

TRACES DE CRAMPONS

Infos A.V.S. - Edition Spéciale Lolotrip 2010 -
Le Journal de l'info sur Canal VTT



LOLOTRIP 2010 : INCURSION BRETONNE EN PAYS CATHARE

Préambule

Bizuth à l'AVS, j'avais entendu parler des trips avec un mélange d'envie et de crainte aussi. Est-ce que je serai au niveau, comment me préparer, comment m'équiper, autant de questions qui me hantaient. Heureusement, l'AVS c'est aussi l'esprit club et les conseils ne m'ont pas manqués.

Je remercie donc tous les riders qui ont su trouver les mots pour me rassurer et m'intégrer à l'équipe de fous furieux qui allaient s'attaquer à cette LOLOTRIP.



Ne pas oublier
une nourriture
saine et
équilibrée



et surtout
ménager son
spad

POUR TENIR LE COUP LORS D'UNE LOLOTRIP IL FAUT :



Ne pas négliger le sommeil



une préparation d'athlète



un équipement à la hauteur



Va falloir se réchauffer, les gars ...



Notre gîte, c'est pas du placo !!



Lolo acte I, t'as vu ta tête, t'as eu peur, hein cousin !



Lolo acte II, tu t'en sors bien, veinard !

Acte I scène 1

Levé 3h00, finir les paquetages et me voilà parti pour le rendez-vous de 4h00 chez le président où je retrouve la fine équipe prête à en découdre avec Carcassonne et ses petits vallons. On entasse les vélos, les sacs et les bonhommes dans les voitures et nous voilà en route pour 7h00 de trajet pour rejoindre notre camp de base à Malves-en-Minervois.

Après une première partie sans histoire, bercée aux rythmes des assoupissements de chacun, le cortège, composé de Christian, Zolive, Sergio Jean, Vomito, Cyril et moi d'un côté, Dimitri et Lolo de l'autre, se réveille au rythme des talkies-walkies (storno) et des chansons qui ont le mérite de conserver la vigilance de Christian, notre chauffeur.

Nous avons ainsi pu découvrir les vocalises du tom-tom du jour, Zolive et de ses crêpes aux champignons.

L'arrivée à Malves s'effectue sous un ciel lourd et menaçant, mais qui nous autorise le pique-nique dans le parc du château qui sera notre hôte pendant 4 jours. Attention : A l'AVS, pique-nique ne rime pas avec triste. Quelques boissons légèrement alcoolisées (nous sommes des sportifs tout de même !) nous permettent de lutter contre les rigueurs d'un froid anormal pour la saison.

Sans prendre le temps de se changer, Lolo prend des risques sur la première descente du trip, celle du toboggan, qui lui procure de vives émotions.

Après prise de possession de nos logements, une vaste salle commune, nous endossons notre équipement de super-vttiste pour démarrer une première reco autour du village d'Aragon.

Le départ est épique. 50m de descente et voilà à nouveau notre Lolo cul par dessus tête, la faute à un arbre couché en travers.





T'y es beau, mon Cyrille!



Et hop, les gars, facile



facile, facile ... Il en a de bonnes lui !!



regarde Arnaud, j'ai bien appris ...

Acte I scène 2

Le pire est évité, de grosses pierres attendaient notre cousin de pied ferme mais Lolo s'en sort in extremis. Ca c'est fait, on connaît déjà le porteur du maillot rouge du jour.

Quelques réglages sur l'exploitation du road-book et nous voilà partis sur des chemins ludiques avec quelques coups de cul. La pluie vient refroidir momentanément notre enthousiasme mais le plaisir de rouler et d'être ensemble est plus fort.

Quelques chemins en encorbellement et au détour de l'un deux, une petite table de saut tend ses planches à nos téméraires du jour.

Dimitri, Sergio et Lolo sautent tour à tour. Zolive nous agrmente d'un superbe refus, dans une figure de style toute remarquable.

Le storno est de nouveau à la fête et on entend des canards suiveurs, coïncoin, tandis que les psychopathes

riders commencent à envahir les ondes.

La pluie finit par démissionner.

Une dernière sente, en dénivelé légèrement négatif, nous permet de piloter à fond, avec quelques sauts et nous terminons notre boucle, fatigués mais heureux.

Une aire de lavage nous tend son tuyau, on refait une beauté à nos spads et on enfourne les hommes et les montures dans les camions pour un retour au gîte.



Putain, elles sont où les remontées?



La fine équipe, manque Dim à la photo



C'est sept heures et quart l'heure du ...



Pas trop haut le bras, président



A table



Le maillot jaune en roue libre

Acte I scène 3

Retour au gîte, douche puis apéro-débriefing. Les consignes avaient été claires avant le départ : ne pas oublier ...la bibine.

De chaque paquetage sortent des bouteilles et de quoi grignoter, pas de doute on voit qu'on a affaire à des habitués des Dominator et autres trips.

Le président, malgré son bras en convalescence, a tenu à nous accompagner. Il est tour à tour chauffeur, organisateur, GO, pilier de bar, mère poule. Grâce à lui, malgré le retard (+ de 2h) sur l'horaire, les cuisines sont encore ouvertes pour le repas .

Le dîner est à la hauteur de l'accueil et le vin, rosé ou rouge, est fort apprécié des convives. On mange bien dans le coin !

L'attribution des fameux maillots jaune et rouge (une cérémonie qui

devrait motiver chaque avéssiens à participer aux trips) récompense Lolo en jaune (et la chute alors, y'a pas de justice) et Jean en rouge qui, malgré le rythme de ouf, a tenu jusqu'au bout de cette première journée.

En bonus, la bise de notre hôtesse Lise récompense les héros du jour, ce qui donne des idées aux autres riders pour le lendemain.

Séance photos, nouvelles(s) tournée(s) et le lit accueille ses héros fourbus. Quelques phénomènes sonores viennent agrémenter une nuit qui se déroule finalement sans accroc.



C'était écrit, pourtant ...



De vraies
têtes de
vainqueurs

Acte II scène 1

Levé 8h00, petit-déjeuner 8h30 et nous voilà partis mettre les vélos en état d'affronter la grosse journée qui nous attend. Au programme : beaucoup de dénivelés pour une boucle de 60 km. Avec le recul je me dis que personne ne s'est rendu compte de ce qui nous attendait exactement. C'est donc en toute innocence et inconscience que nous débarquons dans le joli village de Moux, qui comporte la particularité de ne pas avoir un seul troquet. Inconcevable pour nous autres, Bretons.

Un signe fort nous prévient pourtant dès le départ, en longeant le cimetière. Mais emportés par notre folie, nous décidons de l'ignorer et nous attaquons notre première montée de la journée. Après 4 km, c'est la bifurcation vers une petite boucle ludique avant la montée vers le sommet du roc gris, 10,6 km à flanc

de montagne. En haut, un superbe panorama s'offre à nous et nous empruntons la route des crêtes sous un vent fort. Les riders psychopathes de l'équipe tentent des sauts mais la retombée s'effectue sous l'action du vent à quelques 40 cm au moins du lieu prévu. Vu l'aplomb qui guette le moindre faux-pas, on va se calmer.

Suit une descente homérique dans une trace herbeuse à fort pourcentage avant un balcon pierreux qui nous ramène à la route. Merci les freins, ça a chauffé.

Un peu de route et de pinède nous amène au très joli village de Lagrasse. C'est la pause déjeuner à l'ombre du vieux marché.

Nous lâchons Sergio en délicatesse avec son coeur (esprit club, quand tu nous tiens ...) et nous appelons l'hélicoptère (allô, allô, Christian) pour l'évacuer. Et c'est reparti, on va tous mourir ...



Malheur aux psychopathes riders ...



On est facile, les gars, au km ...4 !



La route des Crêtes



Lolo, pleins gaz ...



boucle ludique



Lagrasse



La pause méritée



Mater le panorama

Acte II scène 2

Pendant que nous souffrons sur nos montures, le Président et Jean s'offrent une belle balade dans la cité de Carcassonne.

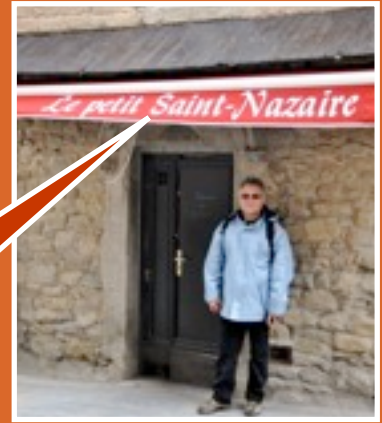
Au programme : monuments, flânerie et souvenirs. Jusqu'à ce qu'un coup de fil ne les rappelle à l'ordre : évacuation d'urgence demandée !

Le temps de sauter dans le véhicule et voilà nos deux compères qui volent au secours de l'ami Serge, prisonnier dans le village de Lagrasse.

Mais loin de se faire du mouron, ils en ont profité tous les trois pour visiter l'un des plus beaux villages de France et pour conter fleurette à la belle potière du coin.

Heureusement que traces de crampons n'est pas diffusé à vos femmes les gars ...

de



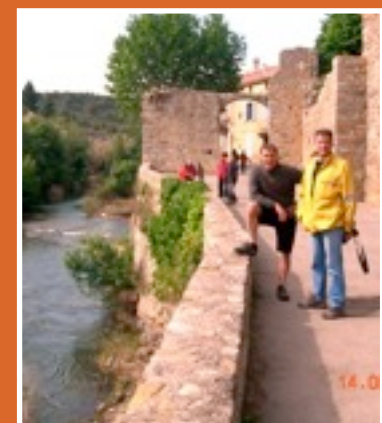
Eh oui tu l'as cherché



ciré jaune + bière = breton !!



la belle potière



Eh ben Serge, ça va mieux!



Y'a pas à dire, Carcassonne, c'est quand même plus grand que Guérande

Acte II scène 3

Pendant que nos trois compères draguent ferme, nous reprenons notre route en, dixit le road-book, «grimant à gauche sur la colline». Oh la misère, un raidillon très long qui nous fait prendre 250m de dénivelé sur 2km. Sur le plateau, notre boulet, Lolo, nous montre une nouvelle fois ses talents de perceur.

Un arrêt au stand et c'est reparti en empruntant un superbe chemin caché dans les fourrés, une ascension irréaliste de toute beauté. S'ensuivent la traversée de Montlaur, de nouvelles ascensions qui achèvent les organismes bien éprouvés et la totale, une descente dans des pierriers où rien n'est plus instable.

L'arrivée à Moux s'effectue avec le sentiment du devoir accompli mais aussi avec des souvenirs pleins la tête. On t'a vaincu, squelette.

Une nouvelle fois, notre président nous ramasse à la petite cuillère et nous ramène tous au logis.

Les maillots du jour sont attribués à l'issue d'un repas englouti par des estomacs affamés.

Deux nouveautés à noter : Attribution des maillots par un vote de tous, à bulletin secret et l'attribution du fameux maillot blanc, oublié la veille, récompensant notre saint-Bernard du jour.

Même Zolive m'a chipé le rouge, tout ça pour avoir la bise de Lise, ce n'est pas très urbain.

Les visages sont marqués par l'effort (voir photos) mais il nous reste un peu d'énergie pour prendre l'apéro (oui après le repas, je sais, mais on est à l'AVS), voir le diapo photo et nous diriger vers nos sacs de couchage où nous n'avons pas eu à attendre longtemps le passage de Morphée.



Vue du plateau



L'AVS est un club de potes, pros de la pédale



photo de famille



le raid, c'est dur ...



Lolo, c'est quoi cette position ???!



tu veux un coup de masse ??



Aldo Lolo



les vainqueurs du jour



Le box de nos montures, en voûte pierrée



l'équipe du jour, dim à la photo



On les sent bien complices



Vomito, heureux d'être là

Acte III scène 1

Un nouveau jour se lève sur Malves et le programme du jour est simple : 21 km d'une sortie d'enduro.

El mécano a encore frappé et nos montures nous attendent dans le box, prêtes à en découdre. Nous partons à 6, laissant l'ami Sergio en compagnie de notre président et de Jean.

Destination du jour : le village de Cítou. Le départ est tranquille et nous montons sereinement sur route puis sur sentier, pendant 6 km avant de débiter les hostilités. Le message est clair : Pas de risque inutile, on a perdu assez de monde comme cela (Jean le premier jour, Serge la veille), on y va doucement.

Aussitôt la bande de furieux s'élançe dans un petit sentier, à tombeau ouvert, manette des gaz ouverte à fond.

C'est là, dans la trace qui suit un ruisseau en contrebas, que j'apprends le secret des avéssiens. La manette

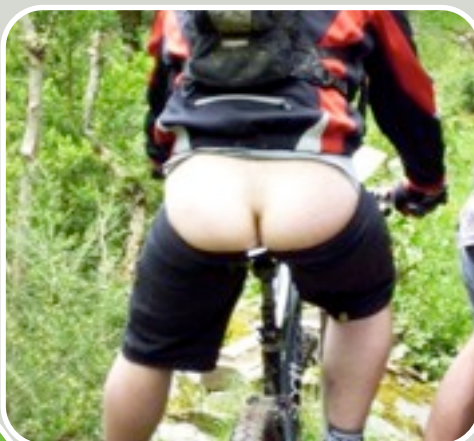
overboost, (en anglais : flatulence) qui se situe au niveau du postérieur et qui d'une impulsion te propulse vers l'avant avec une force inimaginable.

Quelques collègues me font une démonstration en payant de leur personne, effectivement c'est impressionnant.

Olivier-vomito est l'un des plus prolifiques utilisateurs de cette manette et nous décidons que l'an prochain serait créer un nouveau maillot, blanc devant et marron derrière, pour récompenser les plus ardents utilisateurs de ce secret jalousement gardé.

Je sens (dans les deux sens du verbe) maintenant que, ce secret m'ayant été révélé, je fais pleinement partie du club.

Après ces 3 km de descente, c'est la halte déjeuner, dans un décor fantastique



L'overboost, le secret percé de l'AVS



Zolive à fond



La cafétéria

psychopathes riders



C'est bien le canal du midi



VTT-amphibie



le van



Limité à 70 ? Prétentieux!!!

Acte III scène 2

Nos trois compères ne sont pas restés inactifs. A la suite du Président, ils ont enfourché également leurs montures pour aller chasser les mamies, le long du canal de Nantes à Brest du midi.

Qu'ont-ils faits exactement, nous nous perdons en conjecture tellement leur récit fut confus.

Nous avons retrouvé des photos qui parlent d'elles-mêmes. Nous pensions être dans un club sérieux, quelle déception.

France, tout fout le camp!



Serge est à droite, pour ceux qui ne voient pas bien

A l'AVS, on ne plaisante pas avec l'heure du repas





Cherche pas ailleurs, c'est bien lui le meilleur!



Cyrille, quel talent !



Zolive, à l'aise



Noter les pneus rouges de Lolo, les pneus spécial trip

Acte III scène 3

Pendant que les crosseux mangent au bord du canal, les vrais riders reprennent la route.

Pas pour longtemps car Dim le boulet perce, l'occasion pour lui de nous montrer ses talents de ...pompeur.

Un passage en pinède puis des grimpettes rocailleuses nous amènent au bord d'un beau belvédère d'où nous entamons une belle ascension sur une large piste forestière.

Au col, nous attend une fantastique descente, «le sentier du château» qui doit nous ramener à notre point de départ, Citou.

Ce sentier, fait de marches et d'épingles, passe également par les ruines d'un vieux château surplombant le village.

Lolo s'élançe en tête, suivi de Cyrille, Zolive, Vomito, moi, Dim clôturant la marche. Pour que tout le monde en profite un maximum, nous décidons de filer droit et de s'arrêter à mi-parcours.

C'était sans compter sur Dim. Me laissant 1 minute d'avance, il me rattrape en deux temps trois mouvements, avant de me laisser à nouveau partir devant. C'est à ce moment qu'un cri m'annonce la nouvelle : Dim-la-crevaision, le retour. Boulet, je vous dis.

Plus bas, nous retrouvons nos 4 compères, fort occupés à jouer à «Question pour un psychopathe rider».

Nous reprenons notre chemin pour filer cette fois-ci jusqu'au village où nous bouclons les 22km de la rando des six trous.



Dim, bien en arrière de la selle



Vomito, le rocher facile ...



A qui appartient l'arrière-train aperçu quelques photos plus haut?



On est beau, c'est tout !



Le geste auguste du professionnel



J'en ai marre, je file ma dém, ils vont me tuer ...



Et oui, allez, une pensée pour ceux qui ont manqué ce trip

Acte III scène 4

Le retour s'étant effectué relativement tôt, nous décidons d'aller visiter une cave, c'est bien le minimum quand on s'intéresse à l'histoire et à la culture (du raisin) de la région visitée.

Direction donc une petite cave à quelques kilomètres du gîte où rapidement, l'AVS prend les commandes des opérations puisque, Zolive derrière le comptoir, se charge de nous faire goûter les différents vins proposés par la patronne.

Après avoir chargé le fourgon de quelques caisses, direction Carcassonne sous la direction de nos guides Président et Jean où après une balade découverte (c'est à peine plus grand que Guérande après tout !!...) nous finissons dans un petit resto où

pour ma part, j'ai pu déguster un cassoulet local.

Retour nuit tombée, qui a vu el Mécano sauver des eaux une petite abeille condamnée à la noyade.

Ce n'est pas qu'un gros malade de la vitesse, un psychopathe rider, y'a un coeur aussi quelque part au fond.

Après avoir fini les fonds de bouteilles (rien ne se perd), la fameuse bataille de polochon a quand même clos cette belle soirée.

Malgré notre position neutre, Président, Jean, Zolive, Sergio et moi avons été les victimes collatérales de tirs sporadiques.

Ce qui me fait penser que même au lit, comme cela, le port du casque est vivement recommandé.



Et une pensée pour notre Marc national

Riiiiiiiiideeeeeer



On est sobre, juré !

Acte IV scène 1

Aujourd'hui, c'est le dernier jour. Pour bien fêter cela, descente marathon.

Le départ s'effectue du Pic de Nore, altitude 1200 m. Ce sont notre Président et l'ami Jean qui, une nouvelle fois, sont mis à contribution pour emmener la troupe au sommet avec le camion, le retour s'effectuant directement par la route jusqu'au gîte. Sergio, bien remis de ses émotions, est à nouveau des nôtres.

Le timing étant serré, nous décidons de nous lever plus tôt qu'à l'accoutumé pour être prêt à 9h00 au sommet. Le départ s'effectue sous un ciel couvert, avec une température extérieure de 4°C. Bien, mais à l'arrivée là-haut, la température n'est plus que de 1°C, avec une grésille humide qui vous transperce jusqu'à l'os. Tout cela en plein mois de mai!

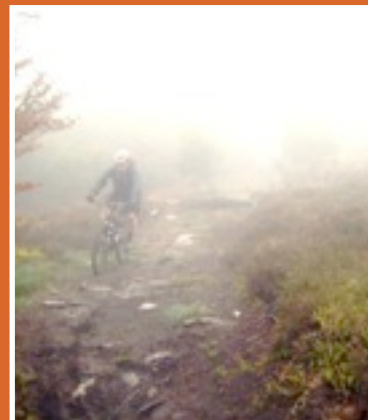
En mai, fais ce qu'il te plaît, et nous ce qu'il nous plaisait à ce

moment là c'était de partir le plus vite possible. On enfourche les chevaux et nous voilà partis dans la brume.

Dés les premiers hectomètres, on est vite réchauffé. Après une voie large et caillouteuse, on enchaîne un single en forêt et on attaque les blocs rocheux qui s'offrent aux amateurs de sauts. Sur notre droite, on aperçoit la piste de DH.

Après 3 km de pur bonheur on rejoint le lac en contre-bas. Une erreur d'orientation vite corrigée et on enchaîne la montée vers le pas de Montserrat en empruntant une ancienne voie romaine, en fait de nos jours le lit d'un ruisseau, jusqu'aux éoliennes.

Après une belle descente sur roche glissante (prudence de mise) et en refermant les barrières des champs traversés pour ne pas laisser échapper les vaches, on arrive au pas de Montserrat.



Feux anti-brouillard de rigueur



Mais à qui appartient cet auguste postérieur ?



Descente marathon = les doigts dans le nez



Dicton : là où l'AVS passe, les troncs trépassent



Pic de Nore
16/05/2010
altitude 1200m
1°C

Le pas de Montserrat



Acte IV scène 2

Devant nous, c'est un magnifique panorama, le pas étant situé à la jonction de deux combes. La vue sur la vallée est superbe, nous sous les nuages et là-bas en contrebas sous le soleil.

On enchaîne avec une piste qui nous mène sur un singletrack dans les fourrés, dans lequel Zolive va manquer de constituer la victime du jour. On arrive alors dans le village de Trassanel, Lolo manquant de peu une belle sortie de route.

Le chemin nous mène ensuite sur un coup de cul que le héros du jour, Cyrille, est le seul à avoir pratiquement monté sur le vélo. Quelles jambes de feu ce Cyrille!

On rejoint le village de Marmorières. Un petit sentier bien technique nous conduit jusqu'à Limousis.

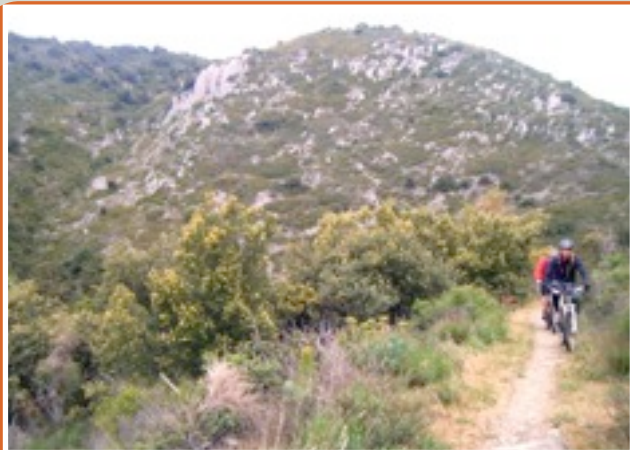
Nouvelles descentes et hélas, nouvelles montées qui nous amènent

jusqu'au cimetière des éoliennes, endroit complètement ahurissant où sont entreposées des pièces d'anciennes éoliennes démontées, qui attendent là leur sort.

Une piste permet de vérifier que Vomito, en délicatesse avec son frein arrière depuis quelques kilomètres, a totalement perdu confiance en sa monture qui renâcle et finit par le mettre à terre d'une belle ruade. Pas facile les vélos sauvages!

Notre boulet du jour s'en sort bien et c'est l'arrivée à Villegly puis par la route, à Malves. Les gros bras attaquent dans les derniers hectomètres histoire de finir cette trip dans les meilleures conditions.

Grâce une nouvelle fois à notre Président, le repas du midi, non prévu à la base, se greffe sur le menu réalisé en l'occasion d'un vide-grenier. Des frites maison et des saucisses calent les estomacs.



Ce n'est pas un terrain de jeux de crosseux, ça monsieur !



Finalement, cette descente, Lolo ??



Votre serveur, plein les pattes



L'épave (non pas Dim, l'éolienne!)



Lolo en plein saut ...



...imité par le Zolive

MOT DE LA FIN

Le retour n'est qu'anecdotique, malgré les déconnades avec les storno et les traditionnels bouchons de Bordeaux. Nous sommes tous rentrés avec beaucoup de souvenirs pleins la tête et aucun trace de crampon n'en pourra en rendre ne serait-ce que le dixième.

La LOLOTRIP en chiffres :

1272 : km aller/retour St Nazaire-Malves en Minervois soit 14h00 de trajet

9 : le nombre de psychopathes riders présents sur cette trip et revenus en un seul morceau

162 : le nombre de km parcourus sur cette trip en 14h

4500 : le dénivelé en mètres franchi lors de nos sorties

15 : le nombre approximatif de bouteilles descendues lors des apéros, toutes bouteilles confondues

4 : le nombre de circuits réalisés, XC, enduro, descente

10 : le nombre de VTT. Eh oui, vous avez oublié le mulet, il y a toujours 1 mulet

2598856 : le nombre approximatif d'images que nous avons en tête

REMERCIEMENTS

A Lolo : Après tout, c'est sa trip

A Dim : pour avoir préparé les circuits et servi de guide et de mécano. Cherche pas ailleurs : c'est **lui** le meilleur!

Au Président : pour avoir, malgré son épaule en vrac, tenu à nous accompagner et avoir rempli le rôle ingrat d'intendant qui nous a permis de profiter entièrement et égoïstement de ce trip

A Jean : pour avoir accompagné notre Président. Certains moments de leur visite de Carcassonne restent flous, nous espérons en savoir plus un jour.

A Lise notre hôtesse : pour le formidable accueil et les casse-croûtes du midi qui donnent envie de revenir

A nos spads : pour nous avoir toujours ramené entier à l'écurie, malgré les mauvais traitements que nous leurs avons infligés

A tous : pour la bonne humeur manifestée lors de ce trip, qui a participé à sa réussite

Je laisse le mot de la fin à Lolo :

Cette trip avec vous les gars, ... c'était vraiment du loisir !



Dim el mécano



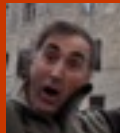
Lolo



El président



Ozolive



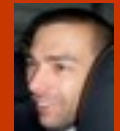
Sergio



Jean



Olivier vomito



Cyrille



Marco

TRACES DE CRAMPONS

Spécial Lolotrip 2010

En direct de Carcassonne