

LA BALADE A JOSÉ

Albine le 08.05.2017

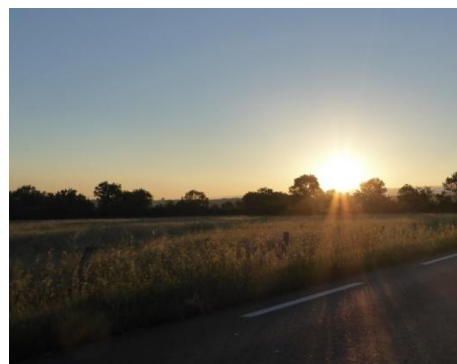
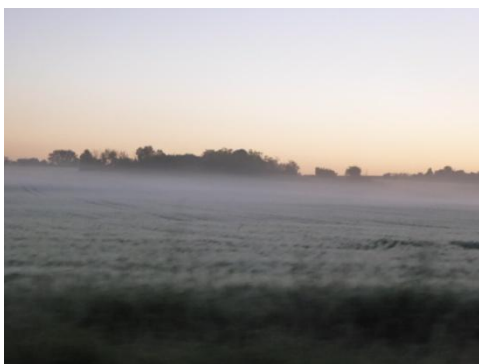
Albine le 08.05.2017

Cette année encore notre rencontre à **ALBINE**, pour **La Balade à José**, est organisée par Agnès et Jean-Marie pour les cyclistes et les randonneurs pédestres CPBistes pour une journée de plein air, de convivialité et de détente.

L'horaire de départ des cyclos est fixé à 6 h 00 du matin. Ils sont au nombre de treize : **Jean-Roger, Gérard C., Jean-Pierre V., Gérard R., Jean-Pierre C., Régis, Bernard, Rolland, Christian M., Christian F. et Josiane. Loulou et Jean-Marie** seront déjà aux Rouquettes.

Le départ pour les randonneurs est fixé à 7 h 30. Ils sont au nombre de quatorze : **Josette, Jocelyne, Marie Gloria, Sylvie Co, Sylviane, Sylvie Ca, Colette, Jackie, Corinne Nicole, Jean et Pascal. Danièle et Agnès** étant également sur place.

A l'heure dite, nous quittons la Haute-Garonne et nous dirigeons vers le Tarn. Sur la route, bien que la température soit fraîche (6, 7 et 8°), au fil des kilomètres nous constatons, avec plaisir, que les frêles rayons de l'aurore dissipent la brume laissant apparaître un timide soleil.



Une heure et demi après, sans encombre, nous investissons le domaine **Les Rouquettes**.

Nos amis organisateurs sont là pour nous accueillir avec la bonhomie et la sympathie que nous leur connaissons et comme, à leur habitude, nous ont préparé une collation

des plus révigorantes. Cet instant est très apprécié car nous savons, tous, que le circuit préparé par Jean-Marie sera aussi soigné et copieux que l'en-cas de départ !!!!

Les estomacs bien remplis, chacun se dirige vers sa machine pour les dernières vérifications.



Allez, Jean-Pierre, ça suffit les gourmandises, tu vas être le dernier !!!!!



Tout est minutieusement vérifié.



08 h 05, les départs s'échelonnent sur le petit chemin herbeux pour un regroupement sur la route à deux cents mètres du pavillon....



.....jusqu'au moment où, d'un geste auguste, le Président donne le signal du départ et le peloton s'enfuit.

Nous attaquons par cinq cents mètres (environ) de descente jusqu'à **ALBINE**. Au premier carrefour, sans transition, la route s'élève insensiblement durant cinq kilomètres, puis elle redescend vers **LACABARÈDE** et sans perdre un instant remonte jusqu'à **ROUAIROUX**.

A l'avant Jean-Marie, Maître des lieux, assure le tempo.

Pour l'instant nous progressons sans difficulté sur une route très agréable en dépit d'une température encore un peu fraîche.



Seules « mesdames » de la montagne noire sont présentes pour nous accueillir et nous souhaiter une bonne journée.



La bonne humeur est omniprésente. On bavarde, on rigole, on siffle, on chantonne même. Côté ciel, malgré quelques nuages, le soleil arrive, par intermittence, à se faufiler pour nous réchauffer. Nous roulons gentiment mais ça dénivelé encore, les fessiers quittent la selle, c'est un signe....





Notre Président, toujours très attentif à tout et à tous, remarque que dans le groupe il y a une « brebis en perdition » aussitôt il s'arrête et attend, ou mieux encore, il fait demi tour et part à sa rencontre pour la ramener vers « le troupeau ». Il s'agit de notre ami Loulou qui, par manque d'entraînement, éprouve quelques difficultés. Mais, comme son biclou le booste de plus en plus, en lui conseillant d'être très assidu aux entraînements, il va l'écouter, ainsi il rattrapera vite le temps perdu. Aujourd'hui, dans cette première difficulté, il paraît un peu crispé, mais finit par accrocher un sourire à son visage. C'est mieux ainsi Loulou !!!



A **ROUAIROUX**, petit arrêt rassemblement.



La montée se poursuit où nous retrouvons Jean-Claude, en stationnement, qui, pour la circonstance, fait office de voiture suiveuse. C'est très sympa que Jean-Claude ait accepté de participer. Nous apprécions qu'il soit parmi nous.



Ceux qui ont pris de l'avance sont déjà là, mais les autres ne tardent pas.



Voici le boss, qui reste aussi un peu en retrait pour accompagner les plus faibles.



A partir de là, Loulou et Bernard vont continuer en duo et le groupe des onzes s'échappe.

Si le cheminement proposé par Jean-Marie est verdoyant, entre futaies, forêt et prairies, toutefois quelques bosses commencent à durcir les cuisseaux.

La route se profile toujours au cœur de cette immense forêt noire où il est agréable d'entendre le chant des oiseaux.

Il est 10 h 20 lorsque nous passons la frontière de l'Hérault et faisons une pause au lieu dit **La Miellouane**. Pour nous remettre des efforts accomplis jusque là, et pour nous préparer à ceux qu'il va nous falloir encore fournir, notre bienfaiteur, Jean-Claude, qui nous bichonne, met à notre disposition un ravitaillement de choc : dattes, galettes, petites crêpes fourrées à la fraise, clémentines, chocolat, sans oublier la boisson. Comme il ne laisse rien au hasard, notre ami Jean-Claude se prépare à dresser la table, aussitôt, les garçons interviennent en rétorquant que les containers poubelles, placés à cet endroit, feront l'affaire. Jean-Marie pense, qu'avec toute l'eau qu'il est tombé les jours précédents, les dits containers sont propres.....





Tu devrais venir plus souvent Jean-Claude !!!! C'est vraiment très, très sympa de ta part et nous t'en remercions chaleureusement.

Après les agapes nous nous remettons en route.

Nous attaquons une magnifique descente vers **ST PONS-DE-THOMIÈRES** où, comme des loups affamés, nous quittons la gigantesque forêt, avides de grands espaces, de soleil et de lumière. Ça **zigue**.... et ça **zague**.... ! En un mot, ça **zigzague** allègrement, fortement parfois, avec un superbe point de vue sur la vallée et le soleil toujours au-dessus de nos têtes. Un réel plaisir !

Rolland est dans son élément il a souffert dans la montée mais maintenant il lâche tout. Il nous dira plus tard qu'il a atteint les 72 km/h. Belle performance.

Nous tous, je pense, que nous nous sommes **R É G A L É S**. Cette descente était magique. Nous avons bien fait de l'apprécier car, après avoir traversé **ST PONS**, les montées et descentes vont s'enchaîner jusqu'au village **LES VERRERIES-de-MOUSSAN**. Parfois, dans ces montées, la pente semble douce mais plus on avance, plus elle prend du degré jusqu'à se figer à 10, 11 et 12 %.

S'ensuit la traversée des hameaux de **GALINIER, AYMARD** et de la longue montée vers le **Col de SERRIERES** (678 m) que chacun attaque à son rythme.



A cet instant Rolland est sous surveillance et attendu par le boss !!!!! 😊



Le sommet atteint, une petite pause réparatrice est la bienvenue. J'en profite pour mettre tout ce petit monde « en boîte », même Jean-Marie qui parfois semble un peu réticent aux photos.



Nous pouvons repartir. Jean-Marie donne les dernières directives concernant l'orientation à prendre, car s'exprime-t-il : «**Il ne faudrait pas que la Reinette se trompe et oublie de se diriger à droite**», en faisant référence à l'année précédente....

Mon coupe vent vert m'a valu des surnoms pour le moins originaux : Baygon vert (signé Gérard C), Cetelem (Christian F.) et le dernier Reinette.

Nous partons sur un kilomètre de descente et nous enchaînons avec la dernière offensive du jour, celle qui nous conduit au **ROC SUZADOU** (720 m), mais celle-ci ne nous oppose que peu de résistance (5 et 6 %). Je suis un peu prétentieuse car c'est pas pour autant que je l'affronte en roulant à 30 à l'heure !!!



C'est ensuite la grande descente vers **ALBINE** où la prudence est de mise, car il y a beaucoup de gravillons et de petits cailloux dans les virages.

A nouveau Rolland roule à fond les manettes et double tout le monde, à tel point qu'il en oublie de tourner à gauche pour arriver au lieu dit !

A l'arrivée, dernier effort pour arpenter le coup de cul jusqu'aux Rouquettes où les randonneurs offrent aux cyclistes un superbe comité d'accueil en faisant une haie d'honneur. C'est sympa.

Il est environ 13 h 00, la boucle est bouclée avec 82 km et 1 903 m de dénivelé.

Les marcheurs ont également beaucoup apprécié leur périple. Réussite parfaite.

Toilette succincte et changement de tenue vestimentaire pour faire face à la deuxième partie de la journée.



Quel homme !
La suite est censurée !!!!!

Nous voilà tous changés, la deuxième phase de la journée peut commencer, **c'est maintenant !**

C'est l'heure de la pause gastronomique où rien ne manque ! ni le consistant, ni le liquide.... Et c'est sans une once d'hésitation, ou de remord, que nous abandonnons les bécanes et les godillots au profit d'une longue étape gourmande.

A noter aussi que personne ne revendique son droit à la sieste !!!!! 😊

Commençons par l'apéro : Whisky, Ricard, Martini on the roc, bière, Coca, eau, jus de fruits, et sa farandole d'accompagnements..... Pas mal, n'est ce pas !





Malgré un petit vent de Nord-Ouest et deux secondes d'hésitation, en deux temps trois mouvements, la table est dressée à l'extérieur. Il serait dommage d'être entre quatre murs devant un si beau décor. Face à nous, la montagne d'un côté, de l'autre la belle forêt de sapins et au-dessus de nos têtes l'astre solaire. Que demander de plus ?



Avant de commencer le repas le Président nous souhaite un bon appétit et adresse ses remerciements à Agnès et Jean-Marie ainsi qu'à tous les participants.



Sans nous faire prier, nous nous adonnons avec délice à tous ces mets savoureux concoctés par les uns et les autres. Nous prenons le temps de déguster, de bavarder, de plaisanter et d'apprécier la présence de notre ami soleil qui a décidé de ne pas quitter ce moment festif nous obligeant à arborer un couvre chef. Qui n'a pas sa casquette ???

C'est la quatrième année qu'Agnès et Jean-Marie nous font découvrir cette région et pourtant nous nous laissons encore séduire par sa magie !

Le 8 mai, Victoire historique, la Grande ! Mais aujourd'hui c'est Notre Victoire, celle de nous retrouver tous ensemble, cyclos et randonneurs, et d'avoir réussi notre journée au cœur du parc naturel régional du Haut Languedoc pour une balade :
La Balade à José !



Encore **MERCI**, à vous deux Agnès et Jean-Marie, pour toutes vos attentions et pour cette journée harmonieuse que nous venons de vivre.

MERCI également à vous toutes et tous pour votre participation.

Il est environ 17 h 30 lorsque ce petit coin de paradis retrouve son calme et sa sérénité, les véhicules ayant repris le chemin du retour vers **BRUGUIÈRES**.

Amicalement.



JOSIANE



