

- Je t'ai déjà dit que tu cuisinais bien ?
 - Non jamais !
 - Alors, pourquoi tu continues ?

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

*Vieillir, c'est comme escalader une montagne,
vous êtes un peu essoufflé mais la vue est bien meilleure !*

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

Ce n'est pas parce qu'on a 80 ans
qu'il faut se contenter d'une infusion.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

*Avec la flambée des prix,
je cherche une voiture à pellets*



Programme juin 2023

Dim 4 juin : 8 h 29/30, sortie dominicale, +- 77/66 km
Sam 10 juin : 7 h 15, départ vers Tourinnes St Lambert,
rue des Cortils 1 - 8 h la Blanmontoise.

**Dim 11 juin : 8 h 15, à Hélécine complexe sportif,
sortie en faveur Télévie Hélécine +- 78/68 km**

Dim 18 juin : 8 h 29/30, sortie dominicale, +- 76/65 km

**Sam 24 juin : 9 h, 110 km organisé par La Margelle
pour les margelliens uniquement- voir plus loin**

Dim 25 juin : 8 h 30, sortie dominicale, +- 75/65 km

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

Le départ se prend toujours au local

Mai, c'est fini.
Vive juin, ses longues
journées et le début des
challenges en tout
genre.



Bon anniversaire à

Michou le 10, Didier Seha le 18, André le 19, Olivier le 27 et Michaël le 30.

« En beau juin, toute mauvaise herbe donne du foin. »

Si une toux en a perturbé quelques-uns et les a empêchés de se lancer dans l'aventure, d'autres en ont profité pour affûter leur condition. Si certains étaient en retard de préparation pour diverses raisons, le dernier week-end à Calais les a remis sur les bons rails. Bravo Stéphanie et les garçons pour ce test de bravoure.

En clair, ce fut comme un stage ; avec un samedi costaud même s'il n'y avait que 68 km mais agrémentés de quelques soubresauts dignes du Giro. Un dimanche matin léger juste pour dérouiller p'tit à p'tit ce qui aurait pu être durci par les quelques rampes de la veille. Mais l'après-midi était émaillé de somptueuses côtes malfaisantes pour les moins costauds qui devaient grommeler en serrant fort les dents de ne pas en voir la fin.

Lundi, ce fut la cerise sur le gâteau. Ils se sont laissé aller à affronter un p'tit tour de 51 km mais avec un de ces vents de face plutôt satanique. L'apothéose avec la sortie de l'Escalles et son Mont de Calais. Il est à parier qu'ils n'ont pas eu de soucis d'endormissement et que leur appétit fut gargantuesque car la plupart ont puisé dans leurs ressources comme jamais auparavant.

Bravo à toutes et tous, merci pour l'ambiance et la convivialité qui furent de mise. Nous n'oublions pas de remercier J J pour ses parcours et les grenouilles pour la mise en place du programme des accompagnants.



- Papa, je me suis fait virer du cours aujourd'hui.
- Qu'as-tu encore fait cette fois ?
- Ben, rien de spécial, le prof m'a pointé avec sa règle et il a dit qu'il y avait un idiot au bout.
- Oui et alors ?
- Ben je lui ai demandé à quel bout.



La Blanmontoise le 10 juin en place de ...

Landen-Trois Ponts-Landen qui était à notre programme du juin, n'est plus organisé. Dès lors, il était nécessaire de remplacer ce challenge par un autre pas trop éloigné de chez nous comme nous le désirions auparavant.

Le choix s'est posé sur la Blanmontoise qui offre un panel de kilométrage et de dénivelé caractéristique d'un BAD. La Citadelle de Namur et le Triple Mur du Monty sont les 2 points d'orgue. Vous avez le choix entre le 132 km et ses 1.460 m de dénivelé, le 97 km et ses 1.082 m, les 74 km et ses 587 m et enfin les 50 km et ses 346 m. Vous trouverez sur leur site les tracés ainsi que leur trace GPS : <https://www.cyclo-blanmont.be>

Comme de coutume, notre véhicule sera présent, dès 7 h, pour transférer ceux qui le désirent, signalez-le au p'tit si c'est le cas. N'oubliez pas de vous inscrire sur le formulaire qui se trouve sur le site par le lien https://cutt.ly/Randonnees_2023 ainsi, en cas d'absence, au départ, le comité s'inquiètera de votre absence et essaiera de vous contacter. Merci de votre aide.



Sortie maison le samedi 24-06.

Il nous a été demandé d'organiser une sortie comme nous le faisons précédemment, c'est-à-dire une sortie un samedi départ et arrivée chez Anita.

J J s'est agité et nous a concocté un parcours de 110 km : A E, Perwez, Gembloux, Mazy, Ligny, Villers-la-Ville, Hevillers, Libersart, Thorembais-les-Béguines, A E avec un dénivelé de 959 m.

Tiens, tiens ce n'est pas loin d'un BAD quand même mais nous fonctionnerons comme un dimanche.

Tous ensemble et avec un arrêt à midi qui est encore à déterminer afin de pouvoir se sustenter, J J s'en occupera, avant de se réhydrater chez Anita. Nous veillerons à ce que notre véhicule suive afin d'avoir un support technique et frigo box aussi.

Dans ce cas aussi, veuillez vous inscrire sur le site via le lien


https://cutt.ly/Randonnees_2023.

Merci de votre aide et bonne route à tous.


Le dimanche 11 juin, nous participerons à la Journée Sportive et Familiale des Bénévoles Télévie d'Hélécine en compagnie du Club Cyclo de Crehen qui nous a interpellé pour les accompagner. Toutes les activités se feront au départ du Complexe Sportif, rue du Brouc. Comme de nombreuses activités auront lieu, il y a aura probablement des zones de parking pour accueillir tout le monde. Il vous est demandé d'être présent dès 8 h 15 afin de vous inscrire, le départ est prévu à 8 h 30. L'inscription est de 5 € (y compris 1 boisson). L'organisation prévoit plusieurs groupes suivant les vitesses de chacun. Nous avons accepté la demande du club de Crehen car depuis 2019 nous n'avons plus fait de geste vis-à-vis du Télévie. Nous voulons profiter de l'occasion pour en poser un. Nous vous donnerons plus de détails prochainement. Merci à tous.



Parcours A

Dim 04 juin Départ 8 h 29 +- 77 km	Dim 11 juin Départ 8 h 30 +- 78 km	Dim 18 mai Départ 8 h 29 +- 76 km	Dim 25 juin Départ 8 h 29 +- 75 km
A E Thisnes, Tourinne, Lens St Servais, Remicourt, Bettincourt, Rosoux, Walsbets, Orp le Grd, A E	A E à Hélécine  Complexe Sportif A E	A E Incourt, Gistoux, Louvain la Neuve, Beaurieu, Cortil Noirmont, Tourinnes St Lamb, Malèves Ste Marie, Ptt Rosière, A E	A E Noduwez, Hakendover, Neerlinter, Budingen, Neerhespen, Eliksem, Overwinden, Racour, A E

Parcours B

Dim 04 juin Départ 8 h 30 +- 66 km	Dim 11 juin Départ 8 h 30 +- 68 km	Dim 18 juin Départ 8 h 30 +- 65 km	Dim 25 juin Départ 8 h 30 +- 65 km
A E Merdorp, Villers-le-Peuplier, Lens-St-Servais, Omal, Berloz, Klein-Vorsen, Landen, Lincint, A E	A E à Hélécine  Complexe Sportif A E	A E Glimes, Incourt, Cocrou, Corbais, Blanmont, Walhain, Orbais, Perwez, A E	A E, Marilles, Hélécine, Hakendover, Oplinter, Melkwezer, Eliksem, Racour, Orp, A E

