

SORTIE MONTAGNE MARDI 07 JUIN 2016

Toujours plus fort....mais toujours plus beau !

A l'ordre du jour pour cette nouvelle sortie montagne : **ST LARY/ESPIAUBE - Col d'AZET - Col de BEYRÈDE - HOURQUETTE D'ANCIZAN.**

Allez les gars on ne lâche rien ! Il ne faut pas succomber à un farniente nocif pour votre organisme....!!!! **IL FAUT Y ALLER.** Surtout, n'oubliez pas, pensez **ARDÉCHOISE** / **ARIEGEOISE** ! le compte à rebours commence, l'échéance c'est.....demain ou presque, ne réfléchissez plus et **VENEZ !!!!!** Vous ne serez pas déçus et faites confiance à **Christian M.** qui nous promet d'abord un réveil plus matinal, un parcours un peu excitant, du soleil, du beau, du sévère, mais une journée exceptionnelle..... ! et la promesse a été tenue.....

Christian a un tel pouvoir de séduction que certains y ont cru, notamment : **Jean-Roger, Christian D., Gérard C., Gérard R., Jean-Pierre V., Jean-Pierre C. et Josiane.**

Mais, comme il est très fort, **Christian**, il a aussi réussi à convaincre les St Orennais en la personne d'**Anne, Jean-Claude, Robert et André.**

Notre Christian doit avoir la passion du vélo inscrite dans son ADN !!!!! En fait, je dis cela pour lui, mais je suis intimement convaincue qu'il n'est pas le seul !!!!!

Pour nous, cyclistes du **Nord toulousain**, même lieu pour le départ motorisé à 6 h 30 et comme d'hab nous retrouverons nos amis de **l'Est Toulousain** sur place à **ARREAU.**

Pour la circonstance, Jean-Claude notre informaticien, est venu assister au départ pour nous encourager car lui, qui suit nos circuits sur Openrunner, a sûrement compris que la journée allait être dure. C'est peut-être la raison pour laquelle il ne nous a pas envoyé le profil du circuit comme il le fait habituellement !!!!! Serait-il un peu cachotier ?



Nous voici à destination et suivant une organisation bien huilée dans les minutes qui suivent le groupe Sainto arrive.

Nous sommes sereins mais vous remarquerez que nous ne sommes **jamais en conformité avec la Loi pour la parité...!!!!** Anne, il va falloir faire quelque chose !!

Sans perdre un instant chacun se prépare minutieusement.



Tout d'abord le matériel.



dégustation du petit noir



Et surtout ne pas oublier de manger la banane pour tous les bienfaits qu'elle apporte et surtout pour garder la pêche. Ça, il le sait Christian !

8 h 30 les cyclos sont lâchés. Dès le départ la vue qui s'offre à nous est d'une grande beauté.





Nous sommes emmenés par Christian M. et le beauf en direction du Pla d'Adet. Nous sommes frais et dispos, la pente n'est pas féroce. Pour l'instant tout va bien. Après **ESPIAUBE** ça commence à sentir la montée (10 %), changement d'orientation nous prenons, à droite, une petite route qui se dirige vers le **COL DE PORTET**, ici, ça rigole un peu moins, les pourcentages deviennent plus sérieux 9 et 10 %. Cette voie, à en juger par l'état du sol et l'odeur qui agresse nos narines....., je n'ai pas encore trouvé comment mettre les odeurs dans le texte !!!!! ressemble à une zone de déjection des bovidés, plutôt qu'à une route. Attention chaussée glissante ! Effectivement sur notre gauche quelques vaches, en bordure, paissent gentiment. Nous avons l'impression d'envahir leur domaine. Elles sont là, paisibles à nous regarder passer. C'est cela, nous sommes les intrus !. Nous roulons sur un terrain que bien d'autres troupeaux doivent emprunter. On ne se laisse pas impressionner, cela nous amuse presque et continuons. N'oublions pas que nous sommes en montagne, en pleine nature ! Notre pédalage est rythmé toujours avec la même bonne humeur. Tout d'un coup, souci, le bitume disparaît par plaques, nous devons slalomer au milieu de trous, cailloux.... et au premier virage, ce n'est plus une route, c'est une piste avec toujours plus de terre et cailloux....ce qui nous bloque et nous oblige à modifier notre destination. Aussitôt arrêt général. Nous ne sommes, tout de même, pas là pour faire du cyclo-cross !!!!!



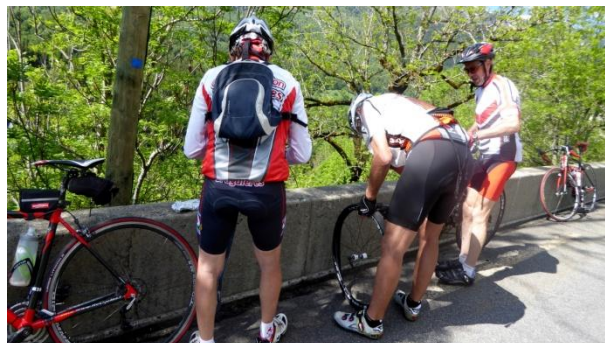
Voici l'état de la route, je dirais plutôt piste !

Nous prenons le temps d'imprimer le paysage qui est magnifique et hop ! nous repartons. Très sincèrement, je me laisserais bien aller à la contemplation mais je

suis prudente et ne veux pas prendre le risque de perdre à nouveau l'équipe, cela me ferait une mauvaise réputation, une fois c'est suffisant !!!!!



Nous rebroussons chemin et reprenons la descente pour nous diriger vers le **COL D'AZET**. Mais à la sortie de **SOULAN**, Look fait un caprice à Christian D. en éclatant une roue. Peut-être trouvait-il qu'il roulait trop vite ? Je confirme, car il m'a dépassé à grande vitesse. Ce n'est pas raisonnable, Christian D. ! Pour lui, plus de peur que de mal mais il pouvait risquer la chute. Arrêt immédiat et réparation.

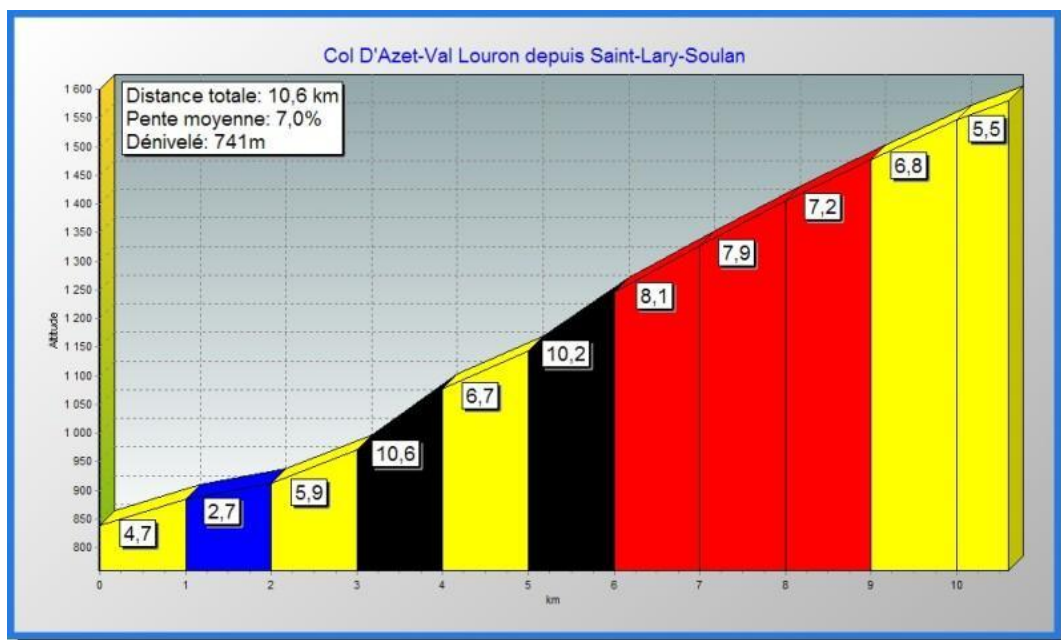


Ceci rondement mené chacun reprend sa monture et continue la belle descente jusqu'à **ST LARY**. Alors que nous nous dirigeons tranquillement vers le **COL D'AZET**, Christian M. qui est près de moi, me demande si techniquement j'ai bien travaillé la descente. Je pense qu'il y a un peu d'ironie dans sa question aussi je réponds : "bien sûr". Tu veux la preuve, la voici :



Tu as vu la technique, je suis sûre que tu n'en reviens pas !!!!!!!!!!!

Mais fini la plaisanterie **AZET** (Alt. 1580 m) nous attend au tournant, si je puis dire, et c'est maintenant le début de la longue ascension.



Comme dans tous les cols, c'est une alternance de passages délicats avec forte pente et de passages plus faciles. Et c'est une évidence, ces montées éparpillent le peloton.

Bien campée sur mon trek, à nous deux, nous ne faisons plus qu'un. La défaillance d'un seul et c'est la rando qui est compromise. Vigilance oblige. J'avance à mon rythme. Rien ne sert de courir il suffit d'arriver au bout. Les hectomètres défilent

doucement. En montagne je le dis souvent on voit le bout mais on ne voit jamais la fin ! Comme à l'accoutumée les caïds donne le tempo et s'échappent. Nous progressons tous du mieux possible et chacun suivant ses possibilités. Le dénouement est proche. En ligne de mire j'ai Christian D. et Jean-Pierre C. qui dépassent André que je rejoins et c'est ensemble que nous atteignons le sommet enchanté et enchanteur du **COL D'AZET**. L'arrivée au col est spectaculaire. Un panorama à 360°. Commentaires superflus, c'est simplement superbe. Lorsqu'on est dans la montée, on souffre, on peine mais quand on arrive en haut c'est d'une beauté à couper le souffle on a oublié tous nos efforts. C'est cela la montagne. Les visages sont rayonnants de plaisir. Séance photos incontournable. Nous avons même utilisé de la présence d'un touriste pour la photo de "famille".



Après la contemplation, nous enfilons le coupe-vent et c'est le retour à **ARREAU** par une grande et magnifique descente. Il est environ 13 h 00. La halte pique-nique se fait dans un site SNCF pourvu de tables et bancs. Le décor n'est pas terrible mais nous sommes bien installés. Pas un souffle de vent ne vient troubler la quiétude de notre repas.



Jusqu'au moment où le "coup d'envoi" est donné pour un nouveau départ. Et oui, la journée n'est pas terminée ! Pour l'après-midi figurent au programme le Col de **BEYREDE** et la **HOURQUETTE D'ANCIZAN**. Toutefois, Christian remarquant des réticences, il actionne le plan B qui présente l'avantage de deux options possibles : Soit les cols initialement prévus, soit seulement **L'ASPIN** pour les plus éprouvés.

C'est ainsi que deux groupes se forment :

Pour l'**ASPIN** : les deux Jean-Pierre, Christian D, Gérard R. et André.

Pour le **BEYREDE** et la **HOURQUETTE** : Anne, Jean-Claude, Robert, Christian M., Jean-Roger, Gérard C. et Josiane.

Il est 13 h 45, il faut y aller.



Après le repas la remise en selle est toujours difficile, les premiers coups de pédales sont raides, mais la cadence reprend vite ses droits. Quelques hectomètres sur un faux-plat et la première difficulté, tant redoutée par certains et qui ont fait le choix de l'éviter, est là. J'ai accepté, maintenant place au face à face avec **BEREYDE**. Je joue dans la cour des grands, ai-je bien fait ? L'avenir me le dira.....

Dès le départ la pente est raide, nous l'abordons avec prudence. Au cœur du village la pente devient plus sévère. Une rampe à 14 et 15%. Rapidement ou lentement, mais, nous l'avons avalée. Dans des moments comme celui là, il m'arrive de penser que j'irais presque aussi vite à pieds !!!

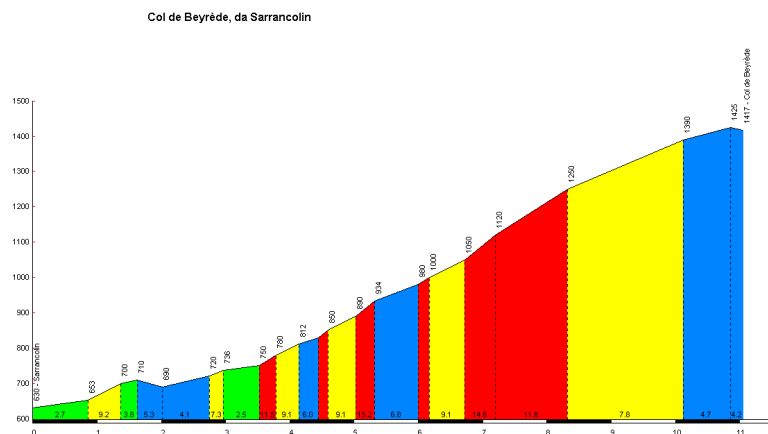


Ouf ! nous voici dans la partie la plus facile, en forêt, où nous bénéficions d'une pente à 5 et 6 %. Je suis bien entourée, mes gardes du corps ne me quittent pas, c'est très sympa. Christian a pris un peu d'avance mais revient régulièrement à notre

rencontre. Puis la pente s'accroît à nouveau. Nous nous élevons encore et toujours pour atteindre ce fichu sommet. Chacun à son niveau dompte l'agressivité de ce col en apprivoisant ses courbes. C'est une lutte permanente. Oui !!!! nous l'aurons celui là, je vous promets que nous **l'AURONS !!!** Nous avançons sans bruit dans ce décor verdoyant jusqu'au moment où le sommet est atteint. Et **nous l'avons eu !**



(Pas d'erreur, ces deux photos ont bien été prises en 2016 !!! L'appareil s'est déréglé lors de manipulations. Je l'ai vu trop tard.)

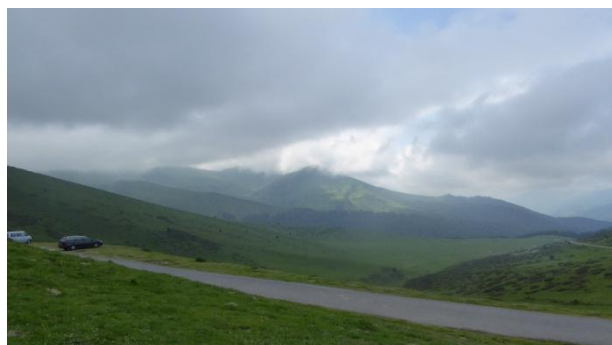


Après une descente infernale sur une route un peu défoncée nous arrivons dans une belle vallée. Une petite merveille, la nature à l'état pur, aucun véhicule, un calme sans égal..... C'est un immense plateau de haut pâturage entouré de montagnes où paissent tranquillement des troupeaux de vaches. La route s'élargit, la pente s'adoucit. Nous récupérons et profitons du paysage. Ce circuit est vraiment magnifique, un don de la nature dont la météo, finalement clémente en ce jour, nous permet de jouir sans limite.



Avec toujours plus d'ardeur, voici la dernière offensive du jour **LA HOURQUETTE D'ANCIZAN**. Nous nous retrouvons vite dans des pourcentages qui s'élèvent à chaque tour de pédales. Les jambes et les cuisses se raidissent. Déjà Anne, Robert et Gérard sont loin devant. Jean-Roger s'échappe aussi. Jean-Claude reste avec moi, me fait le point de la montée, m'explique cette fin de parcours sûrement pour m'encourager. J'apprécie. Au-dessus de nous dans les lacets nous apercevons Anne. Quand je la vois rouler avec autant d'aisance même sur ces routes à fort pourcentage ça me remue les méninges. Elle est vraiment phénoménale ! Puis les derniers lacets sont là qui ouvrent les perspectives de l'arrivée. Derniers efforts et la **HOURQUETTE** sonne le glas des souffrances.

Mais au-dessus de nous le ciel s'assombrit et la brume commence à cerner les sommets. Nous ne devons pas nous attarder. La photo de satisfaction, le coupe-vent et c'est le retour tout en descente jusqu'à **ARRAU**.



Même si ma cadence était lente, même si c'était long, même si c'était dur, comme j'aime à le dire, je me suis **RE GA LEE !!!!!** En plus, dans ces pentes raides, je pense que nous avons intensément tonifié la face arrière de notre anatomie.

Dans tout cela **NOUS**, on a été vernis pour la météo, les paysages, le circuit, la compagnie des uns et des autres.... Elle est pas belle la vie !!!!

Vers 16h30 , le **Nord** et l'**Est** de Toulouse se séparent pour regagner leur propre destination.

Amicalement.



JOSIANE

Pour finir, notre **Président soucieux d'avoir une équipe performante** nous livre la recette de sa boisson magique de récupération.

"A l'arrivée le président sort sa potion magique de récupération. Contrairement à Obélix celle ci n'est pas secrète et voici sa composition.

Dans un blender mettre dix fraises bio du jardin, trois kiwi très mûrs, une orange d'Espagne, une pêche de la région, une banane de Cote d'Ivoire, un peu de jus de pommes artisanal. Mixer le tout pendant quelques minutes et laisser au frais jusqu'à la consommation. Boire le tout avec une bande d'Amis fadas de vélo pour une récupération réparatrice". Après cela ne pas hésiter surtout à se dire "c'est pas beau la vie !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!"

P.S. - POUR PASCAL UNIQUEMENT

Pour **Ardéchoise**, Pascal, tu pourrais peut-être y penser pour ceux qui manqueraient de motivation !!!!! (lol).

.../...

