première de 9 km qui est roulante est pas trop pentue où je commence à coincer et la seconde partie à partir de Plan Lachat qui nous mène de 2000 à plus de 2600 m d'altitude en 8 km avec des pentes de 9 à 10 % et cette année avec un fort vent de face pour corser cette ascension qui prend pour moi l'allure du chemin de croix, je serre les dents ça va passer !

Au sommet pour la première fois cette année on nous fait tourner à gauche, le sommet du col étant encore enneigé, pour emprunter le tunnel (cela fait quelques mètres de D+ économisés) pour descendre vers le Lautaret 7 km plus bas.

Suite à l'éboulement d’ un tunnel au niveau du lac du Chambon, emprunt d’ une route provisoire et privatisée pour l'occasion, pour rejoindre la route habituelle et atteindre notre point de départ Bourg d'Oisans, et le pied de l'Alpe d'Huez : entame très raide 2,5 km à 10,5% de moyenne jusqu'à La Garde où une bonne averse nous tombe dessus et nous accompagnera jusqu'à 4 km du sommet. L'arrivée se rapproche, au fur et à mesure que le décompte des 21 virages s'égrène lentement, les jambes tournent le mental tient, enfin la traversée du village de l'Alpe d'Huez, je sprinte, je n'ai rien à gagner mais pas question de passer la ligne en facteur, et ça y est c'est fait 7:41:56:13.

Chaque année j'en bave, à chaque fois je maudis le Galibier que je n'ai jamais réussi à monter "confortablement", mais décidément cette cyclo c'est vraiment celle que je préfère, alors la ligne à peine passée, un seul objectif, une seule idée en tête....à l'année prochaine !!

1. **3 juillet : La Pyrénéenne** ( Bagnères de B. , 180 ou 120 km ) : **1 participant**
* **Sur la « 2 Vallées » ( 120km,** D+ 3000m, 402 classés **) :** Vincent Cavaillez( 95ème, 4h51, moy 25,7 , C27 )

Une petite (mais belle ! ) participation CCC cette année

1. **7 août : la Barousse Balès** ( Izaourt, 122 ou 138 km ) : **1 participant**

**- Sur la 122km** ( 2190m de dénivelé, 271 classés ) : Michel Gril ( 182ème , 5h18, moy 23, **11ème de caté** )

1. **21 août : la Jalabert** (Mazamet, 93 ou 143 km) : **3 participants**
* Sur la « **Nicolas »** ( 93 k, D+ 1500m, 538 classés ) : Vincent Cavaillez 63ème en 2h47 à 33,4 de moyenne, 20ème de caté), et Michel Gril ( 251ème en 3h10 à 29,3 de moyenne, 12ème de caté) .
* Sur la « **Laurent »** ( 143 k, D+ 2750m, 224 classés ) : Daniel Barbaro ( 219ème en 6h27 à 22,2 de moyenne, 57ème de caté )
1. **4 septembre : la Lapébie** ( Luchon, 69, 124 ou 157 km ) : **2 participants**
* **Sur la Serge Lapébie** ( 124 km, dénivelé 2800 m, xxx classés ) : Emmanuel Hebrard ( **33ème**, 4h36, moy xx , **10ème de caté**), Jean Marc Rives ( 162ème, 5h54, moy xx , 47ème de caté )

Parcours classique via les Ares le Menté et le Bales

1. **11 septembre : la Casartelli** (Couserans en Ariège, 101 ou 132 km) : **4 participants**
* **Sur la 101 km** **« la découverte »** ( D+ 2374m, 229 classés ) : Vincent Cavaillez ( **28ème**, 3h49, moy 26,2 , **C9** ), Stéphane Martin ( 67ème, 4h04, moy 24,6 , C16 ), Gervais Payrault ( 89ème, 4h14, moy 23,6 , C15 ), Jean Marc Rives ( 123ème, 4h29 , moy 22,3 , C39 )

Tout cela via Péguerre, Portel, Crouzette, Saraillé, Catchaudégué, Portech, et avec de très belles places au scratch ou en catégories.

A noter pour la petite histoire la victoire du frère de Geoffrey ( De Carvalho ) sur la Casartelli !

1. **18 septembre : la Georges Gay** ( Blagnac, 91 ou 131 km ) : **1 participant**
* **Sur la 91 km ou Cathy Moncassin** ( 111 classés ) : Michel Gril  ( 74ème , 2h53, moy 31,2 et **2ème de catégorie** )

A noter comme en 2015 le faible nombre de concurrents au départ de cette épreuve, avec un podium de catégorie pour Michel … qui finit à la même place au scratch que l’année dernière !

**Liste des 26 participants, par nombre décroissant de cyclos courues en 2016:**

9 cyclos : Michel Gril

5 cyclos : Vincent Cavaillez

4 cyclos : Bruno Julia, Stéphane Martin, Yves Peremans

3 cyclos : Daniel Barbaro, Jean Louis Pasa

2cyclos : Lionel Arruffat, Patrick Do Conto, Emmanuel Hebrard, Sami Jaber, Franck Nony, Gervais Payrault, Jean Marc Rives, Stéphane Saint Macary,

1 cyclo : Steve Boubée, Francis Casteret, Valérien Colitti, Christophe Delbert, René Faure, Claude Hoarau, Patrick Jaubert, Jean Michel Massat, Christophe Rodrigo, Francisco Rosada, Philippe Scorcione

A noter comme en 2015 la contribution de nos amis d’ Astrium

bilans des participations CCC31 par années

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Année** | **nbre épreuves**  | **nbre inscriptions** | **nbre licenciés** |
| 2006 | 12 | 38 | 19 |
| 2007 | 12 | 42 | 21 |
| 2008 | 14 | 44 | 20 |
| 2009 | 12 | 41 | 18 |
| 2010 | 14 | 39 | 15 |
| 2011 | 16 | 53 | 22 |
| 2012 | 20 | 83 | 24 |
| 2013 | 15 | 69 | 26 |
| 2014 | 23 | 85 | 31 |
| 2015 | 15 | 53 | 23 |
| 2016 | 17 | 58 | 26 |