

Roulez pour le plaisir avec le CMOB Cyclotourisme

Pédaler, c'est la liberté ! Et quoi de plus agréable que de rouler cheveux au vent sur son vélo, de se sentir pousser des ailes... Et accessoirement quelques muscles ? Plus qu'un sport, le cyclotourisme est une attitude, entre performance et contemplation du paysage, dont Michel Gouguet, président du CMOB Cyclotourisme est adepte depuis près de 15 ans. À une époque où l'on est de plus en plus sensible aux modes de transport écolos et responsables, allez-vous vous laisser tenter par cette discipline à deux roues ?

Bassens Actus - Comment et quand l'association est-elle née ?

Michel Gouguet - « A la base, nous étions 7 ou 8 amis qui aimions nous retrouver pour rouler le dimanche matin. C'est donc naturellement qu'en 2004, le groupe est devenu une association, affiliée à la Fédération Française de Cyclotourisme. Nous avons été rejoints par nos épouses 2 ans plus tard, qui au départ venaient pour passer un moment de convivialité, plus que pour faire des bornes. Mais au fur et à mesure, elles se sont prises au jeu et celles qui râlaient au départ parce qu'on « allait trop vite » sont devenues aussi assidues que nous, voire plus ! En 2017, nous avons tous monté le col d'Aspin dans les Pyrénées, à près de 1 500 m d'altitude par 5°C et sous la pluie. Un moment inoubliable, l'aboutissement des entraînements et de superbes images en tête ! »

BA - Comment se passe une séance de cyclotourisme ? En quoi cela consiste-il exactement ?

« La vie de l'association suit les saisons et pas l'année scolaire car nous sommes tributaires de la météo. Nos sorties commencent donc vers février-mars, on se retrouve tous les samedis après-midi, place du marché à Bassens, à 14h (13h30 l'hiver), et on part pour des randonnées d'une cinquantaine de kilomètres en moyenne, toujours sur la Rive Droite. Saint Vincent de Paul, Ambès, Pompignac... L'avantage de notre rive, c'est la topographie, les côtes et les pentes, mais aussi les paysages, qui varient de ville en ville. C'est aussi cela l'esprit du cyclotourisme : pédaler et admirer la vue, découvrir les territoires autrement et même s'arrêter pour visiter. »



BA - Combien êtes-vous dans l'association ? Quels sont vos projets ?

« Aujourd'hui, nous sommes une vingtaine de licenciés de 35 à 75 ans, avec autant de femmes que d'hommes. Nous nous fixons certains objectifs chaque année comme les randonnées vers les villes jumelées de Bassens, Suances en Espagne et Kleinostheim en Allemagne, en 2008 et 2015. 600 km en 3 jours pour rejoindre Suances, 2 200 km en une semaine pour Kleinostheim, ça reste de belles performances ! En juin, nous irons à Suances en voiture en embarquant nos vélos, puis nous partirons en randonnées dans la région pendant quelques jours. Nous aimerions faire découvrir notre discipline à toute personne qui possède un vélo et c'est dans cet esprit que nous participons cet été à CAP33. Vous pourrez nous retrouver pour participer à des sorties, toujours dans la bonne humeur ! Nous nous adapterons aux personnes qui seront là. »

BA - Même à celles qui ont des vélos électriques ?

« Pas de soucis, elles sont les bienvenues aussi. De même que pour les vélos de ville, les VTT... L'important, c'est d'avoir un vélo qui roule et un peu de motivation car tout est dans la tête. On a tous en nous-mêmes des ressources insoupçonnées ! »



Plus d'infos :

06 51 55 80 64 - michel.gouguet@laposte.net
www.cmobcyclo.fr

Entraînements **le samedi et le mercredi : départ 14h, place du marché** - il est recommandé d'appeler avant -3 sorties d'essai gratuites

Fédération Française de Cyclotourisme : www.ffvelo.fr

Initiation gratuite dans le cadre de Cap 33 :

► samedi 6 juillet et 31 août à 9h sur inscription