



[www.ffct.org](http://www.ffct.org)

FFCT CYCLOTOURISME

# La Gazette du CYCLO

**Numéro 32 - MAI - JUIN 2010**

Site Internet : [www.cyclodounoux.ffct.org](http://www.cyclodounoux.ffct.org)

Adresse e\_mail : [cyclodounoux@ffct.org](mailto:cyclodounoux@ffct.org)

[Cyclodounoux.actualités@chez nous](mailto:Cyclodounoux.actualités@chez nous)

AU PROGRAMME .....

## Ce qu'il s'est passé ...



Soirée MOULES FRITES  
La Dounousienne VTT  
La Randonnée de la Vôge  
La reprise « route » du dimanche matin  
La reprise « route » du samedi après-midi



## A venir ...

### Les sorties :

- 🚲 Le LUBERON
- 🚲 L'ARDECHOISE

### Les parcours



## Et encore :

Histoire de nos villages  
PLOMBIERES LES BAINS



Retrouvez toutes les informations du Club sur notre Site : [cyclodounoux.ffct.org](http://cyclodounoux.ffct.org)

## LA SOIREE MOULES FRITES DU 6 MARS.

Depuis quelques années on pourrait l'appeler moules-neige, neige-frites, moules-neige-frites...comme dessert, on aurait pu s'attendre à des œufs à la neige, mis ce n'était pas le cas.



Une table

Dès le début de l'après midi une équipe de cyclos a commencé par décorer la salle, cette année les nappes étaient d'un vert printemps, peut-être en signe de pied de nez à ce bel hiver, et les ballons de couleurs variées pour donner de la gaieté à cette soirée dansante (les flocons dansaient aussi dans un vent du nord glacial). Cette année les moules préparées par notre restaurateur local étaient abondantes et le service assuré par les nombreux membres de notre club a été orchestré par Michel K pour une bonne répartition des plats à chaque table. Et au petit matin pour repartir chez soi ! -8°C au dehors ! Mais ces degrés négatifs avaient été largement compensés par les degrés positifs de la sélection de vins et de bière choisis par nos sommeliers qui une fois de plus ont bien servi nos invités.

Nous remettons cela l'an prochain peut-être avec le vert printemps à l'extérieur et le blanc à l'intérieur ?

FG



Le service en salle



Le service au bar

## LA REPRISE DES SORTIES « ROUTE »



Le temps était calme, était-ce la fin de l'âge de glace ? Ce matin là, 22 cyclos étaient au départ d'un parcours de reprise assez vallonné pour un tout début de saison. Contrairement aux autres années, l'hiver ayant été particulièrement rigoureux, les membres de notre club n'avaient pas pu amasser de Km en janvier et février, et c'est pour cela que pour quelques uns d'entre nous la reprise fut d'une certaine difficulté. Mais comme ce parcours ne s'éloignait jamais trop loin de Dounoux, il était facile de l'écourter, c'est ce qu'a fait Michel K accompagné de deux cyclottes. Il est vrai que notre ami Michel devait tenir le

bureau de vote, devoir de conseiller municipal oblige! Les mois prochains seront espérons le, propices à la remise en forme pour prendre part aux sorties organisées par les autres clubs et aussi les nôtres comme l'Italie, le Luberon, l'Ardèche, les Vosges du Nord, les Alpes, Verdun, le Ventoux et d'autres encore. Cela sentant déjà l'été, on pourra ensuite apprécier la glace dans les verres accompagnée d'un jaune provençal plutôt que dans le décor ! FG

**Samedi**

Le 20 mars, reprise des sorties du samedi après midi avec Jacques et Jean Loup

**Mercredi**

Une sortie du mercredi après-midi avec Jean-Marie



# L'ARDECHOISE 2010

L'incontournable rendez-vous du mois de juin sera cette année assorti d'une journée supplémentaire avec l'Ardéchoise verte. Quatre jours de vélo sur ces magnifiques routes de l'Ardèche, on voudrait déjà y être.



Le départ de Dounoux est prévu le mardi 16 juin au matin et le retour le dimanche 21 après le traditionnel ravitaillement dans les caves locales. Nous sommes 22 inscrits sur 2 circuits distincts. Le grand circuit de la Montagne ardéchoise plus l'Ardéchoise verte Valloire pour 11 cyclos, 630 Km pour 11100 m de dénivelée positive en tenant compte des hébergements hors circuit. Vous pouvez consulter les 4 parcours sur Openrunner. Feront partie de ce groupe : Thierry Antoine, Gilles Aupetit, Patrick Coignus, François Colin, Claude Deschanet, Jean Luc Grisval, Jacky Ickowski, Vincent Lhuillier, Philippe Ottmann, Fabrice Raimond et Francis Richard. Mercredi soir, hébergement au château de Lemps après la boucle de l'Ardéchoise verte, à Rocles au pied du col du Meyrand le jeudi soir et à Freycenet la Cuche après le Béage le vendredi soir. Les 2

derniers hébergements ne sont pas encore confirmés de façon certaine.

Le second groupe de 11 cyclos également, empruntera le circuit de la Loire et de l'ardéchoise verte Cances, 390 Km pour 6700 m de dénivelée positive. Dans ce groupe il y aura Marie Claude Autugelle, Claude Belgéri, Patricia Géhin, Fernand Germain, Michel Hazotte, Nathalie Kobès, Christophe Luttenbacher, Jean Fretellière, Marie Cécile Richard, Daniel Rodrique et Jean Loup Schleret. Mercredi soir, hébergement également au château de Lemps après l'Ardéchoise verte. Jeudi soir vers le col d'Aizac après Antraigues et à Freycenet le vendredi soir avec le premier groupe.

L'Ardéchoise attire toujours autant d'adeptes du club avec un renouvellement constant des effectifs puisque cette année il y aura 7 nouveaux que nous accueillons avec beaucoup de plaisir pour cette belle aventure parmi les quelques 13500 participants.

Il sera difficile cette année de ne pas avoir une pensée particulière pour Jean Ferrat, surtout lorsque nous traverserons Antraigues et sa place du village mais aussi tout au long des petites routes sinueuses où nous nous dirons que la montagne est belle .

JEAN LUC GRISVAL

## LE LUBERON, DU 12 AU 16 MAI.

La douceur et la lumière caractérisent le Luberon pays de châteaux mais aussi de villages haut perché, hauts en couleurs avec des falaises d'ocre, d'or et de sang, haut en saveurs avec ses fruits confits.

Au sud, c'est le Petit Luberon, très varié dans son relief et sa végétation, c'est un site de falaises rocheuses et de combes sauvages où la faune trouve un biotope favorable.

Au nord, c'est le Grand Luberon, vaste domaine recouvert de massifs de chênes, pins, érables, cèdres et autres essences naturelles ou plantées par l'homme.

Mercredi 12 mai dans la journée : départ vers Bédoin pour un regroupement sur place et départ à vélo, direction Céreste.

Jeudi 13 mai : Balade touristique sur la journée pour tout le groupe de 90 km avec option facultative en cours de route pour les grimpeurs de 40 km (soit 130 en tout) au cœur du Luberon.

Vendredi 14 : Balade touristique facile sur la journée pour tout le groupe de 90 km au nord du Luberon.

Samedi 15 : Départ vers Bédoin avec 2 options à partir de Sault : le Ventoux jusqu'à Chalet-Reynard ou les Gorges de la Nesque. (90 km). Hébergement à l'hôtel l'Escapade à Bédoin. Nécessité de trouver des chauffeurs pour ramener les véhicules restés à Céreste

Retour dimanche 16.

Nous serons une trentaine y compris les Claude et Chantal Belgeri et qui nous rejoindront avec leur camping-car.



FG+Fran6

## LA RANDONNEE DE LA VOGUE



Mirecourt, Neufchâteau, Blénod, Château Salins, et aussi de deux clubs non FFCT comme la Vôge VTT et La Baffe.

C'était le 25 avril dernier, il faisait beau et chaud et c'est ce qui a fait venir 113 participants pour parcourir les routes de parcours montagnards. En effet cette année, les parcours de 115 et 88km comportaient des dénivelés significatifs en accord avec le Brevet Cyclo Grimpeur Vosgien (BCGV) demandé par le CODEP. Notons 38 personnes sur le 115km, 55 sur le 88km et 20 sur le 42km, ce qui fut une réussite car il y a quelques années nous n'avions eu que quatre personnes sur le petit parcours.

Ils venaient de Toul, Blainville, Remiremont, Granges sur Vologne, ASPTT et les Amis de Vélocio d'Epinal, l'ACHV de Fays, Gérardmer,



Notons la participation de madame Marcot, maire de Xertigny et de Gérard Malivoir de Toul, responsable de la commission parcours pour la Semaine Fédérale 2010. <http://www.sf2010-verdun.org/>

Malgré que la moyenne d'âge de l'ensemble des cyclo n'est pas juvénile, un jeune de 8 ans s'est élancé sur le petit parcours et un autre de 14 ans sur le 88km. Félicitons le doyen du jour, notre ami Jean Thiriote de Neufchâteau avec ses 83 ans, membre du CODEP88.

Les trophées ont été fournis par la Boulangerie de Dounoux, la Mairie, le Conseil Général, le Crédit Agricole et les Etablissements Chevallier,

entreprise de peinture et façades. Un merci aux donateurs de lots et trophées et aux membres du club qui ont œuvré à la réussite de cette 26<sup>ème</sup> Randonnée de la Vôge.

Et pour l'an prochain, notre ami Jean Marie Duguet, auteur des parcours 2010 a une idée, il ne reste plus qu'à la concrétiser.

*Fernand*

## ITINERAIRES DES SORTIES DES DIMANCHES DE MAI 2010

### **2 mai : randonnée Cyclo des Hautes Vosges, ACHV Fays.**

**9 h : Départ à 9 h**, les 4 Vents - Renauvoid - Bouzey - Sanchey - Uxegney - Domèvre sur Avière - Oncourt - Mazelay - Hennecourt - Gorhey - Girancourt, le Void de Girancourt - Naymont - Uriménil - Dounoux **57 Km**

**Sortie de 150Km avec Philippe Ottmann**

### **Samedi 8 mai**

**9 h :** Hadol Haute - Buzegney - Chapuy Chantré - Uzemain - les Forges d'Uzemain - la Queue Barrois - Reblangotte - Charmois l'Orgueilleux - Frison, la Fosse, carrefour D460 - la Rue centre rue des Vergers - Harol - Dommartin aux Bois - Adoncourt - Girancourt - Chaumousey - Bouzey - Renauvoid - Safframénil - Uriménil - Dounoux **57 Km**

### **9 mai, randonnée des Luthiers à Mirecourt.**

**8 h : Départ différé de La Chapelle aux Bois à 8h** avec Jean Luc, parking du Chaudron. **«Friquet»** La Chapelle, 2 étangs - Hardémont - La Forêt, la Raie de Fontaine - la Gare de Bains, D20 Château Puton - Le Clerjus, La Pierre Lavée - La Chaudeau - D19, Le Bas de la Côte - Le Thieloup, à gauche D57 bis, route forestière vers la petite Founot - le Poix - le Berret - traverser la RN 57 vers Beaumont - le Champ - la Battelielle - D23 Le Val d'Ajol - D20 route de Plombières, à gauche la Croisette, croisement Hôtel Enfoncé - la Sentinelle, **le Moineau**, le Bohla - Plombières, route de Ruaux, à gauche vers la fontaine Stanislas - La Sybille, La Guippe, Le Sirieux - D20 route de Bains - la Semouse, la Grange Evon par le Roulier - le Haut de la Côte - La Chapelle **72 Km**

**9 h :** Hadol - la Racine - D26, Gérardfaing - Bellefontaine - D3 sur env. 1Km, les Granges Richard - direction D12 - les Aulnoizes, le Moliu - juste avant Le Clerjus, la Gare de Bains - la Landre - Hardémont - la Chapelle aux Bois - Xertigny - Hadol, l'étang Perry - Dounoux **62 Km**

**Possibilité de raccourcir**, depuis le Moliu, Haudompré - Hardémont - la Chapelle aux Bois - Xertigny - Hadol, l'étang Perry - Dounoux **53 Km**

### **Jeudi 13 mai, randonnée Jeanne d'Arc à Neufchateau**

**9 h :** Uriménil - Naymont - Thiélouze - le canal de l'Est jusqu'à Girancourt - Gorhey - Hennecourt - Bocquegney - Fomerey - Darnieulles - les Forges - la Bourieure - Renauvoid - la Curtillotte - les 4 Vents - Dounoux **60 Km**

**16 mai, 8 h, «remparts»** les 4 Vents - Renauvoid - Bouzey - Sanchey - Uxegney - Darnieulles - Fomerey - Mazeley - D36 - Frizon - Nomexy - **Chatel** - Pallegney - **Domèvre sur Durbion** - Villoncourt - Sercoeur - Dompiere - Fontenay - Aydoilles - Charmois devant Bruyères - la Baffe - Mossoux - Archettes - Hadol - Dounoux **90 Km**

**Départ à 9 h**, Hadol - Géroménil - Arches - Archettes - Mossoux - la Baffe - Charmois devant Bruyères - le Roulier - Docelles - Cheniménil - Jarménil - Archettes - Arches - Laménil - Guménil - le Digneul - Grandfaing - le Roulier - Dounoux **44 Km**

Brevet Fédéral 200 Km (AS PTT Epinal)

**23 mai départ à 8 h, «les cerisiers»** Hadol - la Racine - les Drailles - Fallières - la Demoiselle - Olichamp - le Peutet - le Val d'Ajol - **Fougerolles** - Pré du Rupt - la Vaivre - le Thiéloupe - Le Bas de la Côte - le Grand Poirmont - Ruaux - Semouse - le Gué du Saut - Xertigny - Hadol - Dounoux **86 Km**

**Départ à 9 h**, Uriménil - Uzemain - les Forges d'Uzemain - Rasey - la Forge de Thunimont - Harsault - la Haye - RF Ban le Duc, la Neuve Verrerie Miséricorde - Charmois l'Orgueilleux - Nobaimont - Thiélouze - Naymont - Uriménil - Dounoux par La Counotte **47 Km**

**Lundi 24 mai 8h 30 :** le Roulier - Guménil - Laménil - Arches - Archettes - Mossoux - la Baffe - Charmois dvt Bruyères - le Roulier - Deycimont - Laval - Champ le Duc - Beauménil - Herpelmont - col de Malanrupt - Houx - St Jean du Marché - le Boulay - Docelles - Jarménil - Archettes - Arches - Guménil - Dounoux **70 Km**

**9 h :** Dounoux - Hadol - la Racine - Raon aux Bois - col de Raon - Remiremont - St Etienne les Remiremont - Xenois, Seux - Eloyes - Jarménil - Archettes - Epinal - St Laurent - Dounoux

**60 Km**

**30 mai 8 h, «le caprin»** Hadol - Arches - Jarménil - Cheniménil - Tendon - col de Bonnefontaine par route forestière - le Tholy - le Rain Brice - **le Haut du Tot** - la Croix des Hêtres - descente par Chevre Roche - Crémanvillers - Saint Amé - Saint Etienne les Remiremont - Eloyes - Jarménil - Archettes - le Digneul - Grandfaing - Dounoux **90 Km**

**9 h :** Dounoux - Hadol, le Sautez, la Draille, les Etangs, Raon Basse, col de Raon - Anty, Hautmantarde - Fallières - La Demoiselle - Plombières - les granges de Plombières - puis direction Hadol - Dounoux **55 Km**

Brevet Randonneurs Mondiaux 400 Km (Amis de Vélocio Epinal)

## ITINERAIRES DES SORTIES DES DIMANCHES DE JUIN 2010

### Fête du vélo les 5 et 6 juin.

**6 juin, départ différé de Xertigny à 8h** avec Jean Luc. "regard sur la Haute Saône" Xertigny – Bellefontaine – Fallières – la Demoiselle – route forestière du Bambois, l'étang du renard – D57 à gauche sur 700m puis à droite la Croisette – D57- cote 790, D136, la chapelle de **Beauregard** – Saint Bresson, à droite vers La Chaume – route de la Chaume, le Gaillard, l'étang d'Avaux, route d'Outremont – Hamanxard – les Mousses – le Girmont Val d'Ajol – cascade du Géhard – remontée sur D23 – Le Roulier – Plombières – Ruau – Semouse – le Gué du Saut – Xertigny **88 Km**

**A 9 h**, les 4 vents – Renauvoid – Bouzey – le Bois de Girancourt – le Void de Girancourt – Girancourt, D460 Dommartin aux Bois – Harol – La Rue, prendre Florent Barbier Automobiles – carrefour D460 – Frison – la Fosse – Charmois l'Orgueilleux -Reblangotte – Nobaimont – Thiéluze – Naymont – carrefour D39/D44 - Chapuy Chantré – Buzegney – Hadol Haute -Dounoux **58 Km**

**13 juin départ 8 h, «pas de Nice»** les 4 Vents – Renauvoid - Bouzey par la Bourieure – les Forges – Darnieulles – Fomerey – Gigney – Mazeley – Bouxières aux Bois – St Vallier – **Bettegney St Brice** – Gugney aux Aulx – Vaubexy – Derbamont – Circourt – Hennecourt – Gorhey – Girancourt – Le Bois de Girancourt – Renauvoid – la Curtillotte – Dounoux **81Km**

**Départ à 9 h**, Hadol Haute – Buzegney – D12, la Cense, Xertigny – la Chapelle aux Bois – le Grand Bois – les Voivres – Bains les Bains – Hautmougey – Harsault - la Forge de Thunimont – Rasey – Uzemain – Uriménil – Dounoux **55 Km**

Brevet Randonneurs Mondiaux 600 Km (Amis de Vélocio Epinal)

**20 juin 8 h, «canis lupus»** Arches – Archettes – Docelles – le Boulay – Saint Jean du Marché – Laveline du Houx – **Rehaupal** – route du trou de l'Enfer – montée vers le Haut du Pré – Champdray – Jussarupt – Herpelmont – Beauménil – Champ le Duc – Laval – Deycimont – le Roulier - Charmois devant Bruyères - la Baffe - Mossoux – Archettes – Arches – Laménil – Grandfaing - Dounoux **82 Km**

**Départ à 9 h**, Le Roulier – Grandfaing – Laménil – Arches – Archettes – Jarménil – Eloyes - St Etienne les Remiremont - St Nabord - Eloyes – Pouxoux – Arches – Aneuménil - les Prés Français – Géroménil – Hadol - Dounoux **55 Km**

## DIMANCHE 27 JUIN, JOUR DE NOTRE TRADITIONNEL PIQUE-NIQUE DE LA MI-SAISON.



### **Rendez-vous sur le site de la Croix de Lorraine à Dounoux**

*Comme d'habitude, chacun apporte salades, fromage, desserts et boissons, le club fournit les grillades et le pain.*

*Pour plus de détails sur l'organisation du pique-nique 2010, une information sera transmise courant du mois de juin.*

**Départ à 8 h**, Hadol – la racine – le Pranzieux – Bellefontaine – les Viaux – au carrefour D63, en face, le Moulin, remontée vers Ruau – les Granges de Plombières – les Drailles – Mailleronfaing – Hautmantarde – Anty – col de Raon, Raon aux Bois – la Racine – Senade, le Taillon, l'étang Perry, Hadol Haute – Dounoux **58 Km**

Randonnée Gringeaude à VTT à Granges sur Vologne (C.C.C.)

**4 juillet 8h, «Lobstein»** Uriménil – Naymont – Le Void de Girancourt – Barbonfoing – Agémont – Dommartin aux Bois – Harol, descente vers la Rue Centre depuis l'entrée de Harol – Ville sur Illon – Dompaire – D38, Bouzemont par D38A – Bazegney – Derbamont – Circourt – D6, Gigney – Fomerey – Darnieulles – Les Forges – la Bourieure – Renauvoid – Les 4 Vents – Dounoux **80 Km**

**Départ à 9 h** Senade – les Etangs – Rougerupt – Raon Basse – Raon, le Savron – le Pranzieux – Bellefontaine – Xertigny – Le Void de la Bure – Rasey – D51 route d'Epinal, le Roulon – Safframénil – Uriménil – Dounoux **54 Km**

Et aussi Randonnée des Lacs à Gérardmer (Gérardmer C.L.) Route

**11 juillet**, ce sera Mont Doré avec Jean Luc

## Histoire des villages - Plombières les Bains.

Deux de nos compatriotes habitent à Plombières-les-Bains, surnommée la « Ville aux mille balcons ».



La ville possède 27 sources chaudes faiblement minéralisées mais riches en oligo-éléments, les eaux de Plombières jaillissent à des températures comprises entre 57 et 84 degrés.

Les Romains ont découvert les sources de Plombières il y a plus de 2000 ans et ont fondé le premier établissement thermal de la station. Détruite lors des invasions barbares, Plombières va renaître à partir du Moyen-Âge. Au fil des siècles, d'illustres curistes vont s'y succéder parmi lesquels: Montaigne, Voltaire, Napoléon Bonaparte, Joséphine de Beauharnais, Napoléon III, Berlioz, Lamartine ou encore Alfred de Musset. Le 21 juillet 1858 eut lieu dans le « pavillon des princes » (actuels bureaux de l'administration de la Société thermale) l'entrevue secrète entre l'empereur Napoléon III et le comte de Cavour, premier ministre sardo-piémontais, aboutissant au traité de Plombières. Cet accord prévoit qu'en l'échange de l'appui militaire français au Piémont-Sardaigne dans sa guerre contre l'Autriche, la France sera indemnisée par l'annexion de la Savoie et de Nice.

En 1847, Honoré de Balzac, dans son roman *Splendeurs et misères des courtisanes*, parle également de la glace Plombière servie au dessert. Il ne fait aucun doute que cette glace fut présentée à Napoléon III et à sa cour notamment à Plombières-les-Bains en 1858 lors de la réception occulte de Cavour

En 1972, Plombières absorbe les communes de Ruaux, Les Granges de Plombières.

La population est de 936 habitants, les plombinois.

Altitude mini. 335 m — maxi. 576 m, la commune est traversée par l'Augronne.

### Divers

#### Et que nous réservent les mois de juillet et août ?

Les Alpes du 3 au 11 juillet avec Thierry Antoine

Les Vosges du Nord les 23, 24 et 25 juillet avec Jacques et Jean Loup

Verdun du 1<sup>er</sup> au 8 août, immersion internationale cyclotouriste. Une info sera transmise fin juin.

Le Ventoux fin août avec Fran6

Et si vous avez des idées de parcours, une expérience cyclo à relater nous publierons cela.