

## CC NAY

### Séjour Ventoux 19/05/07 – 26/05/07

Départ de l'entrée de l'autoroute de Soumoulou le samedi 19 mai à 8h30 à 4 voitures. Le groupe se compose de 5 pédalants et 3 accompagnatrices la 6<sup>ème</sup> voiture nous rejoindra le mardi.

Arrivée à St Christol vers 17h00 par Simiane la Rotonde : vive le Gps...route que l'on retrouvera quelques jours plus tard en vélo.

Nous découvrons le cadre de l'hôtel : calme, éloigné de la ville à proximité d'un bois à 820 mètres d'altitude, paysage typique du Sud Est. Les vacances commencent !

Le responsable de l'établissement nous accueille chaleureusement et nous présente les différentes chambres : ce sont de véritables petits appartements sans cuisine.

(Grande chambre, salle d'eau, wc, placard et terrasse personnelle avec petite table et chaises de jardin). Il nous montre ensuite le garage à vélo à disposition : tout est prévu pour les cyclos.

Après nous être convenablement installés, nous nous sommes retrouvés à l'entrée du restaurant attenant à nos chambres. Notre hôte nous a présenté notre table pour la semaine.

Ce sera un premier repas consistant et équilibré qui sera suivi par d'autres identiques et très agréables tant par le contenu que par la présentation.

Après une première nuit bien bénéfique pour prendre le vélo, les choses sérieuses commencent.



### Dimanche : Découverte du Pays d'Apt 106 km

Départ de l'hôtel à 8h30, la fraîcheur du matin n'est que de courte durée, la veste longue est vite posée. Nous traversons notamment Gordes et Roussillon. Dès le départ, surprise, 2 cerfs nous passent juste devant, ce qui nous confirme que l'endroit est sauvage.

Le déjeuner à midi se fera juste à coté de Roussillon, sur une place à l'ombre car le soleil est bien présent. Ce premier casse croûte amené par nos supportrices est copieux et équilibré (le cuistot qui l'a préparé, n'est autre que le responsable de l'hôtel, c'est un connaisseur en repas sportif).

Le retour à l'hôtel se fera vers 16h00 où chacun s'affaire à ses petites manies : contrôle du vélo, étirements, récupération en évoquant la journée.

Douche et repos bien mérités, ce sera une nouvelle fois un super repas qui nous attendra, prêts à repartir après une nuit de sommeil.



### Lundi 21 mai : Voyage dans le pays de Sault sur la route des lavandes 75 km

Départ de l'hôtel en vélo à la même heure que la veille direction Sault. Face à nous, tout là-haut, il est là le but de notre séjour, on le défie mais ce n'est pas pour aujourd'hui : le Mont Ventoux.

Nous prenons la direction de Monieux , le col de l'homme Mort à 1212m, et le col de Macuègne à 1068 m, Montbrun les bains, Aurel et retour à l'hôtel.

Balade très agréable, champs de lavandes pas encore en fleurs pour cette fin mai, mais les coquelicots rouge sang ressortent dans ce paysage sec et aride



### **Mardi 22 mai : 60 km**

Nous ferons la même balade que la veille en s'arrêtant en haut du col de l'homme Mort : une table et un banc étaient là; ils nous attendaient pour profiter du paysage à l'entour et reposer nos jambes. Nous avons soutenu Jeannot dans ses efforts puisque tout seul il a continué histoire de se faire plaisir.

Rentrés à l'hôtel pour midi, nous avons mangé le casse croûte sur place.

L'après midi nous sommes partis en voiture à la découverte de Roussillon. Promenade à pied dans la ville de Fernandel, rues typiques, point de vue super beau, balade dans le sentier des ocres sous une chaleur estivale.



De retour à l'hôtel, Jean Louis et Dudu étaient arrivés. Le Mont Ventoux était à nos pieds....

Nathalie

**CC NAY**

**Séjour Ventoux 19/05/07 – 26/05/07 (suite)**

En bon coéquipier, je prends le relais de Nathalie pour terminer le récit du séjour.

**Mercredi : Le Ventoux 126 km**



Les copains ont été sympas, ils ont attendu notre arrivée pour affronter le Ventoux qui nous domine au loin sous un beau soleil. La journée promet d'être chaude...

Après un petit déjeuner copieux et la photo du groupe dans la nouvelle tenue du Club, Clément qui piaffe d'impatience nous pousse au départ. Nous longeons une caserne truffée d'antennes paraboliques avant d'arriver à Sault, capitale de la lavande et rendez-vous des cyclos.



Les premiers kilomètres de montée jusqu'au Chalet Reynard sont agréables, en sous bois, sur une bonne route en pente douce avec peu de circulation.

C'est à partir de là que les choses sérieuses commencent. La forêt laisse sa place à un monde minéral blanc, le dénivelé devient beaucoup plus sévère.

Chacun montant à son rythme, une sélection s'est rapidement opérée. Jeannot, tel l'« aigle des montagnes » survole les difficultés et se détache irrésistiblement, Pascal en perd son casque et Michou en fidèle équipier, conseille et accompagne Nathalie toujours sereine. Quant à Clément et moi, nous adoptons un rythme de jeunes retraités pas pressés d'en finir.



Les derniers lacets sont vraiment raides. Heureusement, il n'y a pas de vent. Les arrivées à l'Observatoire sont très échelonnées, ce qui permet à nos photographes de réussir les clichés des six participants



Après avoir bien profité de la vue et quelques échanges amicaux avec des touristes, nous attaquons la descente vers Malaucène. Le casse croûte apporté par l'« assistance technique » sera pris à l'ombre au bord de la route.

Le temps passant, la température est montée. Il fait plus de 30° quand nous arrivons à Bédoin, début d'un autre versant du Ventoux. La pente devient rapidement très difficile, une fontaine est bienvenue pour se rafraîchir de la tête aux pieds, n'est ce pas Pascal ...Les 10 kms suivants avec un dénivelé moyen de 10 % dans une atmosphère oppressante sont terribles. Heureusement que nos dévouées accompagnatrices sont là pour nous encourager et nous ravitailler en boissons.



L'arrivée au Chalet Reynard est une délivrance. Après un moment de repos bien mérité, nous redescendons groupés vers Sault et l'hôtel, heureux d'avoir vaincu le « monstre ».

La douche et plus tard le diner sont appréciés par tout le monde avant d'aller rapidement se coucher.

### **Jeudi : Les Baronnies 125 km**

Tout le monde a bien récupéré des efforts de la veille. Seul Clément ayant promis à Martine une excursion dans les gorges du Verdon est contraint (à l'insu de son plein gré...) de déclarer forfait. C'est le « cœur brisé » qu'il nous voit partir, sous un fort soleil, vers les cinq cols au programme de la journée.

Très belle balade dans un cadre sauvage et fleuri avec de jolies montées sur des routes bien goudronnées et sans circulation. Après avoir gravi les cols du Négron, de la Pigière et de St Jean, nous nous restaurons en haut du col de Perty. Le temps magnifique dans un cadre idyllique nous incite à une petite sieste appréciée par tout le monde.



Le parcours se poursuit sur des routes calmes bordées de coquelicots et de champs de lavande. Comme la veille, les fontaines ont été appréciées.

L'ambiance au retour à l'hôtel est toujours bonne, deux groupes de cyclos marseillais sont arrivés et apportent de l'animation.

### **Vendredi : Les gorges de la Nesque 82 km**

Le groupe au complet se retrouve pour cette dernière sortie. Les jambes commencent à être lourdes mais le programme de la journée n'est pas difficile. Une fois de plus, le soleil est de la partie et le vent inexistant.

Nous rejoignons Sault par le haut de St Christol. Une longue descente rectiligne permet aux plus téméraires de dépasser les 85 km/h. Le col des Abeilles, un véritable boulevard nous amène à Villes-sur-Auzon départ des gorges de la Nesque. Elles ne sont pas grandioses comme les gorges de l'Ardèche traversées l'an dernier, mais ont un charme plus sauvage.

Malgré les kilomètres parcourus depuis le début du séjour, la moyenne est élevée, ce qui surprend la voiture assistance, très certainement retardée par des pauses café et autres curiosités touristiques... Le manque d'eau et de nourriture se font sentir. Heureusement le contact est rétabli et nous permet d'éviter la déshydratation. Le pique-nique arrosé d'un bon rosé n'en est que meilleur.

Après le café pris sur la place de Sault, envahie de cyclos de toutes nationalités, c'est à petite allure que le peloton rejoint l'hôtel.



Pour le dernier repas, une belle table nous attend. Le menu à base de spécialités régionales, à la façon du chef est excellent.

Le départ s'effectuera le lendemain matin via Avignon et le Palais des Papes.

Les conditions météo ont totalement changé dans la nuit, la neige recouvre les hauteurs du Ventoux et quelques cyclistes courageux ont sorti les tenues d'hiver.

Ce séjour effectué dans des conditions optimales a permis de découvrir une magnifique région, aux paysages parfois arides, souvent cultivés de lavande ou d'épeautre, mais toujours riches d'une flore variée et colorée. Les villages traversés ont tous un charme particulier et méritent de s'y attarder.

Il aura aussi permis aux participants de mieux se connaître et de découvrir la solidarité dans les passages difficiles. Les accompagnatrices sont à remercier pour leur disponibilité et leur bonne humeur.

Il ne faut pas non plus, oublier de mentionner les conditions d'accueil de l'hôtel « Le Lavandin » et la disponibilité de son responsable Laurent Grilli.



**Jean-Louis**