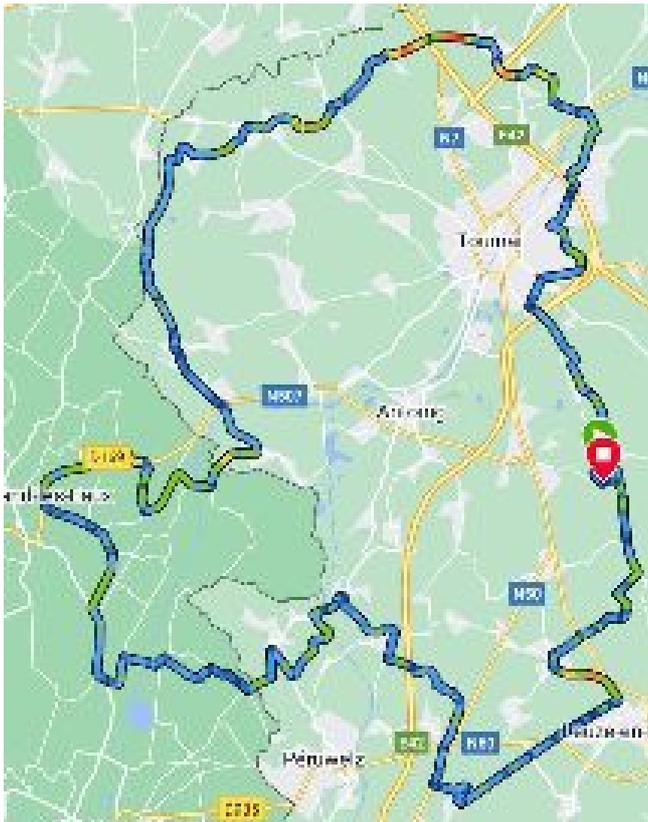


DOUBLE BOUCLES

Un 200 kms à notre manière et avec le maillot " Audax "

Textes et photos de Michel Leroy et de Daniel Delfosse.

N'ayant roulé aucun brevet longue distance cette année avec le club, nous avions un projet identique qui nous titillait déjà depuis de nombreux mois. Accomplir une boucle de 100 kms, avec retour à notre domicile, pour se nourrir, s'hydrater et "se soulager" et dans la ½ heure, repartir pour mener à bien la même boucle de 100 kms et à une moyenne de 25 km à l'heure.



Après le dîner, la seconde partie du projet fut exécutée avec certaines difficultés, durant une quarantaine de bornes par Dupond (Daniel Delfosse) (manque de sucre) mais en gardant quand même au final une moyenne de de 25,7 km/heure. Ce challenge fut une réussite et la moyenne projetée fut largement dépassée, avec comme résultats de la sortie, 220 kms en 8h28 et une gestion de notre potentiel mesurée.

Aussi pour fêter cette débauche d'énergie de cette rando bouclée sans problème et sans crampes, nous avons pris un apéro dînatoire avec nos épouses et agrémenté de quelques MOINETTES. Nous espérons la refaire l'année prochaine beaucoup plus tôt dans la saison cyclo-touristique sans déroger naturellement au programme AUDAX.

Dans les grandes lignes le parcours choisi partait de Béclers, en passant par Gallaix, Pipaix, Leuze, le ravel jusque Thumaide, Braffe, Brasménil, Callenelle, Wiers, pour se diriger vers la France, par Hergnies direction Saint-Amand-les eaux et revenir par Mortagne du Nord et repasser en Belgique à Laplaigne, longé la frontière en passant par Rongy, Howardries, Rumes jusque Lamain, Kain et enfin Béclers, une randonnée de 110 kms avec un dénivelé de 350 m.

Ce brevet fut réalisé le mardi 19 septembre, une date tardive et de fin de saison. Mais qui nous arrangeait tous les deux; seulement à cette période et avec les kilomètres accumulés durant l'année, cela ne devait pas poser de problèmes d'endurance.

La première centaine fut, malgré un vent soutenu avec rafales, effectuée à une moyenne de 26,1 km/heure en contenant les efforts, en se relayant et en ralentissant par moments pour garder des forces pour la suite.



Les " Dupond et Dupont "