

Montélimar, La saison Cyclo commence ici.

Nous sommes cinq à faire le déplacement : Didier, Jean-Marc, Gilles et Phil pour le 141 km, Pascal Marty pour le 111 km

Pour Didier, Gilles et Jean-Marc, les festivités ont commencé le samedi après-midi. Nous étions inscrits au contre-la-montre organisé pour 120 coureurs qui souhaitaient se confronter à l'exercice. Le parcours, une boucle de 10,5 kilomètres au profil roulant nous a permis de faire un bon déblocage avant la course du lendemain. La météo nous a laissé tranquilles jusqu'à la fin de l'épreuve, la pluie ayant eu le bon gout de pointer son nez juste après.

Didier réalise une très belle performance : 29^{ème} en 00 :15 :56 soit 39,92 de moyenne.

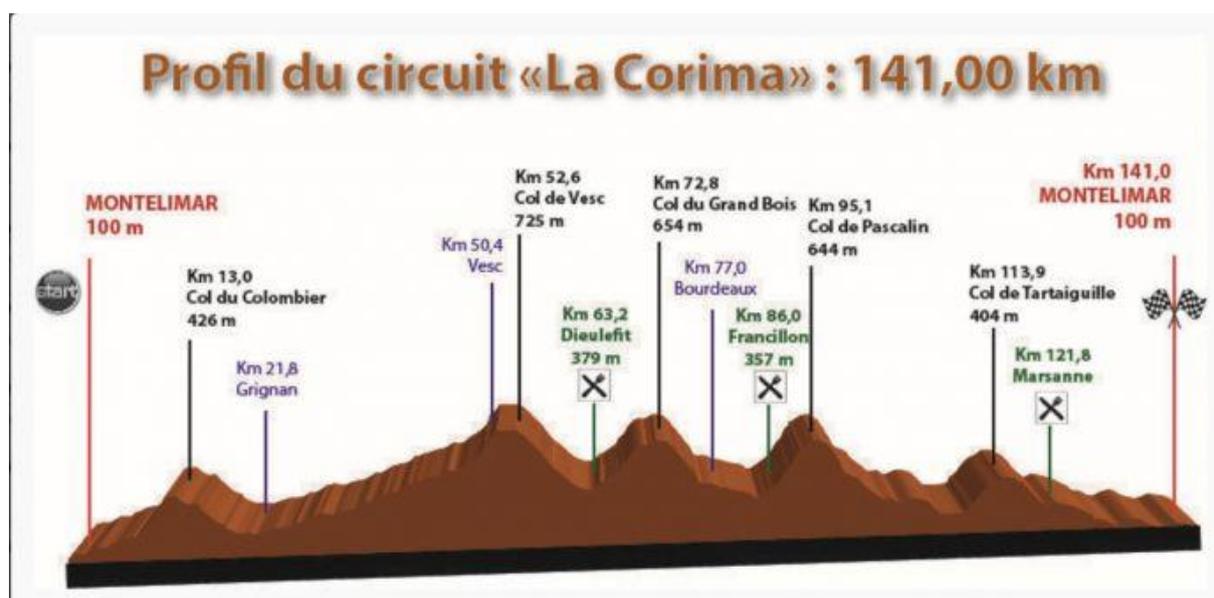
Jean-Marc est 37^{ème} en 00:16:15 soit 39,14 de moyenne

Gilles est 65^{ème} en 00:17:14 soit 36,91 de moyenne

Le premier est un solide italien chevauchant un Pinarello de chrono, une roue lenticulaire à l'arrière et tout ce qui va avec, le diamètre des cuisses compris. Il boucle le parcours en 00:13:37 à 46,71 de moyenne. Pas mal !!!

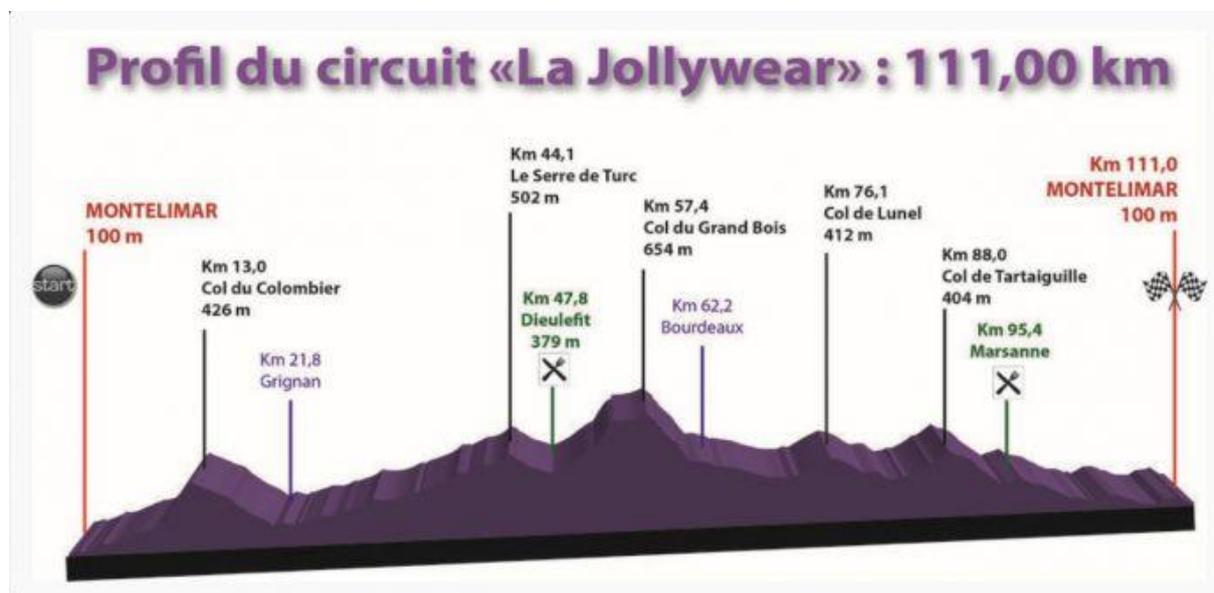
Sur la course en ligne du lendemain, il fera 246^{ème} sur le 111 km. Vu le gabarit, il n'est pas étonnant qu'il passe moins bien les bosses.

Les courses du dimanche :



D+ 2100 mètres

Scratch	Prénom	Nom	Temps	Vit/ moy	cat	Place Cat
69	Jean-Marc	ROLLAND	04:15:47	33,07	E	4
164	Didier	PLET	04:37:04	30,53	D	35
166	Gilles	PUECH	04:37:06	30,53	E	12
260	Philip	TREADWELL	04:54:40	28,71	C	81



D+ 1371 mètres

Scratch	Prénom	Nom	Temps	Vit/ moy	cat	Place Cat
208	Pascal	MARTY	03:29:45	31,75	C	69

Le samedi soir, les rues de Montélimar étaient bien arrosées. Cela ne laissait pas envisager un départ au sec le lendemain. Il a fallu une bonne dose d'optimisme pour se convaincre que cela irait mieux le dimanche matin. Pendant la nuit la pluie a cessé et, au réveil, le ciel restait menaçant, laissant augurer quelques averses inéluctables mais nous étions assurés de ne pas partir trempés avant d'avoir donné le premier coup de pédale.

Nous nous élançons à 9h30 depuis le centre de Montélimar. Le vent a séché les rues et les routes alentour, c'est rassurant pour les conditions de course mais il fait froid et l'attente dans le sas de départ est longue. Nous sommes un peu plus de deux mille, les trois parcours, le 141, le 111, le 77 ont un départ commun. Les premiers kilomètres sont surréalistes, Les rues de la ville sont truffées de ralentisseurs, de rétrécissements, de ronds-points, bref la panoplie complète, optimisée pour casser la vitesse des véhicules sans coup férir.

Le départ réel est donné à la sortie de la ville, à quatre kilomètres des sas de départ mais ces quatre kilomètres « neutralisés » sont un calvaire ; ça roule à bloc avec des gros freinages à chaque obstacle. De plus, les pensionnaires du sas prioritaires ne sont pas recrutés uniquement sur des critères sportifs ; aux obstacles fixes s'ajoutent les obstacles mobiles qui se demandent si on leur a vraiment fait une faveur de les placer là. Bref, c'est le côté folklore mais un folklore hasardeux.

Histoire de réchauffer les organismes ! Comme chaque année, le départ est nerveux. Chacun cherche à se placer au mieux, dossard prioritaire ou pas, et la chute arrive forcément. Heureusement, aucun de nous n'a été pris dans le carton, mais c'est tombé juste à côté.

Didier et Jean-Marc, partis dans le sas prioritaire, franchissent la ligne de départ réel sans trop de

retard sur la tête de peloton qui déclenche le Chrono à son passage. Jean-Marc passe avec 13 secondes de retard, Didier 21 secondes, Gilles qui a dû partir avec le gros de la troupe des concurrents passe la ligne de départ réel avec 3 minutes 28 de retard et Phil avec 4 minutes 19. Je suis réservé sur l'opportunité lancer les trois parcours simultanément. Pour ceux qui sont loin dans le sas de départ, le handicap en début de course pour se placer dans un bon groupe est réel. Pour le stress, ça va un peu mieux dès que l'on franchit la ligne du départ réel, on n'est plus en agglomération, il n'y a plus à gérer les embuches de la ville en plus des autres coureurs. Mais c'est au treizième kilomètre, au pied du Col de La Colombière que la course commence réellement dans des conditions qui permettent de s'exprimer. Sur la route étroite qui conduit au pied du col, à des vitesses oscillant entre 30 et 40 km/h les positions sont figées et chacun doit rester concentré sur sa ligne, les accélérations et les freinages.

Le Col de La Colombière, c'est 3,2 km à 6,5 %, exactement comme le fer à Cheval depuis Comigne. C'est le moment où se joue un bon classement final et pour cela il faut faire une bonne ascension. Je fais la montée en 10:13, Phil monte en 12 :00 Didier en 12 :09 Gilles en 12:24. Il ne faut pas hésiter à pousser dans cette première difficulté afin d'obtenir un bon placement pour le reste de la course. Au sommet, on bascule dans des groupes qui grossissent avec les attardés qui chassent dans la descente et choisissent de se mettre à la planche pour rentrer. On est d'autant plus nombreux dans les pelotons que la séparation des parcours se fait au 25ème kilomètre pour le 77 et au 45ème pour le 111.

S'ensuit un long faux plat montant jusqu'au pied du Col de Vesc, 5 km à 5%. Au pied du col, nous ne sommes plus que les participants au 141. La séparation des parcours a décanté la course. Mon groupe reste tout de même constitué d'une quarantaine d'unités.

La pluie se remet de la partie, avec en prime le brouillard sur les sommets, mais rien de trop gênant, sauf les routes détrempées qui rendent les descentes très délicates.

De la ligne de départ réel au sommet du Col de Vesc, nos temps de course sont les suivants

Jean-Marc : 01:43:23

Didier : 01:49:15

Gilles : 01:49:49

Phil : 01:51:10

Didier et Gilles font jeu égal dans leurs pelotons respectifs mais Gilles a encore un peu plus de trois minutes de retard, ces foutues minutes prises au départ.

Au sommet du Col de Vesc, Didier est obligé de faire un arrêt au stand, pris par un irrésistible besoin de soulager sa vessie. Il choisit ce moment, espérant reprendre sa place dans son groupe au bénéfice de la descente technique vers Dieulefit. Il ne comblera pas les 50 secondes d'arrêt, malgré ses qualités de descendeur. Son groupe ne l'a évidemment pas attendu ; il est condamné à rouler en chasse patate, espérant retrouver un peloton le plus rapidement possible.

Après la descente, on enchaîne avec le Col du Grand-Bois 5,5km à 4%.

Dans la liaison avec la difficulté suivante, un peu après Bourdeaux, le groupe de Gilles fait la liaison avec Didier. Les circonstances de course lui ont finalement permis de se replacer. Ils resteront ensemble jusqu'à l'arrivée.

La difficulté suivante, le Col de Pascal, dont le sommet est au km 93 fait 4,2km à 6% de moyenne, il est irrégulier avec des beaux pourcentages au pied, ce qui n'est pas pour me déplaire. D'ailleurs, une moitié du groupe a lâché dans le premier kilomètre de la montée et nous ne serons plus qu'une vingtaine après le sommet.

Du Sommet du Col de VESC au Sommet du Pascalin nos temps de course sont les suivants :

Jean-Marc : 01:15:19

Didier : 01:25:42

Gilles : 01:21:36

Phil : 01:29:00

Didier a effectivement abandonné près de quatre minutes à Gilles lorsqu'il a dû rouler seul. Gilles comble ainsi le retard pris au départ.

Phil qui n'a pas pu s'entraîner assidument pour ménager son genou manque visiblement de rythme, mais ça viendra au fil des courses.

Il reste alors 46 kilomètres pour rejoindre l'arrivée, une dernière ascension, Le Col de Tartaiguille : 3,4 km à 5% et les 24 km roulants pour rejoindre l'arrivée.

Du sommet du Col de Pascalin à L'arrivée, nos temps de course sont les suivants :

Jean-Marc : 01:16:52

Didier : 01:21:46

Gilles : 01:22:13

Phil : 01:30:11

Les écarts ont continué à se creuser irrémédiablement en fonction de notre placement dans la course. C'est une constante dans les cyclos, si on est devant et si on ne pète pas, on profite mieux de la vitesse des autres concurrents.

Pour le TEAM CVC, la logique de la forme du moment a été respectée. La saison démarre bien pour le TEAM CVC ; la Corima est une course de début de saison avec un niveau très relevé, Le plateau des coureurs rassemble beaucoup de cyclosporifs parmi les meilleurs. Nous avons ainsi une bonne information sur les effets du travail de l'hiver, nous allons maintenant prendre du rythme et consolider au fil des courses à venir.

Pour la petite histoire, Le circuit est une boucle parfaite. Sur un circuit automobile, on appelle ça un tour. « Je prends 43 secondes au tour à Alain PROST » !!! Il a fait le grand parcours de La CORIMA. Il était probablement dans mon groupe mais sans son casque de F1 habituel, ce qui fait que je ne l'ai pas reconnu. En tout cas, il ne m'a pas doublé dans les derniers les ronds-points ni à l'aspiration dans les dernières lignes droites. On était sur deux roues !!! Sur Quatre roues ça aurait été une autre histoire.

Sur le 111 kilomètres, Pascal réalise un très beau parcours avec une excellente vitesse. On espère le retrouver souvent parmi nous sur les épreuves à venir.