

A nous les Pyrénées et ses cols mythiques

423km et 10900m dénivelée positive

Les 11 acteurs :

Kitsou, Nono, Jacquot, Sergio, Yves, Michel, Claire, Nico, Crampinou, Marc et Christophe (ordre photo en filigrane)

Le lieu : Argeles Gazost—Hautes Pyrénées—

Les cols franchis depuis Argeles:

Soulor, Aubisque, Spandelle, Tourmalet (par Luz), Aspin, Tourmalet (par Ste Marie de Campan), Luz Ardiden et Gavarnie, Hautocam et Bordères.

Le planning:

•6 et 11 juin, déplacement:

1170 km A/R en minibus et le camion atelier de jacquot pour le transport des vélos et 3 passagers.

Christophe arrivant du Périgord nous rejoint par ses propres moyens.

•7, 8, 9 et 10 juin:

4 jours de vélo et 3 cols au quotidien avec pour bien démarrer les étapes un petit déjeuner copieux ou furent déjà les premières boutades et les franches rigolades. Une collation sur les cols pour recharger les batteries puis des fins de parcours au sprint jusqu'au bercail.

A 17h00 tout le monde aux Termes d'Argeles Gazost pour une remise en forme avant l'apéro et le convivial repas gastronomique du soir pour préparer l'étape du lendemain.



Section Cyclosporitive
Stage Montagne du 06 au 11 juin 2014

A nous les Pyrénées et ses cols mythiques
423km et 10900m dénivelée positive





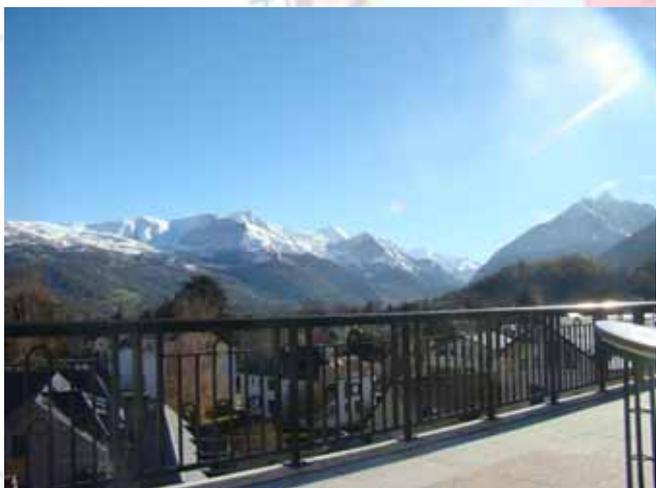
Section Cycloportive
Stage Montagne du 06 au 11 juin 2014

A nous les Pyrénées et ses cols mythiques
423km et 10900m dénivelée positive en 4 jours

Le lieu : Argeles Gazost — Hautes Pyrénées



Notre hébergement:
l'Hôtel des Fleurs



Section Cycloportive Stage Montagne du 06 au 11 juin 2014

A nous les Pyrénées et ses cols mythiques
423km et 10900m dénivelée positive

Le planning:

•6 et 11 juin, déplacement:

1170 km A/R en minibus et le camion atelier de jacquot pour le transport des vélos et 3 passagers. Christophe arrivant du Périgord nous rejoint par ses propres moyens.

•7, 8, 9 et 10 juin:

4 jours de vélo et 3 cols au quotidien avec pour bien démarrer les étapes un petit déjeuner copieux ou fuseront déjà les premières boutades et les franches rigolades. Une collation sur les cols pour recharger les batteries puis des fins de parcours au sprint jusqu'au bercail. A 17h00 tout le monde aux Termes d'Arges-les-Gazost pour une remise en forme avant l'apéro et le convivial repas gastronomique du soir pour préparer l'étape du lendemain.



Pose sur l'aire de Port Lauragais





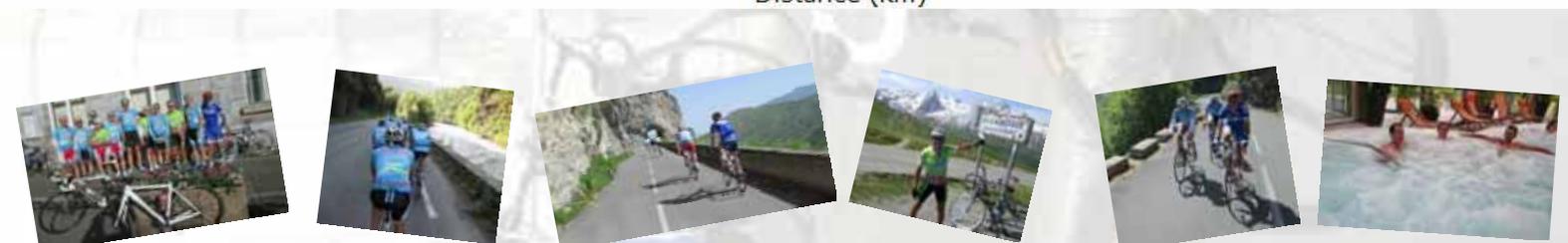
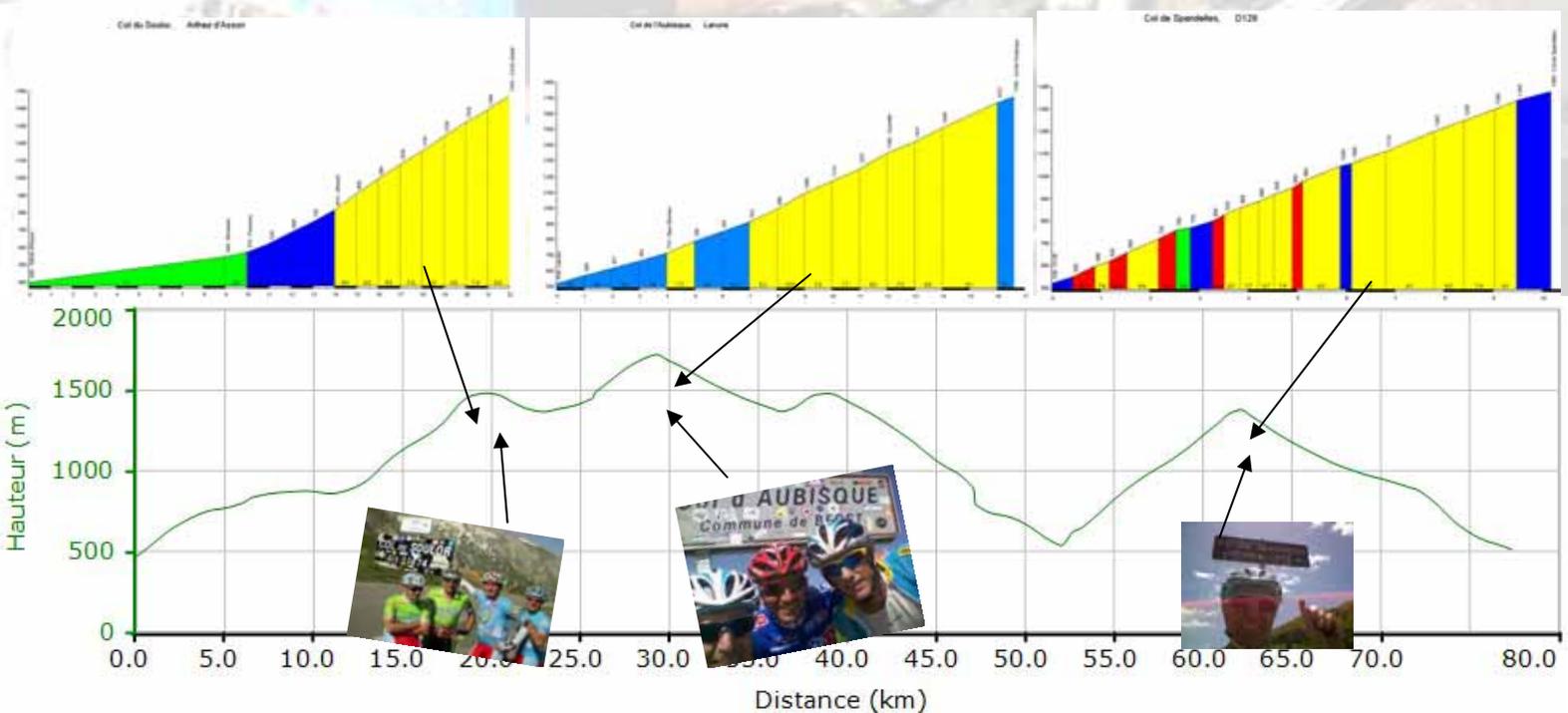
Notre 1ere étape le 07 juin:

Soulor, Aubisque, Spandelle. 80km et 2500m +

C'est sous un ciel bleu et soleil généreux que nous attaquons notre première journée. Les accoutumés savent ce qui nous attend. Les nouveaux un peu insouciantes restent très décontractés. Les paysages de montagne défilent sous nos yeux ébahis.

Compte rendu à chaud de Christophe

Première journée de notre stage d'altitude. Après l'installation la veille dans notre charmant hôtel habituel en plein centre d'Argeles Gazost, un apéritif offert par le patron suivi d'un bon repas, une bonne nuit réparatrice, un petit déjeuner copieux histoire de prendre quelques réserves, nous mettons en route à 8h30 en direction du col du Soulor sous un soleil radieux et des températures vraiment douces. Pas le temps de se chauffer puisque la pente démarre 500 mètres après l'hôtel ! Première ascension plus ou moins groupée avec les six derniers kilomètres assez difficiles où le répit se fait rare. Excellente nouvelle au sommet: le col d'Aubisque est ouvert et nous nous y engageons allègrement toujours sous un soleil magnifique: décor grandiose, somptueux, on en prend plein les yeux même si on a mal aux jambes. Beaucoup de vent au sommet; photos, café et boissons fraîches en terrasse. Redescente sur le sommet du Soulor. Jacquot rentre directement. Descente du Soulor pour le reste de la troupe afin d'aller chercher le col de Spandelle, col peu connu mais pas facile du tout: 10 kilomètres sur une petite route étroite en pleine nature, au revêtement incertain, en plein soleil, là aussi dans un décor magnifique où chacun laisse ses dernières forces. Retour à l'hôtel à 14h30 pour une petite collation à base de pâtes et de paninis, petit sieston réparateur en attendant d'aller se refaire la cerise aux thermes à 17h. En conclusion une belle entrée en matière !!!! Bises à tous et vive le vélo ! Cris



07 juin 2014

LES PYRENEES, ACTE 1 !!!!!

Première journée aujourd'hui de notre petit stage d'altitude. Après l'installation hier soir dans notre charmant petit hôtel habituel en plein centre d'Argeles Gazost, un apéritif offert par le patron suivi d'un bon petit repas, une bonne nuit réparatrice, un petit déjeuner copieux histoire de prendre quelques réserves, nous mettons en route à 8h30 en direction du col du Soulor sous un soleil radieux et des températures vraiment douces. Pas le temps de se chauffer puisque la pente démarre 500 mètres après l'hôtel ! Première ascension plus ou moins groupée avec les six derniers kilomètres assez difficiles où le répit se fait rare. Excellente nouvelle au sommet: le col d'Aubisque est ouvert et nous nous y engageons allègrement toujours sous un soleil magnifique: décor grandiose, somptueux, on en prend plein les yeux même si on a mal aux jambes. Beaucoup de vent au sommet; photos, café et boissons fraîches en terrasse. Redescente sur le sommet du Soulor. Jacquot rentre directement. Descente du Soulor pour le reste de la troupe afin d'aller chercher le col de Spandelle, col peu connu mais pas facile du tout: 10 kilomètres sur une petite route étroite en pleine nature, au revêtement incertain, en plein soleil, là aussi dans un décor magnifique où chacun laisse ses dernières forces. Retour à l'hôtel à 14h30 pour une petite collation à base de pâtes et de paninis, petit sieston réparateur en attendant d'aller se refaire la cerise aux thermes à 17h. En conclusion une belle entrée en matière !!!! Bises à tous et vive le vélo ! Cris



Posté par CYCLOSPORTIFS à 16:21 - Commentaires (0) - Permalien (4)
Vous aimez ? ★★★★★ 1 vote



Notre 2eme étape le 08 juin: Tourmalet par Luz St Sauveur, Aspin, Tourmalet par Ste Marie de Campan. 147km et 4100m +

C'est toujours sous une météo radieuse que nous entamons notre deuxième journée qui s'avèrera la plus chargée en distance et dénivelée positive. Le tout sous la bonne humeur et toujours avec un esprit courtois de compétition. Beaucoup de cyclistes dans cette première ascension du Tourmalet ou toute l'équipe uniformément aux couleurs club ne cessera de doubler. Que de belles images gravées dans ma mémoire dans ce col mythique ou Kitsou me doublera encore dans l'ultime hectomètre.

Compte rendu de Christophe dans la foulée

Bonsoir à tous ! Seconde journée de notre périple pyrénéen: un départ comme toujours à 8h30 sous un temps estival; au programme aujourd'hui : Le Tourmalet par Baresges (enfin accessible jusqu'à son sommet à 2100 mètres), redescente sur Sainte Marie de Campan puis le col d'Aspin et enfin à nouveau Le Tourmalet par La Mongie cette fois. Après 5 kms, Kitsou est victime d'un bris de rayon; demi tour à l'hôtel afin de changer la roue. Une quinzaine de kms en vallée montante jusqu'à Luz Saint Sauveur où débute notre première ascension de la journée: 16 kms environ pour une pente plutôt difficile, avec de belles rampes et un revêtement pas toujours au top surtout dans les derniers kms après la station de Super Baresges. Beaucoup de cyclistes et de vent frais au sommet, mythique avec la célèbre stèle; nous attendons tout le monde et basculons sur l'autre vallée via la station de La Mongie alors que Jacquot décide d'en rester là sagement et déjeuner au sommet. A Sainte Marie de Campan, Claire, Nono et Nico font la pause casse croûte avant de faire retour alors que le reste de la troupe aborde le col D'Aspin, dès la sortie de la ville: un col roulant dans les premiers kms, nettement moins facile dans les 6 derniers avec là aussi un cadre verdoyant de toute beauté. Kitsou s'y montre à son aise. Dans la redescente, nous nous arrêtons à un snack au lieu dit "Payolle", le temps de s'envoyer un bon sandwich avant d'aller se frotter à nouveau au Tourmalet et ses 16 kms, dont les 10 derniers terribles car sans répit avec une pente moyenne entre 9 et 10 %. La chaleur y est écrasante, la fatigue est bien là alors on s'accroche et on fait le boulot: tout le monde parvient au sommet avec son courage et ses dernières forces. Ultime regroupement, on bâche à nouveau et plongeons dans une longue descente piègeuse: trous, cailloux, petits torrents qui traversent la route, rainurage. une dernière pause à la fontaine de Luz Saint Sauveur et nous ne trainons pas dans la vallée de retour avec de bons relais : Michel y est toujours aussi généreux et montre qu'il a encore des watts ! Nous finissons même par un début de sprint dans la dernière rampe avant l'hôtel avant d'être gênés puis stoppés par un véhicule qui se gare . Bilan de la journée: 147 kms, 3 cols, 4100 mètres de dénivelé: bref une belle journée de vélo qui va laisser des traces et que nous clôturons par une bonne glace dont nous avons tous envie ! J'espère que la sortie club s'est bien passée. Bises à tous et vive le vélo ! Cris



MJC

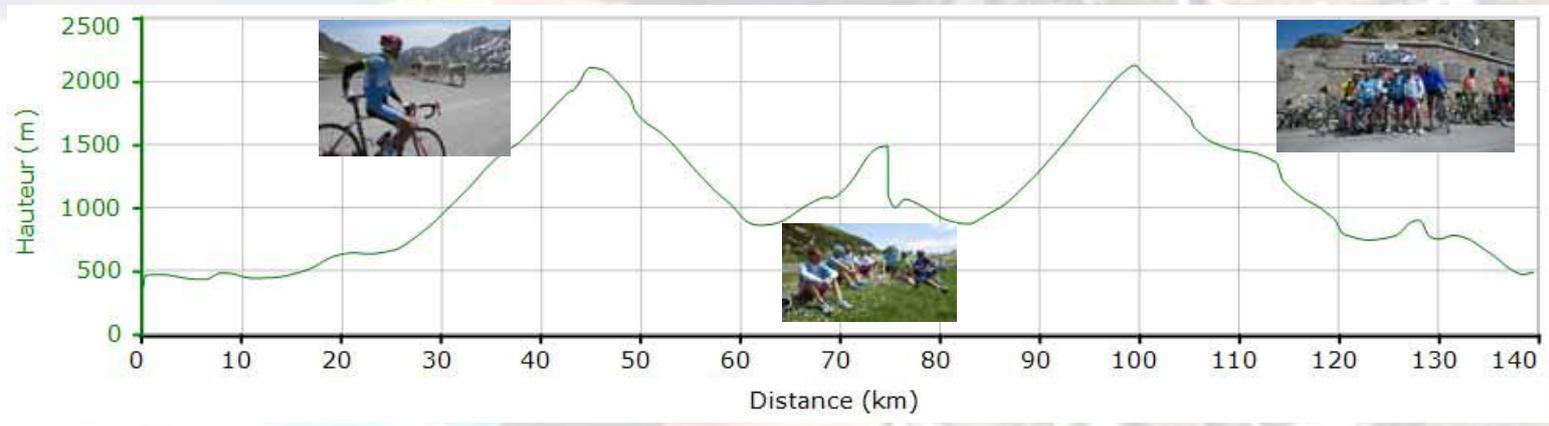
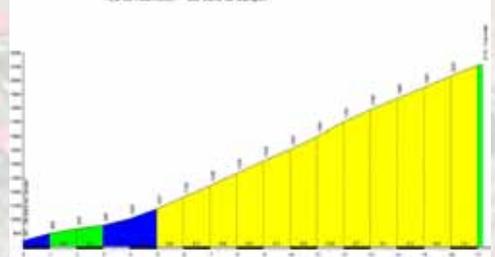
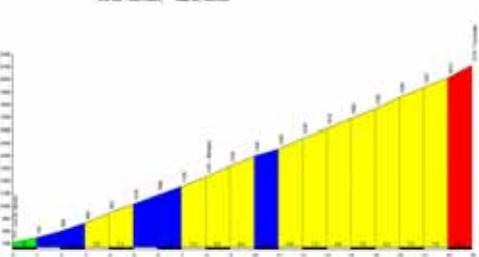
Plan de Cagnes



Col du Tourmalet - Lard de Sankar

Col d'Agnès - Arnes

Col du Tourmalet - Sta Marie de Campan



Grandes vacances. Filé au nord de la route du Tourmalet. Il manquait toutes nos provisions et j'ai eu quelques soucis étranges avant de rentrer la nuit.

