



Editorial

LE COMITE DIRECTEUR DU CRA

En avril, la saison cycliste a déjà repris ses droits. Après les manifestations réussies à St Lieux les Lavar puis l'ouverture de la ligue et la journée Albert BURES à LAVELANET (09) suivies de l'ouverture du CODEP 81 à Castres au parc GOURJADE très bien organisé par nos amis du CC CASTRES.

Le 18 mai, ce sera notre événement phare avec la randonnée en Albigeois. Cette année le casse-croute et le repas de midi se dérouleront au même endroit, à la salle des fêtes à CAHUZAC sur VERE.

A suivre, les cyclo-montagnardes, les randos des autres clubs, et le déplacement pour la Semaine Fédérale à St POURCAIN sur SIOULE pour 60 Cyclo Albigeois qui tiendront le stand COSFIC 2015 au village fédéral afin de distribuer le magazine et faire la publicité de notre SF 2015.

Nouveauté, le Président du Marathon d'Albi met à notre disposition un stand pour le COSFIC 2015 le samedi 26 Avril 2014 sous le barnum des remises de dossards au stadium.

Le secrétaire JPE

Sommaire

- P1 → Editorial
- P2 → Randonnées début de saison
- P3 → Loto 2014
- P3 → VI Féminin à St GAUDENS
- P4 → Randonnée en Albigeois
- P5 → Circuits 2014
- P6 → Séjour Ascension en Ariège
- P6 → Cyclo-montagnardes 2014
- ANX 1 → Newsletter N°3

N°11

Avril 2014

Bulletin du Cyclo Randonneur Albigeois

Rédacteurs : Les membres du club. Responsable de publication : Joelle PAILHOUS

Randonnées de début de saison

Point Café à St Lieux les LAVAUR :



Le dimanche 16 Février 2014, 10 cyclos du CRA ont participés au point café de ST Lieux les LAVAUR. Très bonne organisation sous une météo mitigée.

Journée Albert BURES à LAVELANET :



10 cyclos du CRA étaient à LAVELANET (09) pour la journée Albert BURES et l'ouverture de la LIGUE. Après un départ décalé à partir de PAMIERS, nous avons pu apprécier le circuit des cols prévu par JPE où 6 cols ont été franchis avant l'arrivée à LAVELANET vers 12H00. Le retour s'est fait par une route très sympa qui nous a permis de voir les Pyrénées enneigées et d'effectuer une boucle de 90 km sous une météo très clémente.

Jacques P., Domi, Joelle et Robert T. ont pour leur part effectué un circuit vers le lac de MONTBEL avec un retour par MIREPOIX soit 127 km. Très bon accueil de nos amis ariégeois. Félicitations à tous les participants

Ouverture du CODEP 81 à CASTRES :



Un vingtaine de cyclos du CRA ont participés à l'ouverture du CODEP 81 à Castres. Un joli peloton est parti d'Albi alors que certains sont partis de Roquecourbe. Belle organisation de nos amis du CC Castres.

LOTO 2014



Une bonne participation cette année !!! Les présents, venus participer au loto du club, ont pu apprécier les desserts à l'entracte. Remerciements aux confectionneuses des gâteaux pour l'entracte.

VI au FEMININ 2014



Ce samedi 5 avril, 4 cyclotes, bien décidées à laisser derrière elles les contingences ménagères, prennent la direction de St-Gaudens où se tient cette année le voyage itinérant féminin.

Ciel chargé et temps frisquet, mais pas de pluie, ouf !

Mireille, notre capitaine de route, nous entraîne pour un tour de ville avant de partir à la découverte du Comminges. Peu de voitures, une nature qui s'éveille et des villages pourvus de clochers-murs, lavoirs et églises classées. Aulon, Aurignac et enfin Martres Tolosane et ses faïenceries où nous cassons la croûte sous un soleil timide.

L'après-midi, un petit col nous amène à Aspet au Bois Perché (jolie grimpette) où nous prenons nos quartiers. Repas puis soirée chantante et dansante clôturent la 1^{ère} journée.

Dimanche matin, grand soleil. Matinée vallonnée avec le Pas du Bouchet et, en prime, le col des Ares où deux biches traversent la route devant nous. Le long de la Garonne, des tas de boue témoignent des graves inondations subies l'hiver dernier.

St Bertrand de Comminges se découpe dans le ciel et c'est, installées sur les marches du parvis de la cathédrale, que nous nous restaurons.

Nous poursuivons la randonnée sur une route de crête, ancienne voie romaine, avec le magnifique tableau des Pyrénées en toile de fond.

Mission accomplie dans la bonne humeur, à renouveler l'an prochain dans le Gers.

Annie CLAVEL, Marie ENJALBERT, Brigitte KLAUVUN et Joëlle PAILHOUS



Randonnée en Albigeois 2014

C'est la randonnée annuelle du club.

Dès maintenant réservez le **Dimanche 18 Mai 2014** pour participer à la randonnée du CRA incontournable et souhaitée pour tous !

Quatre circuits vélo au programme :

Circuit A (Rouge): 130 km

Circuit B (Jaune): 112 km

Circuit C (Vert): 94 km

Circuit D (Vert): 62 km

Cette année le casse-croute et le repas de midi sont prévus à **CAHUZAC sur VERE** (salle des fêtes)

Important :

Appel aux bonnes volontés :

Nous lançons un appel à toutes les personnes qui souhaitent nous aider (Flécheurs, tartineurs, tartineuses, grilleurs, grilleuses, serveurs et serveuses). Quelles que soient vos compétences vous serez les bienvenus.

Pour faciliter en amont la préparation de cette journée, contacter dès maintenant Joelle PAILHOUS au 05.63.76.12.43

BULLETIN INSCRIPTION



DIMANCHE 18 Mai 2014
XXXVII ième RANDONNEE EN ALBIGEOIS

*Inscriptions pour le repas de midi
Salle des sports à CAHUZAC sur VERE (81)*

NOM : _____ PRENOM : _____

Nombre_de Personnes : _____

MONTANT : **14,00 €** x _____ = _____ €

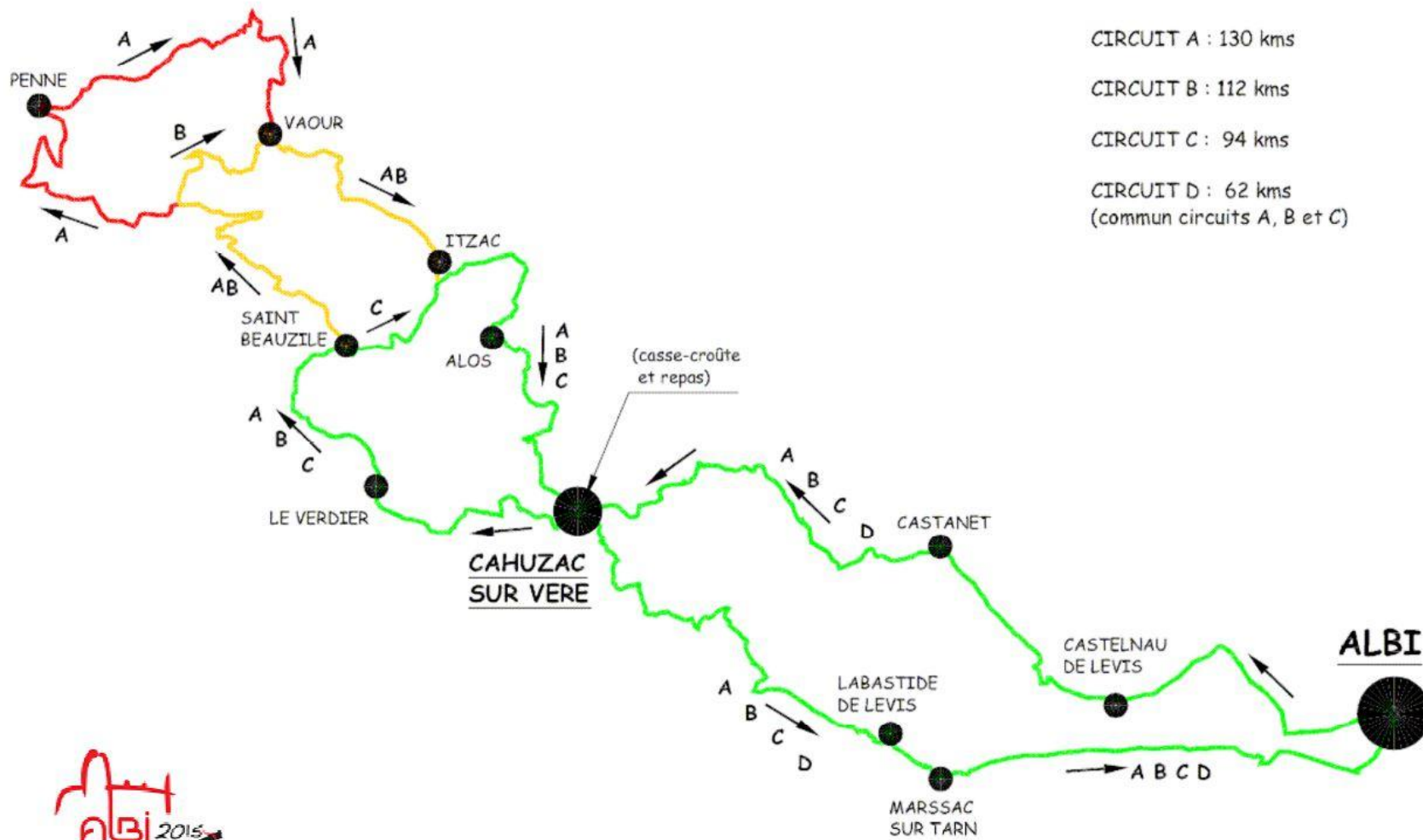
A renvoyer avec le chèque à l'ordre du CRA
Impérativement **avant le Lundi 12 Mai 2014 dernier délais**

Pour les membres du club et les Extérieurs:

Joelle PAILHOUS 9 Rue Louis PEZOUS 81000 ALBI Tél : 05.63.76.12.43 ou cra.president@gmail.com



XXXVIIème RANDONNÉE EN ALBIGEOIS - 18 MAI 2014



Séjour passion pour Saint Girons à l'Ascension

Reste encore deux ou trois places pour des retardataires qui voudraient rejoindre les 38 participants dont 13 féminines.

Du jeudi 29 Mai au dimanche 1^{er} Juin on proposera quatre sorties vélo à la carte selon les envies ... Pour les amateurs, une belle récolte de cols en perspective ; pour les adeptes du plat pays de belles vallées verdoyantes et chatoyantes vous y attendent ...

Un groupe de marcheurs touristes randonneurs sera constitué ; l'environnement proche y est très favorable.

Pour les soirées, recueillement, jeux de société et observation des étoiles ...

Vite, vite allons-y !!!

Cyclo-montagnardes 2014

A deux mois des premiers rendez-vous, les virées s'allongent et on grimpe de plus en plus vers les sommets alentours. Les plus inquiets se renseignent sur les régimes « miracles » et sur les braquets les plus adaptés. Des périodes de doute s'installent, certains envisageraient même la VAE mais pas question d'abandonner !

Les rumeurs les plus folles se propagent dans les pelotons : un certain Laurent tenterait le « grand chelem » et un « Jacques » se les feraient dans la journée !

Pour pouvoir dire « j'y étais » et ne pas avoir des regrets pressez-vous de vous y rallier ...

(Encore des places pour Aurillac les 5 et 6 Juillet 2014)

HUMOUR

