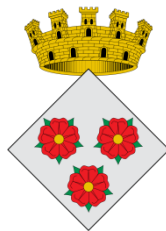


Nouvelle aventure du C. P. B. à

ROSAS

Du 06 au 08 Septembre 2019





« TOUT VIENT A POINT A QUI SAIT ATTENDRE »

Cela a pris un peu de temps mais c'est fait, notre séjour de détente en bord de mer à **ROSAS**, au nord de la Costa Brava, commence ce vendredi 06 septembre.

En voici le « pense-bête » ou, plus élégamment dit, le programme que chacun suivra au gré de ses désirs.

Bien sûr il y aura en priorité les activités sportives : vélo, marche, natation, plage. Les activités plus culturelles : visites des villages avoisinants, musées, etc. sans oublier une activité plus douce, le shopping en évitant une surchauffe de la carte bleue. 😊

Mais aussi, il y aura les agapes, les boissons, les rires et la bonne humeur omniprésente au C.P.B.

Côté vélo, car n'oublions pas qu'il s'agit de l'activité essentielle pour la plupart d'entre nous,

15 cyclistes sont prêts à sillonner les routes de la Catalogne :

Marie-Paule, Claude, Jean-Marie, Gérard C., Robert, Bernard, Jean-Pierre V., Christian F., Régis, Gilbert R., Jean-Roger, Christian M., Gérard R., Louis et Josiane.



Alors que **11 marcheurs** vont parcourir le sentier du littoral, et autre, si la forme, l'énergie et le désir sont au rendez-vous. Il s'agit de :

Jackie, Sylvie C., Monique, , Marie-Gloria, Agnès, Nicole, Colette, Sylviane, Josette, Danielle, et Jean.



Notre camp de base est à l'hôtel **MONTECARLO** *** situé dans le quartier **SANTA MARGARIDA**, avec accès direct à la mer et à la promenade maritime.



Durant ces deux jours, pas de performance à réaliser, ce qui compte c'est l'observation des paysages et le plaisir de rouler ou de marcher en groupe.

VENDREDI

Arrivés sur place suffisamment tôt, Jean et moi sommes dépités car, nous sommes accueillis par une rigoureuse tramontane qui décoiffe sérieusement. Certes, c'est du bleu et du jaune dans le ciel mais.....demain, sur le vélo, nous allons être durement secoués !!! J'ai voulu faire une tentative vers **CADAQUÈS** et me suis vite arrêtée tellement les rafales étaient violentes et suis remontée dans la voiture.

Mauvaise nouvelle aussi pour les randonneurs car nous apprenons que tous les sentiers de randonnée dans le parc naturel du **CAP DE CREUS** (prononcer Créous) sont fermés par sécurité afin d'éviter que les incendies des régions avoisinantes ne se propagent jusque là.

C'est contrariant car nous devons littéralement changer de programme. *A chaque jour suffit sa peine.* Attendons demain.

A partir de 16 h 00 les arrivées s'échelonnent. Quelques difficultés pour avoir une place de parking mais chaque voiture a trouvé sa place.

Avec Jean nous accueillons tout ce petit monde en leur conseillant de se rapprocher du comptoir d'accueil afin de retirer la clef de leur chambre. Ensuite, chacun regagne sa « suite » pour s'installer.

20 h 00, nous nous retrouvons tous au bar de l'hôtel pour l'apéritif offert par le club.



Pendant que les tables se garnissent, la Présidente nous exprime ses paroles de bienvenue en nous souhaitant un excellent week-end..... car le week-end commence ce soir.





Bien sûr nous n'échappons pas à la boisson apéritive typique de l'Espagne : **la Sangria** accompagnée de ses babilles salées. Ce breuvage est servi dans une grande potiche en terre de quoi hydrater un régiment.



Nous trinquons allègrement. A l'instant T, nous pouvons constater que personne ne souffre de rhumatisme ou autre douleur dans les bras car tout le monde lève bien le coude et c'est bien ainsi. Les folles douleurs on les oublie. Je ne citerai pas de nom, mais, même à 83 ans le coude fonctionne aussi bien que les jambes.



Les verres se vident et se remplissent. Il faut « assécher » le contenant..... mais attention !

21 h 00, nous changeons simplement de pièce et glissons dans la salle à manger pour le dîner. Grande salle très lumineuse avec de grandes baies vitrées.

A cette période de l'année la salle à manger est bondée. Nous nous installons sur les tables réservées à notre club.

Un buffet est à notre disposition avec un grand choix d'entrées, de viandes, poissons, légumes, grillades et desserts, le tout arrosé de vin rouge et rosé du pays et d'eau.



Je me demande si je ne suis pas victime des effets de la sangria, Jean en est tout éberlué 😊 !!!

Je vais quand même vous donner un petit conseil. Si, pour certains, à la fin du repas, après la sangria, le vin rouge, le vin rosé, l'environnement vous paraît flou (par exemple, comme sur la photo ci-dessous), pas de souci, vous n'aurez qu'à prendre l'ascenseur et regagner votre chambre en prenant soin de ne pas vous tromper de numéro. 😊



Mais au C. P. B. il n'y a que des sportifs et ils sont très sérieux. Quoique, chez les filles, j'ai quelques doutes, nous en aurons la preuve plus tard.... !

La salle se vide, il n'en reste qu'une.... mais oui, c'est bien elle...c'est notre Présidente qui fait preuve de péché de gourmandise. Ah le chocolat ! Imperturbable, elle racle son assiette, elle ne veut pas en perdre une miette !!!!

J'avais bien remarqué qu'elle semblait attirée irrésistiblement par la fontaine au chocolat, laquelle, je pense, en a séduit bien d'autres.



C'est repus que nous sortons faire une balade nocturne le long de la marina avec son complexe hôtelier en front de mer. Ce lieu piétonnier est agréable pour se promener, écouter la musique en se

laissant aller à une petite danse.
Il règne encore comme un parfum de vacances, jusque dans la démarche nonchalante des promeneurs le long du littoral.



Puis ce sera dodo.

SAMEDI

Ce matin **SANTA MARGARIDA**, nous sort le grand jeu : ciel bleu, soleil, **disparue la tramontane**. Un léger souffle, mais rien de méchant. C'est à peine croyable. Je n'en reviens pas. Parfois la providence fait bien les choses.

Robert, pour cause d'indigestion ou autre..... ne nous accompagne pas ce matin.

Après un copieux petit-déjeuner le rassemblement pour les cyclistes est prévu à 8 h 30 au plus tard. Le parcours du jour est un peu exigeant et le timing doit être respecté. Avant le départ, la photo de groupe et 8 h 45 les manivelles se mettent en mouvement.

Quant aux marcheurs ils bénéficient d'un départ moins précipité.



Nous nous éloignons par la belle avenue de la plage bordée de palmiers et prenons la grande route en direction de **VILAJUIGA**.



Nous arrivons au sein des terres riches de la Catalogne au village de **VILAJUIGA**. Nous marquons un arrêt avant la montée quand Loulou décide d'avancer. Je l'accompagne ainsi nous pouvons monter à notre rythme.

A partir de là, changement de braquet, la route va s'élever insensiblement durant une dizaine de kilomètres pour atteindre le col de **SAN PERE DE RODES** (Altitude 517 m). Les pourcentages sont assez réguliers 7 et 9 %, le revêtement est bon, il y a très peu de circulation. Loulou est en forme, que du bonheur !



Devant nous la route se faufile au milieu des champs d'oliviers.



Les hectomètres défilent sous nos roues. Je suis surprise de ne pas voir le groupe nous rejoindre. Je décide de m'arrêter pour les attendre en laissant Loulou continuer. Je fais une ou deux photos et j'attends patiemment, mais je trouve cela anormal.



Une voiture passe je lui fais signe, elle stoppe et le conducteur me précise que le groupe est encore en bas. Que s'est-il passé ? Enfin, je les aperçois. Jean-Pierre me précise, crevaison de Gilbert et de Claude. Me voilà rassurée. Ils arrivent les uns après les autres. Nous pouvons continuer.





Bien sûr les plus rapides s'échappent. Nous sommes éparpillés. Chacun adopte la cadence qui lui convient pour se regrouper au sommet.

Enfin le dernier coup de pédale, le sommet est atteint et nous gratifie d'un panorama simplement somptueux. Vue sur la baie d'**EL PORT DE LA SELVA** et sur la baie de **LLANÇA**.

En plus des crevaisons j'apprends qu'il y a eu une erreur d'aiguillage au centre du village. Ils ont occulté le panneau indiquant la direction San Père de Rodes, ont pris la mauvaise route et ont fait quatre ou cinq kilomètres en plus.

Petit à petit tout le monde arrive.





Dernier regard, dernières sensations et nous attaquons la descente tortueuse où la route, il y a encore quelques mois était dans un état désastreux, aujourd'hui c'est un billard. Ce qui nous permet de jouir du paysage qui est superbe.

Voici **EL PORT DE LA SELVA**. Petit arrêt regroupement et nous partons affronter la montée vers **CADAQUES**. Insensiblement la route se cabre gentiment et n'en démordra pas durant une dizaine de kilomètres mais à des pourcentages plus doux que dans le San Père.



IL est 11 h 20 nous arrivons, de façon espacée, au carrefour où nous allons basculer vers **CADAQUES**, si le temps le permet, car nous devons respecter l'horaire du déjeuner qui est servi jusqu'à 15 h 00. Nous sommes tous là, sauf Loulou qui est peut-être fatigué car il manque d'entraînement.

Maintenant, nous avons une décision à prendre. Soit descendre jusqu'à **CADAQUES** et continuer jusqu'au **CAP DE CREUS**, 26 km en plus aller retour, mais la balade vaut le détour, soit retour à **ROSAS**.



La décision est prise nous faisons deux groupes. Les plus performants attendent Loulou afin de savoir s'il souhaite continuer ou non, pendant que les autres commencent à descendre pour gagner du temps. Et c'est parti pour le premier groupe.

Cette descente est belle. La route est magnifique, les larges points de vue le sont tout autant. Un régal.

Loulou ayant décidé de rentrer, nous voilà, à nouveau tous ensemble, en direction du cap.

Nous roulons sur une voie étroite avec une succession de montées plus ou moins longues et pentues, pas difficiles mais pour moi un peu casse pattes. En plus le vent qui a été relativement faible durant notre parcours se montre, ici, plus agressif mais sans plus.

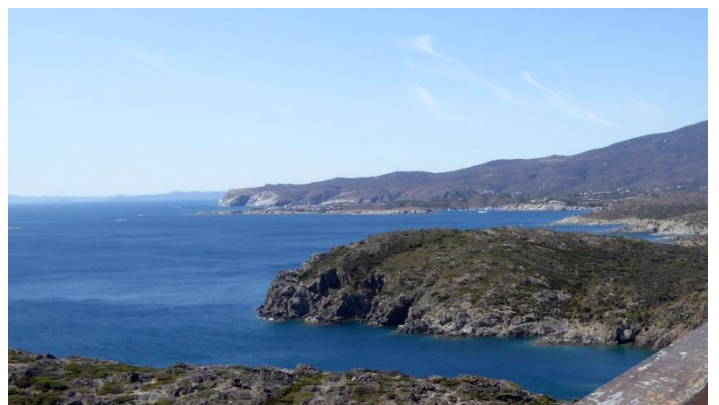
Plus nous avançons, plus le paysage est bardé de nombreuses criques où le bleu de l'eau contraste avec la couleur des roches. C'est beau !

La route serpente au milieu d'un décor de plus en plus rocailleux, sauvage et aride.

Le dénouement est proche et nous atteignons l'objectif enchanté et enchanteur du **CAP DE CREUS**.



C'est une magnifique vitrine qui s'offre à nous. Nous posons le cycle, nous laissons errer notre regard sur la grande bleue et le chapelet de criques qui l'entourent. Nous en prenons plein les mirettes. Il est des lieux qui fascinent, je pense que celui-ci en est un.



Le saviez-vous ?

« Salvador Dali est en grande partie responsable du fait que cette zone du front de mer catalan soit restée intacte. Il en a fait la réputation, mais a également permis que les promoteurs immobiliers ne s'emparent pas de cette zone côtière si atypique ! »

Il est temps de penser au retour. Il va falloir mouliner avec la belle montée (5 km) qui nous attend pour revenir de **CADAQUES** au carrefour.

La route est bordée de figuiers de barbarie ou de grosses figues trop mures se sont détachées et se sont écrasées ponctuant le sol de tâches rouges.



La fatigue se fait sentir, j'avance du mieux que je peux tantôt dans la roue de Jean-Pierre, tantôt dans celle de Jean-Roger. Mes deux gardes du corps me parlent, me chahutent un peu, me chantent des chansons pour me donner du courage mais cela ne me fait pas avancer plus vite. Je ne voudrais surtout pas qu'ils soient privés du déjeuner si nous arrivons trop tard. Puis, enfin, voilà le fameux carrefour où tous les autres nous attendent. Sans m'arrêter je continue. Encore deux ou trois kilomètres en faux plat et ensuite c'est une belle descente, très roulante où l'on se laisse griser par la vitesse. Il faut tout de même rester prudent car en septembre il y a de la circulation.

13 h 50 nous voici à l'hôtel. Nous n'avons plus le temps de prendre une douche, tant pis, aussi nous « fonçons » prendre notre repas.

Je regarde mon compteur il est grimpé à 1485 m D+ pour 74 km.

L'après-midi étant libre chacun va l'occuper au gré de ses envies. Il en sera de même pour la soirée.

Nous nous retrouvons tous à 20 heures, bien pomponnés, pour le dîner. Ainsi s'achèvent les activités diurnes pour laisser place à l'activité nocturne qui sera réparatrice.



DIMANCHE

Côté météo, ciel plus nuageux, la température est douce et dame tramontane n'est pas revenue. C'est parfait. Nous avons beaucoup de chance m'a dit la responsable des réservations à l'hôtel car souvent cela dure plus de trois jours.

Notre randonnée d'aujourd'hui traversera des paysages radicalement différents. Nous allons parcourir la campagne catalane.

Le petit-déjeuner englouti, l'horaire est respecté. Robert, requinqué, est parmi nous. Loulou, victime d'une petite chute hier soir, déclare forfait. Le départ est imminent.



Nous partons dans la même direction que la veille. Nous passons **VILAJUIGA** et roulons toujours sur la G610 avec très peu de circulation à cette heure de la journée.

Nous enchaînons où côtoyons les villages de **GARIGUELLA, RABOS, ESPOLLA, ST CLEMENT SESCEBES, CAPMANY**. La route glisse au milieu de vignobles et d'oliveraies.

Quelques arrêts, pour se rassembler, sont nécessaires car la route toujours en ondulations est fatigante pour les jambes en manque d'entraînement.



Puis la végétation change et devient plus méditerranéenne.

Nous traversons la nationale qui va vers **FIGUERAS** et nous empruntons à nouveau une petite voie où de montées en descentes nous arrivons à **DARNIUS**. Dans cette contrée c'est la rencontre avec les forêts de chênes-lièges.

Par ici nous devons déployer un peu plus d'effort car certaines bosses sont à 8 et 9 %.



Nous arrivons à « l'embassament (réservoir) de **DARNIUS-BOADELLA** qui est situé sur la rivière **MUGA**.

Un arrêt est obligatoire pour jouir de la vue sur le lac avec en toile de fond le maître dominant : **LE CANIGOU** entourée de sa suite Pyrénéenne.



Après la photo souvenir, tous en selle pour une descente sympa vers **BOADELLA**. Nous traversons la Muga et ainsi de village en village nous arrivons à **PERALADA**, charmant village médiéval, où les cigognes se réfugient en hiver. Les nids sont vides, elles ont migré vers d'autres cieux.

Nous continuons notre périple qui va prendre fin dans quelques kilomètres lorsque petit bémol à **CASTELLO D'EMPURIES** nous perdons la moitié du groupe. Beaucoup de voitures à l'entrée du village et pour cause c'est la fête. Au rond-point le groupe à l'arrière ne voit pas notre bifurcation et prend la mauvaise route. Ce n'est pas très grave car une dizaine de kilomètres après c'est l'arrivée.

Bilan de la matinée : 88 km pour un dénivelé de 675 m.

Au garage à vélo Gérard C. pas content a poussé son « coup de gueule » car il n'accepte pas que personne ne se retourne pour suivre ce qui se passe à l'arrière du peloton. Heureusement il n'est pas rancunier !!!

Arrivés à l'hôtel, étant donné que nous n'avons plus les chambres nous pouvons prendre une douche au SPA qui est mis à notre disposition ou alors aller à la douche sur la plage ce que font nos deux Christians.



Maintenant, avant le déjeuner, propres et jolis, ils sont en droit de demander :

"Una cerveza por favor !"



Quant à ces dames que je croyais sérieuses..... regardez les !!!!!

Le **MOJITO** et le **SPRITZ** elles adooooooooore !!!!!



Pour que ça descende plus vite Josette utilise 2 pailles ! Vous avez vidé combien de verres ?????

Et encore, et encore..... elles sont insatiables !!!!!



Bise les filles.

Est venu le moment de conclure car le week-end touche à sa fin.

Un week-end qui nous a comblés de soleil (pourtant vendredi c'était pas gagné), d'amitié, de délices et quels panoramas !

Au final la météo et les paysages catalans ont pleinement participé à la réussite de ce séjour mais, également et surtout, grâce à la bonne entente qui règne au C. P. B..

Nous avons tout bien descendu..... le « **SOLIDE** », le « **LIQUIDE** » et les **ROUTES PENTUES** !!!!!
la Présidente peut être fière de nous.

Encore un séjour qui ouvre la perspective de nouvelles aventures.

BISES ET MERCI A TOUTES ET A TOUS.

 *Josiane et Jean* 

P.S. - Pour les personnes qui se sont interrogées.

ROSES/ROSAS

*« Le nom en espagnol dérive lui-même du terme catalan. Dans leurs graphie contemporaines, les deux formes signifient « roses », fleur récemment ajoutée au blason de la ville. Les termes - « *Roses* », « *Rosas* » - sont utilisés dans leurs langues respectives. « *Roses* » est le toponyme officiel du lieu depuis 1978.*

*Il n'existe pas d'usage particulièrement défini en français. Les deux formes — *Roses* et *Rosas* — sont utilisées, avec une prononciation française. »*

