Le billet VCLancy No 29

Éditeur : CF .

Date : Automne 2024

Mésaventures du cyclo

Et quelle aventure...Dans la montée du col du Corbier je me trompe de route sur 300 mètres et fini dans un cul de sac ou là je me fais agresser par 2 chiens.
Impossible de m'en débarrasser alors je veux prendre ma gourde pour les arroser et je me fais mordre le mollet par un des chiens.
Je descends du vélo qui vas me servir de protection mais ils continuent à m'agresser un de chaque côté. Je prends le vélo par le guidon et le fait tourner autour de moi pour me protéger.
La propriétaire arrive et ne peut pas les calmer jusqu'à ce qu'un des chiens se prenne le vélo en pleine tête. **La propriétaire s'inquiète pour son chien et moi pour mon mollet**... Adrénaline au maximum.
Je décide de finir et reviendrai plus tard pour les formalités. Reste à finir le Corbier, remonter le val d'Abondance jusqu'à Châtel et la montée sûr Pré la Joux. Au retour, passage aux HUG, radio de contrôle, désinfection et mise à jour des vaccins. Plus de peur que de mal et j'ai pût rouler un peu cet apm ☺

Jean-Lou

Pour revenir à la mésaventure de **Jean-Lou**, cette année, j'étais à VTT au bord du Rhône. Je croise une jeune femme avec deux chiens dont un labrador qui court vers moi et me mord derrière le genou avant que je ne réalise que ce n'était pas un jeu. "**excusez-moi, je n'ai pas réussi à le rappeler**...". Mais il y est allé de bon cœur parce que ça a bien saigné.

Deux anecdotes comme celles-ci en quelques mois, dans un groupe où on n'est pas des centaines, je trouve que ça fait beaucoup. Surtout, contrairement aux chutes où on peut tirer une leçon de prudence, je ne vois pas comment on pourrait prévenir cela. Chapeau pour avoir poursuivi.

Sergio

Victime d'une chute lors de la troisième étape de l'Ain Bugey Valromey Tour où il évoluait sous les couleurs d'une équipe mixte LM, **Nicolas Bialon** souffre d'une fracture de la clavicule et se fera opérer ce jeudi, indique son habituelle équipe de l'AC Bisontine.

Cette saison, l'Helvète de 18 ans est devenu Champion de Suisse contre-la-montre U19 pour la deuxième fois. Il a également terminé 3e de la Ronde du Bassin Sioule Limagne, 7e de la course en ligne du Championnat de Suisse, 8e du GP Luxembourg, d'A Travers le Beaujolais et du Prix de la Ville d'Aubenas ainsi que 9e Tour de l'Eure Juniors. ***Direct-Vélo***

Bon ben c'est mon tour…
J'ai fait une grosse chute à vélo à Russin. Crevaison dans la descente de la Route des Baillets, la roue avant qui chasse comme sur du verglas dans le virage à gauche…Amené aux HUG par un Bon Samaritain.
Mon omoplate est en trois épisodes. C'est bien déplacé…..
……. Je suis tout réparé 👆
Sensation très agréable de pouvoir trois heures après l'opération, bien mieux bouger qu'avant.

Pascal T.

A l'avenir, pour éviter ce type de chute en descente sur crevaison, optez pour des roues tubeless!
Tubeless + insert ça va, sinon ça déjante pareil qu'une chambre à air si le trou ne se rebouche pas. Un boyau bien collé reste sur la jante, même plat, et laisse une chance de garder le contrôle. Mais les boyaux, c'est un truc de vieux ... ***SDA***

Les sorties cyclo

Une rétrospective de vélo, c'est un rétropédalage ?

Gégé (l'initiateur), **Jean-Lou**, **Gilles H**. et moi à l'heure au rendez-vous pour un tour du Vuache bien classique mais toujours apprécié.
Tout droit jusqu'à Chancy, puis route de Valleiry dans le bois pour chauffer les jambes, Grateloup, Valleiry, les chemins cyclo dans les champs jusqu'à Vulbens, puis Chevrier, la descente jusqu'à la carrière et la montée jusqu'au replat au-dessus d'Arcine, dont le

dernier kilomètre me fait toujours souffler fort. Gilles semble avoir encore plus de peine parce qu'il tarde un peu. Nous repartons par les jolis chemins dans les bois (avec leurs rampes bien connues).
Une fois à Chaumont, il n'y a "plus qu'à" rouler. C'est vrai jusqu'à Jonzier-Épagny où Gilles a un gros coup de "moins bien". Je saurai ensuite qu'il a reçu un vaccin la veille. Il aura eu bien du mérite à assurer jusque-là. Heureusement il n'y a plus, comme difficulté, que le faux-plat mesquin avant de replonger sur l'Éluiset. En ajustant l'allure, ça passe et on rentre au plus court jusqu'à Sézenove où chacun suit sa voie du jour.
Jolie sortie de 48 km pour moi. Merci **Gégé** d'avoir lancé. Merci **Jean-Lou** et **Gilles** pour la compagnie.

Sergio

Nous avions prévu une petite sortie en mode COOL, car la semaine prochaine je fais le mémorial Nyon-Falaise (700km) + retour à vélo. Nous étions 11 au départ. **Jean-Loup** est venu exprès pour me voir et se mesurer à moi, avec son beau maillot rouge à croix blanche qu'il a dû se fabriquer lui-même... 😊
Il nous a abandonné au pied du Vuache car il avait la trouille vue comme je suis monté Chancy..., mais surtout pour sa compète du lendemain !

Evidemment, avec un ...boulet en moins ça roule plus vite... La montée derrière le Vuache c'est fait à un rythme soutenu. Faut que je révise le mot COOL dans le dico, car j'ai dû battre mon record malgré-moi sur cette montée 🚲💪 Comme quoi le vélo c'est dans la tête que ça se passe...Faut dire que j'étais motivé par la promesse d'un arrêt café, mais rien d'ouvert sur notre chemin...**Domdav** a encore des progrès à faire pour trouver un resto ouvert. Pourtant j'avais proposé de payer.

Au retour **Gilles** nous a fait peur avec son cœur qui battait un peu vite. Probablement une histoire de fille… Heureusement il a récupéré, puis descente jusqu'à Soral pour boire un coup offert par **Carlos**. On a fini quelques un aux Semailles pour manger un truc avec notre **Jean-Claude** CH(evalet) national qui nous a rejoint, et que j'ai retrouvé en pleine forme 💪
Bonne fin de week-end à tous et vive le VC-Lancy !☀️🚲

Pierre-Yves

Merci **Alain**, **Kilian**, **Pierre** pour la sortie. Dans les 100km à une bonne allure. J'ai cru un temps que je n'aurais pas tenu la distance mais finalement si. Il y a juste que les deux jeunes semblaient trop faciles. Quand je serai jeune je ferai pareil.
Dommage qu'on se soit séparés mais il ne restait que des miettes pour finir la boucle.
Petite note pour les cyclistes mâles : pas oublier de vérifier que le zguègue est bien rangé pour ne pas subir de frottements. Là je dois rester un moment à poil parce que j'ai mis de la Biafine sur la peau irritée. Ce n'est pas grave, juste comme les orties, c'est désagréable, mais c'est pas méchant, mais c'est désagréable.
À la prochaine.

Sergio

GranFondo Gottatdo

On me voit sur le podium ? Ben non, j'ai fait 4. Cette fois il n'y aura pas de recherche de l'erreur : j'ai su au premier virage de la première montée que je n'allais pas faire un temps. Pas de regrets. J'ai tout donné et je me suis fait plaisir dans les secteurs pavés du bas de la descente.

Ah oui ! J'ai quand même trouvé de quoi pleurnicher : ma côte cassée qui m'a encore empêché de bien dormir la nuit dernière …….

….. Moi qui pensais avoir vécu une galère parce que samedi, j'avais roulé sur mon sac en manœuvrant la voiture et explosé le shampooing et les tubes de gel...

Sergio

Ben toi ça va ☺ Moi j'ai fait pareil en revenant du triathlon et…C'est la roue carbone qui a explosé

Gérald

UCI GranFondo Aalborg

Malheureusement chute à mi-parcours dans une bosse quand on a rattrapé le peloton des femmes du grand parcours. Quelques écarts et pas pût éviter la chute. Quelques bobos superficiels et une poignée de frein qui péclote et repartir en bosse . Dommage car dans le dur sur le plat mais bien dans les bosses et dans le peloton de tête. 109ème à 14 minutes et 37,6 de moyenne. Il y a eu énormément de chutes dans beaucoup de catégories.

L'année prochaine changement de catégorie

Km 50	**1 :17 :19**	**38,8 km/h**
Km 90	**2 :22 :36**	**36,7 km/h**
Finish	**3 :02 :26**	**37,6 km/h**

Jean-Lou

Solidarité

En 1946, alors que la ville de ***Falaise*** en Normandie est quasiment détruite par les bombardements, elle reçoit de la région Nyonnaise un train rempli de marchandises, de mobiliers et de vêtements récoltés

grâce à la solidarité de la région, et en ce début août, un groupe de cyclos s'apprête à commémorer une partie de cette histoire locale. **Christine** , **Pierre-Yves** et la quinzaine de cyclistes ont parcouru les 700 KM en guise de solidarité d'après-guerre.

« Au-delà de l'exploit sportif que vous allez réaliser, c'est surtout cette solidarité que nous commémorons souligne **Pierre Raymond** l'organisateur de cette *''petite randonnée''* »

Journal La Côte

Animé par **Grégoire** et entre autres **Virginie**, 67 montées au Salève, 53'000m de dénivelé et 6 Everest gravis pour l'association ARFEC.

Bravo et merci à tous les cyclistes qui ont participé à l'évènement.

Grégoire

Paris et les Jeux Olympiques

Elise était dans le bon groupe jusqu'à 48 kilomètres de l'arrivée. Seulement une chute de Chloe Dygert (*sa coéquipière chez Canyon*) a entraîné la Genevoise à terre. Ce coup du sort est arrivé au pire moment puisque les femmes à l'avant ont décidé de durcir la course. **Elise** a terminé au 18e rang.

Celine s'est élancée sur le contre-la-montre en **T2** mercredi 4 septembre dernier et a remporté l'argent, sa première médaille paralympique. La Genevoise a terminé le parcours de 14,1 kilomètres en 27'58'13. « *Je suis vraiment contente de ma course* », raconte **Celine**. « *J'ai su gérer les imprévus donc je suis satisfaite. J'ai vraiment tout donné jusqu'au bout. Ce premier métal olympique a une valeur inestimable pour moi, surtout avec la présence de mes proches.* »

Trois jours plus tard, **Celine** s'est également classée deuxième lors de la course en ligne d'une trentaine de kilomètres : « *Je n'ai pas pu faire la course que je voulais à cause d'un souci de matériel mais je suis fière d'avoir pu aller jusqu'au bout : j'ai capitalisé sur le mental. En franchissant la ligne j'étais déçue mais au final très contente d'avoir géré l'imprévu.* »

Le billet VCLancy No 29

Éditeur : CF .

Date : Automne 2024

Des résultats

Le 28 juillet c'est la grimpée de la Ramaz. 35 degrés au départ de Mieussy et cette bosse qui n'en finit pas de monter. Tous les concurrents de la catégorie 60 ans et + ont mis plus de temps que les éditions précédentes vu la canicule.
Au sommet il me manque 22 secondes pour accrocher la 3ème place dans ma catégorie.

Gégé

Razzia des cyclos du club lors de la cyclo Haut-Jura à Prémanon de ce dimanche 11 août, 95 km et 1500 m. **Nicolas**, **Jean-Lou** et **Annabel** sur la plus haute marche dans leur catégorie.

Le 24 août, traditionnel Grand Raid et sur la distance Hérémence-Grimetz **Nicolas** l'emporte en sénior 1 et **Johan** fini 45ème dans la catégorie sénior 2.

Annabel Fisher was part of an five-rider attack along with defending champion *Xan Crees*, *Katie Scott*, *Alison Jackson*, *Amelia Mitchell* and *Morven Yeoman*. **Fisher** and Jackson got away on the climb to Loch Grannon, with the Canadian taking out the sprint but, not eligible for ***the British title***, the red, white and blue stripes went to **Fisher**.

Aug. 31 ***Cycling-News***

L'épreuve ***''Roland Bouge Chrono''*** organisée le 1er septembre sur le circuit à Saint Martin (FR) par Pédale-Romande servait de support aux championnats romands et cantonaux 2024 des courses CLM.
Nicolas remporte le titre U19 en 22'45'' pour les 18,25 Km. 3ème temps toutes catégories confondues.

La province du **Limbourg**, en Belgique a accueilli les championnats d'Europe 2024. Cette région a fait vibrer le cœur des amateurs de cyclisme avec un programme riche et varié. Heusden-Zolder et Hasselt ont été les villes hôtes de ces événements où quatorze titres continentaux seront décernés.
Dans le contre la montre relais mixte (U19) l'équipe suisse avec **Nicolas** a pris le 9ème rang, et il termine 27ème dans le CLM individuel. **Elise** engagée dans la course en ligne termine dans le peloton.

C'est à Bourg en Bresse et ses environs que se déroulait la 22ème Bisou, disputée sous une constante et fine pluie. Sur la distance des 137Km et 2200D+, Bravo à **Lucie** qui termine 4ème féminine en 4h27 à 30km/h de moyenne.
Stéphane, sur la même distance fini son pensum en 17ème position.
Jean-Lou, engagé sur les 75 Km, sera lui, sur la 3ème marche du podium.

A la mi-septembre, Plus de 200 participants au premier cyclocross de l'omnium romand organisé par le VTT club local et l'office du tourisme des Diablerets le 28 septembre, et victoire de **Charlotte** dans la catégorie U13 et 6ème rang pour **Arthur.**

Malgré un terrain assez gras et la fraîcheur ambiante (8° avec une bise soutenue), la plupart des 170 participants à cette épreuve du 5 octobre, qui s'est déroulée au Parc des sports de la Charrière, étaient conquis par le parcours tracé à La Chaux-de-Fonds.
Charlotte l'emporte en U13 et **Arthur** prend la 7ème place.

5 oct, Arcinfo

Dimanche 13 sur le traditionnel parcours de cross du centre mondial de cyclisme à Aigle, Charlotte termine seconde et Arthur prend la 5ème place.

ZURICH 2024

Zurich et sa région ont accueilli les championnats mondiaux sur route. Parmi + de 1000 participants, 3

membres du VC Lancy ont représenté la Suisse durant cette fin de semaine de septembre.
A près de 50km/h de moyenne **Nicolas** (U19) fini 29ème de la course contre la montre.
Le lendemain, **Céline** décroche la médaille d'Or en catégorie T2 devant *Emma Lund*.
Avec une équipe remaniée, **Elise** *(ennui mécanique)* et le team Suisse de la course relais mixte prend la 8ème place.
Sur la course en ligne, *Emma Lund* prend l'Or et **Céline** l'argent.
Samedi:

« *Les conditions météorologiques sont catastrophiques. Il pleut des cordes depuis le départ et il fait 11°C. à Zurich ……*
km 120
……Les favorites sont dans la partie descendante du circuit. Elise Chabbey insiste et accélère à l'avant du peloton. Elle profite de sa connaissance du circuit pour prendre de l'avance aux meilleurs endroits…. » ***l'EQUIPE***

Elise terminera à la 18ème place.

Merci à **Simon** de m'avoir enregistré dans le groupe WhatApp de l'école de cyclisme du club. Grace à l'application GPX, je découvre les parcours proposés pour le mercredi. Le rdv est à tel endroit et telle heure et les jeunes annoncent leur présence. Pour ce 9 octobre automnal ; **Eliott, Ben, Nicolas, Arthur, Ziyad, Charlotte, Luc, Alexandre, Lucas, Buchler, Aïdann, David, Jahola, Johan** ont répondu et s'élanceront des Evaux sur le parcours tracé au bord du Rhône.

Léman bleu propose de belles images sur la sortie du Salève, de nos jeunes sous la conduite de Simon : https://www.lemanbleu.ch/fr/Emissions/372313-Sport-Passion.html

Le comité directeur de **Swiss Cycling** et ses commissions techniques ont décidé de supprimer la catégorie « **Amateur »** dès la saison prochaine.
En outre, la licence obligatoire est réintroduite dans les catégories U11 à U17.

Cout des licences à partir de 2025

U11, U13,	20.-
U15,	30.-
U17 femmes, U17 hommes,	50.-
U19 femmes, U19 hommes,	70.-
U23 femmes, U23 hommes,	250.-
Elite femmes, Elite hommes nationales,	375.-
Elite femmes internationales,	700.-
Elite hommes internationales,	700.-
Master femmes, Master hommes.	250.-

Les 7 MAJEURS

L'aventure de 377Km et 10.000M de dénivelé a été bouclé par **Loïc** et ses 2 comparses en 19 heures pour un défi hors norme.
Au programme, traversée de l'Ubaye, le Briançonnais, le Queyras, le Piémont, le Mercantour avec à la clé, 7 cols de légende : Vars, Izoard, Agnel, Sampeyre, Fauniera, Lombarde et Bonette, ce dernier ayant la route goudronnée la + haute d'Europe.

Elles et ils étaient en nombre pour recevoir l'hommage des autorités de Lancy ce 12 novembre. Celles et ceux qui ont réalisé des performances de haut niveau ont été récompensés par Olivier Carnazzola, le sympathique chef des sports de Lancy, et parmi tous ces championnes et champions, félicitation à **Céline** te **Jean-Lou**.

Le billet VC Lancy No 29

Éditeur : CF .

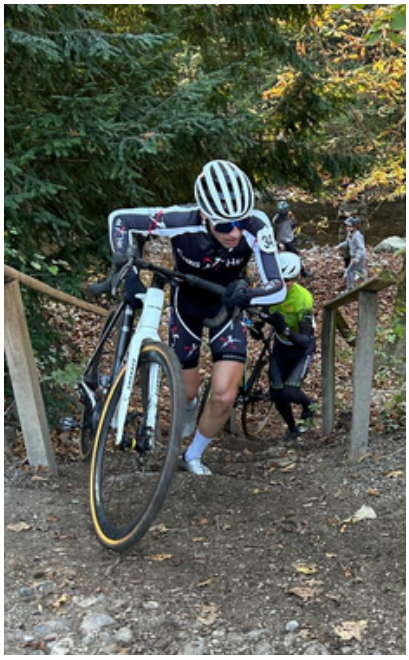
Date : Automne 2024

CYCLO-CROSS

C'est sous un magnifique soleil que 133 concurrents (dont 58 jeunes de moins de 15 ans) ont pris le départ du **61e Omnium genevois de cyclo-cross et VTT**.

Simon Maillefer du VC Vevey, échappé dès le premier tour a finalement remporté la première manche avec une avance de 34 secondes sur son dauphin Jordan Meier.
Jordan Meier, déjà vainqueur de l'Omnium en 2018 (cyclo-cross) et 2021 (VTT), remporte la deuxième manche et prend la tête du général devant **Cyril David** (également ancien multi vainqueur de l'Omnium et toujours en grande forme) et **Yoann Miquet-Sage**, tous deux à trois points du leader.
Duel serré chez les féminines puisque **Virginie Pointet** a remporté la deuxième manche et devance désormais sa dauphine au général **Alice Imbert** d'un petit point.
Magnifique duel en VTT entre les deux juniors **Gabin Souliard** et **Romain Georges.**
Tout se jouera samedi prochain dans la manche finale.

Superbes manches finales pour cette 61e édition de l'Omnium Genevois de Cyclo-Cross.



Yoann Miquet-Sage est ressorti vainqueur en portant une attaque décisive à l'entame du dernier tour.
Chez les écoliers, **Justin Clauss** a dominé la catégorie U11 remportant les trois manches. Dans la course U13-U15, **Ares Acerbi** du VC Annemasse remporte le général devant **Arthur Renquin** du VC Lancy. Sa soeur **Charlotte** terminant également à une magnifique deuxième place des féminines de cette catégorie écoliers.

Le duel entre **Alice Imbert** et **Virginie Pointet** a finalement tourné à l'avantage de **Virginie**, la coureuse du VC Lancy remportant son 3e Omnium Genevois de cyclo-cross de suite.
Egalité des points chez les cadets pour **Valentin Verbrugge Faltot** et **Clément Bontaz**. Ce dernier, ayant un meilleur rang sur la dernière manche remporte cette catégorie.

Finalement, en catégorie VTT, **Romain Georges** remporte haut la main cette dernière manche pour l'honneur puisque **Gabin Soullard**, deuxième de la dernière manche, reste le vainqueur du général 2024.

Le vélo-club Annemasse remporte pour la troisième année de suite le challenge **Gilles Blaser**, prix récompensant la première équipe sur la course cyclo-cross. Les vainqueurs ont reçu une magnifique channe en étain (nouveau trophée du challenge par équipe qui devra être gagné trois fois pour le conserver) ainsi qu'une prime offerte par **Gilles Blaser**.
On remercie l'ancien vice-champion du monde genevois pour sa générosité.

Divers

Nous souhaitons la bienvenue à : Lucie, Aidann, Olivia, Jowita, Maxime, Zora, Johan, Alexandre et Dominic qui ont rejoint le club en cette année 2024.

Prêt pour 2025 :

31 Janvier	Assemblée Générale du club
Fin février	LaLonde camp de printemps
27 avril	GP du VC Lancy à Confignon
1, 8, 15 nov.	62ème Omnium CX et VTT