



**CC Weyler – Newsletter Décembre 2022**



## CC Weyler – Newsletter Décembre 2022



### Introduction

Voici entamée la pause hivernale permettant à certains d'entre nous de pendre le vélo pendant quelques semaines afin de se reposer et de se consacrer aux festivités de fin d'année. Cependant, d'autres continueront à enfourcher leur monture pour des randonnées un peu plus light pour entretenir leur forme et éventuellement brûler des calories excédentaires.

Que cela ne vous empêche pas de nous faire part de vos expériences en rapport avec la pratique du vélo à l'adresse [secretariat.ccweyler@gmail.com](mailto:secretariat.ccweyler@gmail.com), nous ne manquerons pas de les publier dans nos prochaines éditions.

**En attendant, nous vous souhaitons de très agréables fêtes de fin d'année, un très Joyeux Noël, et une excellente Année 2023 qu'elle réponde à vos attentes dans les domaines professionnel, privé et bien sûr sportif !**

Remerciements à Marc Vandemeulebroeke pour son article et à Paul Fougienne pour les photos transmises.

Bonne lecture à tous.



# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

## Sommaire

- *Rappel Sécurité*
- *Circuits*
- *Membres*
- *Nos membres vous racontent : Marc Vandemeulebroeke*
- *Nos membres s'illustrent*
- *Repas de fin de saison*
- *Assemblée Annuelle*
- *Nouveaux Equipements*
- *Agenda*
- *Nos sponsors*



## CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

### Rappel Sécurité

Pendant la saison hivernale, certains dangers nous guettent davantage qu'en période estivale. Citons une moindre clarté, du brouillard, du givre ou même du verglas qui nous rendent plus vulnérables. Redoublons donc de prudence et assurons-nous avant le départ que nos phares, feux arrières, etc... sont en bon état afin de bien voir et d'être aussi bien vus des autres usagers de la route. Vérifions aussi les freins qui pourraient s'avérer moins efficaces par temps humide. De toute façon, si le moindre risque de neige ou de verglas se présente, reportons la sortie à une autre date avec des conditions météo plus favorables.

Un bon conseil : restons vigilants pour nous, nos proches et nos amis.

# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022



## Circuits

Notre catalogue continue de s'étoffer avec de nouveaux circuits route : vous disposez ainsi des traces GPX à télécharger sur vos compteurs équipés en GPS, ainsi que des feuilles de route au format PDF à imprimer.

[Traces GPX](#)

[Feuilles de route PDF](#)

Programme Route : sorties officielles suspendues jusqu'à fin février 2023, mais si les conditions météo le permettent, rendez-vous est donné le dimanche matin à 9.00 heures sur le parking de VF Bike pour une sortie à allure modérée convenue de commun accord...

Au programme VTT : des sorties officielles VTT reprendront un peu plus tôt que les sorties Route...

Retrouvez cet agenda sur:  
[Calendrier 2022](#)



## Membres

Le club compte à ce jour 93 membres, dont 3 nouveaux nous ont rejoints récemment:

- Tanguy LOOTSCH, 27 ans de Lottert,
- Guillaume RODRIGUES, 26 ans de Freylange,
- Stéphane PINCK, 48 ans d'Arlon

Bienvenue à eux ! 😊

**N'oubliez pas de vous réaffilier pour la saison 2023 par virement sur le compte **BE75 0004 1446 6751**, en mentionnant vos nom et prénom. Un bon conseil, n'attendez pas, ainsi vous bénéficierez de l'assurance sans interruption !**



## CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

### Nos membres nous racontent

Dans cette rubrique, un membre partage une expérience passée ou récente ou bien un projet en relation avec la pratique du vélo. **N'hésitez donc pas à nous transmettre un souvenir ou une anecdote marquante ou à nous exposer votre projet ou défi,...**

Souvenez-vous, dans l'édition précédente **Marc Vandemeulebroeke** nous expliquait sa préparation au Championnat du Monde Gran Fondo UCI à Trento en Italie qui a eu lieu le 18 Septembre dernier. Epreuve exigeante et de haut niveau. Marc nous relate ci-dessous son expérience.

*Ce vendredi 16 septembre, me voilà traversant la France pour arriver au cœur des Dolomites. Tout de suite une impression oppressante de haute montagne comme à Briançon avec la route serpentant entre les hauts sommets. Arrivée donc en Italie à Trento, petit hôtel sympa sur le parcours du Championnat du Monde. Je remonte mon vélo qui va dormir sagement sur mon balcon en attendant cette course de pure haute montagne également au programme du Giro 2023.*

*Reconnaissance le samedi matin du Monte Bondone Sud ...en voiture. Et oui, 20 km d'ascension très difficile, ce n'est pas à faire la veille de la course. Comme prévu cela ressemble à l'Izoard Sud avec 5 km de plus sans parler de la face Nord à grimper aussi. Echange d'emails avec Marc Thill qui confirme la difficulté de cette double ascension du Monte Bondone.*



## CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

### Nos membres nous racontent

*Sur présentation de la carte d'affiliation UCI (qui ne reconnaît pas notre fédération ...) dans la Riders Zone, réception du dossard, du roadbook, du technical guide et du transpondeur à installer sur le vélo. Ensuite, direction le briefing des coureurs après un bref salut à Erwin Verweken (ex champion du monde de cyclo cross) le responsable Golazzo qui organise la course et un contact précieux pour les belges. La sélection nationale belge comprend 125 coureurs toutes catégories confondues dont 3 belges dans ma catégorie 65 – 69 ans. Pâtes au menu du soir et dodo à 21h30 sauf.... qu'un samedi soir c'est la fête techno locale, merci pour les décibels !!!*

*Petit déjeuner le dimanche de la course avec un couple norvégien (route ET contre-la montre pour Madame!) qui en est à leur 5ème championnat du monde. Ils me préviennent que la descente finale est sinueuse, étroite et pentue. Bon, cela manquait au tableau ....J'enfile ma tenue officielle bleue de la sélection belge. Echauffement de 45 min pour pallier mon manque d'explosivité au départ. Enfin dans le bloc de départ des 65-69 ans aux côtés de Dominique Wuidart un autre Luxo et animateur bien connu des Ardennes Gaume. Le 3ème belge Karel Willems est là aussi, je le croise depuis des années et je le sais redoutable avec de nombreux podiums et une victoire au mythique Spinneys 92 de Dubai.*

*Gun start à 10 :41 précédés par les Carabinieri à moto. Départ canon en peloton compact. Je me mets à droite car le premier virage est un gauche à 90°. 12 kms de plat avant la 1ère face du Monte Bodone à près de 40km/h de moyenne. Je garde la roue de Dominique mais je le perds dès le début de l'ascension qui remet implacablement chacun à sa place.... en queue de peloton pour moi.*





## CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

### Nos membres nous racontent

*Ascension difficile des 20 kms à 146 puls/moy., soit juste au seuil de ma zone rouge et environ 190 à 210 watts pendant 1h50. Après 2 ou 3 km de col je me fais rattraper par le groupe des femmes 50+ parties 1 min après moi et emmenée par .... Jeannie Longo (47 kgs, 1m64). Non, ce n'est pas une bonne idée de sauter dans sa roue. Je grimpe avec un hollandais qui me fait la conversation, un argentin sympa, une jeune irlandaise et une danoise. Je rattrape un jeune compatriote au bout de sa vie en fin de col. «Alles goed? Allez nog 3 km – Podverdomme, t' is niet te doen, ben al dood moe». J'alterne le 28 et le 30 dents. Du 8 à 10 % partout avec un passage à 16 %. C'est sans fin. Keep smiling.*

*On bascule au sommet. Les bénévoles nous remplissent les bidons en quelques secondes. La descente est très rapide à 60 – 70 km/h. Sur le petit replat qui suit je reprends quelques coureurs mais il y a quelques murs à 15%. Des supporters belges me proposent (en vain) «een pintje» avant la 2ème face du Monte Bondone. Allez, c'est reparti pour une nouvelle longue grimpe. Beaucoup d'encouragements des spectateurs. L'irlandaise nous lâche. Tout le monde souffre. Et puis enfin le sommet et cette sale descente. Odeur de patins de freins brûlés mais ce ne sont pas les miens. Je reviens sur l'irlandaise et le danois qui nous avait dépassé. Enfin, l'arrivée. Les commissaires UCI ne me désignent pas pour le test anti-dopage et j'échappe aussi à la pesée de mon vélo.*

*Bon, pas le premier mais pas le dernier non plus. 60ème sur les 65 partants. 20 km/h de moyenne. Pas vraiment épuisé de mes 88 kms et 2300 D+ mais la haute montagne ce n'est pas pour moi. Pas de trace de la Jeannie avec ses petits kilos rikiki (elle a gagné sa catégorie). Peut-être plus facile à Glasgow 2023 ? Via le Spinneys 92 de Dubaï le 19 février 2023 ?*

*Marc Vandemeulebroeke*



## CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

### Nos membres s'illustrent

Plusieurs membres de notre club participent à des épreuves cyclosporives ou relèvent des défis avec des fortunes diverses. Ils portent les couleurs et participent à la fierté du CC Weyler localement et à l'étranger. Félicitations à eux pour leurs belles performances.

#### **Granfondo Espace Cycles 115 km du 8 Mai 2022**

Yves Divoy, contraint à l'abandon en raison d'un problème technique.

#### **Traversée des Alpes en soutien à Soleil Bleu (ANDAGE) du 5 au 10 Août 2022**

Brillante participation de Fabrice Kemp, Gaby Olimar et Lionel Mortier à ce fameux défi : 800 km en 6 jours avec 3500 D+/jour !

#### **Charly Gaul 145 km du 4 Septembre 2022**

Lucia Cavuoto, classée 3<sup>ème</sup> sur 5 dans sa catégorie d'âge.

#### **Championnat du Monde Gran Fondo UCI à Trento en Italie, 18 Septembre 2022**

Marc Vandemeulebroeke, classé 60<sup>ème</sup> sur 65.



## CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

### Repas de fin de saison

Cette année, nous avons opté pour une formule moins formelle, à savoir une raclette. Le Samedi 12 Novembre, nous nous sommes retrouvés à une petite cinquantaine pour partager une soirée conviviale et chaleureuse dans la salle La Sablonnière à Stockem.

Cette soirée a été l'occasion de récompenser les lauréats des challenges Route et VTT et de célébrer les jubilaires : Jean-Luc Loiseau (30 ans), Laurent Martin (20 ans) et Jean-Yves Valet (10 ans).

Ci-dessous, quelques photos de cette soirée...





# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

## Assemblée Annuelle

L'Assemblée Annuelle 2022 s'est tenue le Jeudi 24 Novembre dans les locaux de VF Bike sur le zoning artisanal de Weyler.

### Ordre du Jour :

#### 1. Bilan 2022 et projets 2023

- Départ de Jérôme Tibesar de la Présidence : remerciements pour son implication et son engagement
- Stage Roquebrune 2022 : participation de 16 membres
- Vu le succès, ce stage est également organisé pour 2023
- succès d'ATL 2022, malgré la météo défavorable le dimanche
- même formule en 2023, dates à retenir : **les 2, 3 et 4 Juin**
- Séjour à Briançon, que les 12 membres participants ont apprécié au niveau de la beauté des paysages et de la qualité
- Changements pour 2023 :
  - La 1<sup>ère</sup> sortie Route de la saison 2023 se fera en un seul groupe
  - Dorénavant, les randonnées à domicile se feront au départ de VF Bike et non plus Garisart
- Thierry Wester réintègre le Conseil d'Administration
- Renouvellement du Comité : départ de Jérôme Tibesar et aucun nouveau membre





# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

## Assemblée Annuelle

L'Assemblée Annuelle 2022 s'est tenue le Jeudi 24 Novembre dans les locaux de VF Bike sur le zoning artisanal de Weyler.

### Ordre du Jour :

#### 2. Rapport du Trésorier

- ATL
  - Recette de 576 €
  - dépenses un peu plus élevées cette année en raison de l'acquisition de matériel
  - recettes plus faibles pour cause de baisse de la participation
- Séjour Briançon a coûté 6 500 €, surtout pour l'autocar
- Repas 2022 a occasionné une dépense de 1 366 € : salle et boissons softs
- BILAN : - 6 896 € (en tenant compte du repas 2021 et non pas 2022)

#### 3. Présentation des nouvelles tenues (Jean-Yves, Fabrice et Marc, voir en page 16)

- Réduction à 3 pièces obligatoires au lieu de 4 précédemment
- Les chaussettes sont offertes aux membres
- Ouverture prochaine du webshop. Il faut tenir compte d'un délai de production et livraison de 10 semaines au moins



# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

## Assemblée Annuelle

L'Assemblée Annuelle 2022 s'est tenue le Jeudi 24 Novembre dans les locaux de VF Bike sur le zoning artisanal de Weyler.

### Ordre du Jour :

#### 4. Voyage 2023

- Proposition d'un séjour de 3 jours dans les Ardennes Flamandes + Pays des Collines près de Waregem
- Date encore à définir, soit week-end du 18 ou du 25 Août
- 2 groupes : 80 km et 120 km avec plus de secteurs pavés
- Côtes au programme : Koppenberg (600 m), Paterberg (400 m), Taaienberg (800 m), Leberg, Berendries, Bosberg, Eikenberg, Oude Kwaremont, Kruisberg
- Hôtel en demi-pension

#### 5. Divers

- adoption de la mise en place d'un système de pré-inscription aux sorties, style Doodle (proposé par Bernard Lecaillon)
- sortie en semaine le mardi ou le jeudi soir éventuellement en collaboration avec VF Bike (proposé par Bernard Lecaillon)
- organisation d'une conférence par Nutribay sur la nutrition (proposé par Bernard Lecaillon)
- départ groupé des randonnées (proposé par Jean-Marie Braun)
- possibilité de démarrer plus tôt, par exemple 7.30 heures en été (proposé par Lucia Cavuoto)





# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

## Assemblée Annuelle

L'Assemblée Annuelle 2022 s'est tenue le Jeudi 24 Novembre dans les locaux de VF Bike sur le zoning artisanal de Weyler.

### Ordre du Jour :

6. Verre de l'amitié avec parts de pizza





# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

## Nouveaux équipements

Les nouvelles tenues vous ont été présentées à l'Assemblée Annuelle.

Le Comité a décidé de réduire à 3 les pièces obligatoires : maillot, cuissard et veste.

Le webshop Vermarc devrait ouvrir sous peu nous vous en tiendrons, bien sûr, informés ainsi que des modalités. Notons que les chaussettes seront offertes. Après clôture des commandes, il faudra compter un délai de 10 semaines pour la livraison.

Ci-dessous, quelques-unes des pièces que vous pourrez commander sur le webshop.







# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022

## Agenda

Notre 1<sup>er</sup> rendez-vous de 2023 sera consacré à la remise des nouvelles tenues vraisemblablement en février, cette date étant toute théorique et dépendant des aléas de la production chez Vermarc.

# CC Weyler – Newsletter Décembre 2022



## Nos sponsors

