

4 « cyclotes » de Saint Georges à Toulouse

C'est le rêve de tout cyclo que de voyager en autonomie ;
une traversée de la France de 750km, du Nord au Sud, Orléans-Toulouse en 8 étapes.

Depuis peu, la FFCT organise des périple destinés aux féminines ; cela permet de faire des groupes homogènes. Notre région 'Centre Val de Loire' comptait une centaine de filles. Dans notre équipe nous étions 12 à rouler, en toute sécurité.

Tout était préparé à l'avance par des accompagnants aux longues journées bien occupées :
Chargement des bagages, solutions aux petits problèmes mécaniques, installation des salles pour les repas du midi, ravitaillement en eau les journées chaudes, attribution des chambres...

Une ambiance de vacances, pleine de rencontres.

Les parcours divers, aux reliefs plus ou moins prononcés ont stimulé nos mollets. Au fil des 11 départements traversés, nous avons observé notre patrimoine changeant : Forêts de Sologne avec ses belles demeures, vignobles aux noms célèbres, petits villages très fleuris. Petit à petit, l'accent des habitants s'est fait chantant ; nous savions que le but approchait.

Avant de profiter pleinement de cette aventure pleine d'anecdotes, notre coach Francis nous a prodigué des conseils avisés sur la mécanique, l'alimentation et bien sûr la préparation physique basée sur l'endurance et non la vitesse.

Une année de sorties : dans le Perche, dans la Beauce le nez dans le vent, en Auvergne à la recherche des côtes.

Laissons leur la parole :

Merci Francis pour ton accompagnement et ton aide nécessaire à une bonne préparation.
Il est tout à fait possible d'aller loin sans se faire mal, cela s'apprend en cyclotourisme !
Nous espérons que cet article fera des émules.

Monique

Une belle aventure humaine, faite de partage et de convivialité.

A plusieurs nous sommes plus forts !

Une semaine hors du temps pour oublier les tracas du quotidien, juste pour pédaler et apprécier notre belle France. Une belle expérience.

Brigitte

Pour moi c'était une première et je suis ravie de cette semaine avec des personnes sympathiques qui partagent les mêmes goûts du cyclotourisme.

Jacqueline

Ce regroupement des féminines m'a permis de rencontrer et de mieux connaître les « cyclotes » de la région centre avec lesquelles j'ai partagé de bons moments de convivialité.

Des rencontres sont envisagées avec une sympathique équipe du Loiret.

Sport, culture, et bonne compagnie ... ça roule !

Elisabeth