

- RANDO COL DE PAILHÈRES VENDREDI 03 JUIN 2016 -

L'ARDÉCHOISE est bien ancrée dans les esprits. L'entraînement, toujours crescendo, bat son plein.

L'appel est lancé, **avis aux "fanatiques de la pédale"**, cette semaine le **COL DE PAILHERES** nous attend ! **ON COMPTE SUR VOUS !**

Les audacieux de **Bruguières** sont : **Jean-Roger, Christian M., Jean-Pierre V., Gérard C., Gérard R. et Josiane.**

Les acharnés de **St-Orens** sont : **Anne, Jean-Claude** (dit, le beauf et non le bof... pardon pour l'erreur !!!), **Robert, Francis, Angel et André.**

Aujourd'hui, scénario identique aux sorties précédentes. Rassemblement sur le parking de **SUPER U**. Arrimage du matériel.



Les vélos en priorité. Et comme l'organisation du CPB est bien huilée et ne laisse rien au hasard, après les vélos, les sacs.



Et après les sacs, les cyclistes. Regardez comme ils sont beaux et sages !



Sans oublier notre chauffeur émérite qui permet au CPB, dans ses expéditions, d'avoir un tel confort. Qu'il en soit vivement remercié.



Le transport, bien effectué, nous atteignons **LES CABANNES** avec sérénité et aussitôt procédons aux préparatifs de départ.



Nous retrouvons nos amis de Sainto et nous éclipsons en direction de **VÈBRE**, chez André, qui nous invite à boire le café dans sa maison de vacances avant d'attaquer les choses sérieuses. Quelques instants de convivialité bien appréciés. Merci à André et son épouse pour le délicieux gâteau.



VÈBRE

Puis, c'est le départ.



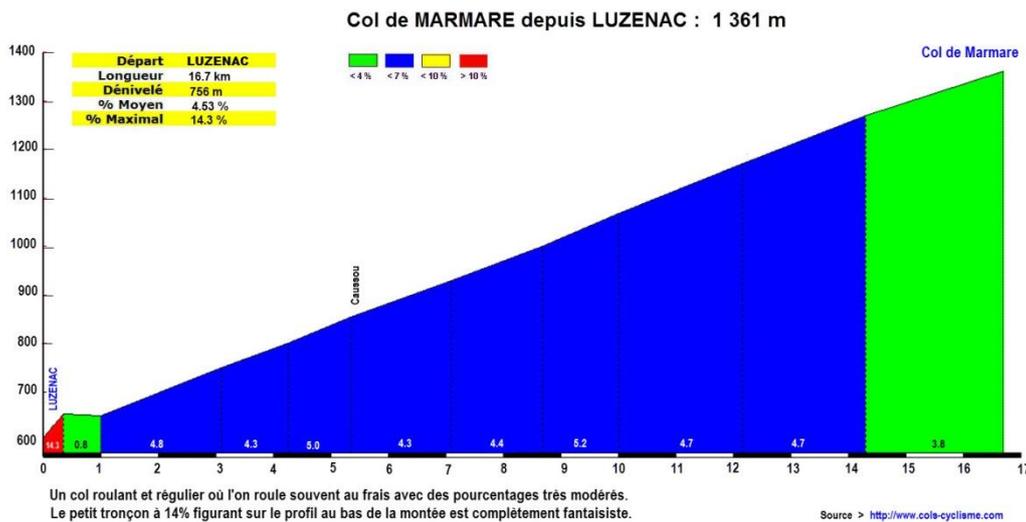
Arrêt inopiné, nous attendons un retardataire. C'est notre Président occupé à papoter avec un ancien villageois de BRUGUIÈRES aujourd'hui retiré à VÈBRE. L'attente n'a pas été très longue, nous repartons presque instantanément.

Nous regagnons **LUZENAC** par une petite route verdoyante bien sympathique qui nous permet d'éviter la nationale. **LUZENAC** est atteint. Déjà le terrain s'élève pour rejoindre la route des corniches à **BESTIAC** ensuite **CAUSSOU** qui sera notre dernier village traversé jusqu'au sommet du **MARMARE**.

"En relation avec le château de Montségur, les habitants de Caussou auraient recueilli et caché le trésor cathare dans leur village selon certains auteurs."

Toujours dans la continuité le **Col de MARMARE** vient défiler sous nos roues. Pour l'instant la difficulté est moindre. Certains ont vite pris un bon tempo. Alors que d'autres préfèrent adopter une cadence plus lente car vue l'exigence du parcours il faut en garder sous la pédale. Me concernant, je suis accompagnée par Robert et Christian M. qui restent avec moi jusqu'en haut. C'est très gentil, je profite un peu de leur présence car ensuite ils vont se "volatiliser" dans la nature et je ne les reverrai qu'au sommet du **PAILHERES**. Pas très loin devant nous Francis est là, nous le remontons et nous terminons à quatre l'ascension de **MARMARE** alors qu'ils sont tous là, non pas à se reposer, mais à nous attendre, bien sûr !, chacun faisant ses petites affaires. Certains arrosent l'herbe, d'autres grignotent ou s'hydratent alors que Gérard C. à l'air d'avoir un souci. Aurais-tu perdu quelque chose Gérard ??? Tu nous tiens au courant !!! Je suis désolée. La photo a été prise sur le vif sans le vouloir ! (lol).





Puis nous basculons dans l'autre versant et allons rejoindre l'Aude. Tout en descente, une descente comme nous les aimons. Un revêtement parfait donc roulant, une route large avec bonne visibilité et une inclinaison parfaite. Nous n'avons plus qu'à utiliser le grand braquet et se laisser glisser. Le ressenti est euphorisant. Sensation de vitesse et de liberté.

Toujours en Ariège, nous passons **PRADES** et **MONTAILLOU** d'où nous apercevons les ruines de son château cathare. C'est **CAMURAC** qui nous ouvre les portes de l'Aude et nous arrivons au **COL DES 7 FRERES** avec qui nous ferons connaissance par une petite route au cœur de la forêt de Niave pour rejoindre **NIORT-de-SAULT**. Par un faux plat descendant nous quittons **NIORT-de-SAULT** et roulons un moment dans les Gorges du Rébenty en suivant la rivière Rébenty.

Le temps est correct, un peu frais dans les secteurs ombragés, mais prometteur pour les heures à venir, et la promesse sera tenue.

Jean-Claude nous fait quitter cette route en bifurquant à droite pour prendre la route qui conduit à **RODOME**. Nous passons un pont et aussitôt dans la courbe un petit "coup de cul" bref mais raide, surtout inattendu si l'on ne connaît pas les lieux. Aussitôt tous les fessiers quittent leur selle et voici nos cyclistes dans un superbe numéro de "danseuse" afin d'avoir l'énergie suffisante pour surmonter "l'embûche". Belle chorégraphie !

Mais sur ce coup, je me laisse surprendre et quand je souhaite changer de braquet, trop tard, impossible d'avancer. J'ai juste le temps de faire demi tour, redescendre un peu pour prendre de l'élan et surtout bien ajuster mes vitesses. Derrière moi, Jean-Roger, qui n'a pas anticipé suffisamment tôt, lui aussi, s'est vu contraint à la même manœuvre. Si même notre Président, avec ses qualités, se laisse surprendre.... alors moi, je suis complètement excusable !!!!!!!! (Pardon Président !).

Bien qu'ensuite la pente se soit adoucie, les 3 km à parcourir restent sévères, nous cassent les "pattes" et nous demandent de gros efforts. Mais chacun avance à son

rythme. La difficulté surmontée, quelques minutes d'arrêt pour un regroupement et les manivelles se remettent en mouvement.

Voici le village d'**AUNAT**. Un peu après, Jean-Claude préconise un arrêt ravitaillement car nous n'allons pas tarder à attaquer **PAILHÈRES** et nous dévorerons notre pique-nique seulement au sommet. Exécution immédiate.



Notre circuit évolue entre vallées et montagnes à travers une extraordinaire variété de paysages. C'est exaltant de concilier le plaisir de l'activité physique avec celui de l'observation dans des sites remarquables.

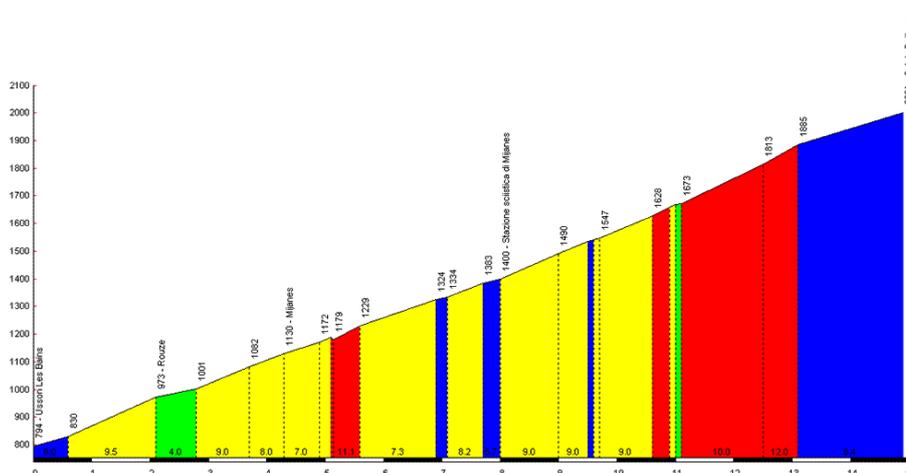
Nouveau départ. Nous arrivons à **FONTANES-de-SAULT** sur une voie en faux plat montant qui sont les prémices du col. Nous traversons **USSON-les-BAINS** où commence le début de la longue ascension.

A peine sortie de **USSON**, virage à droite, pour emprunter la route des poids lourds qui dénivelé un peu moins, pour atteindre **ROUZE** et en suivant **MIJANÈS**.

Certains ont choisi de se diriger à gauche, la route étant plus droite, avec presque deux kilomètres en moins mais plus pentue. A partir de cet instant explosion du peloton, c'est chacun pour soi, chacun est face à lui-même. Gérard C. roule avec moi. Petit plateau et grand pignon me seront nécessaires jusqu'à l'arrivée.

Voici **MIJANÈS**, personne n'est là ! Ils ont tous continué sans marquer d'arrêt donc à nous de faire la même chose.

Col de Pailheres,



Je pense que nous sommes dans la partie du col la plus dure mais non rédhibitoire. Nous roulons dans la nécessité de la progression. Il faut s'accrocher et ne rien lâcher. Devant nous Gérard R. a posé le pied et vient de repartir. Un peu plus loin, Jean-Pierre V. avance lentement.

La pédalée est de plus en plus lourde. Je suis en train de lâcher prise et à mon tour je stoppe à l'ombre d'un arbre. Gérard me demande si tout va bien. Oui, mais j'ai besoin de souffler quelques secondes, le temps d'avaler un gel. Je suis sur le point de repartir quand je vois passer André aussi en plein effort et quelques minutes après c'est Angel qui arrive à notre hauteur et s'arrête épuisé. Gérard reste avec lui un moment, quant à moi je décide de poursuivre. Cette route impitoyable n'arrête pas de s'élever, pas le moindre replat. C'est du raide ! Nous grimpons inlassablement. Devant nous, en toile de fond, la chaîne pyrénéenne étale ses majestueux sommets encore tachetés de blanc. Dans un grand virage, Jean-Pierre et André sont à l'arrêt. Je m'arrête pour voir l'état de forme des garçons, j'en profite aussi pour souffler un peu. Jean-Pierre appuyé sur son cycle ne peut plus avancer. A nouveau Gérard C. fait l'assistance pendant que je renfourche ma bécane et repars.



Plus loin Gérard R. fait une nouvelle pause car il est agressé par les crampes. Je continue, la route se rétrécit, parfois elle flirte avec le vide mais s'élève toujours en décrivant de temps à autre de grands lacets. Maintenant c'est Francis que je dépasse, lui aussi est victime de crampes. Quelques motos pétaradent en nous doublant. Gérard C., après s'être assuré que tout le monde va bien, m'a rapidement rejointe. Il aura fait beaucoup de social aujourd'hui !!!! Nous ne sommes plus qu'à trois kilomètres environ je lui conseille de s'échapper. Il a vraiment fait le "**cyclo balai**" ! Merci Gérard. Je crois, Président, que cela mérite une récompense et je le vois disparaître.

A mon tour me voici au sommet où souffle un vent très froid et où je retrouve les plus

rapides, ceux qui ont franchi en premier la ligne d'arrivée. Anne est parmi eux, **félicitations !!!** Ils ont mangé, ils sont frigorifiés. Pour eux, l'attente est longue. Pendant que le gruppette en partie arrivé reprend des forces ils décident de se lancer dans la descente et attendre plus bas où la température sera plus clémente. Je pose mon vélo et pendant quelques instants prends simplement le temps d'admirer. Mon regard balaie l'horizon tous azimuts. Le Maître des lieux nommé **TARBÉSOU**, du haut de ses 2364 m nous toise.



Bien que la cabane soit dans un état lamentable je m'installe à l'intérieur pour avaler mon sandwich, les autres en font de même.



Les arrivées s'échelonnent et les départs aussi. Tout le monde se retrouve à la station de ski d'**ASCOU PAILHERES** pour une descente groupée jusqu'au village d'**ASCOU**. Arrêt à la fontaine pour remplir les bidons. Ici, deux groupes vont se former : Jean-Roger, Christian M., Jean-Claude, Anne et Robert vont regagner le **LES CABANES** en passant par le **Col du CHIOULA**, quant aux autres ils ont fait le choix de rentrer par **AX-LES-THERMES** en suivant la Nationale. Je vous laisse deviner pourquoi.....!!!!

Au final, le compteur nous donne les résultats suivants : 115 km avec un dénivelé de 2633 m. Nous éviterons de parler de la moyenne....

Je laisse le soin à Jean-Roger de vous narrer, plus techniquement, le parcours des **PRO**.....de la journée.

Josiane heureusement j'ai suivi la route de ceux qui passent parfois ailleurs, ainsi je peux raconter la vision des choses suivant Jean Roger.

A la sortie de **USSON**, Christian, fidèle à sa conduite, décide d'emprunter le circuit de l'Ariégeoise, le vrai, identique à celui que nous suivrons le 25 juin. A ce moment il faut donc filer tout droit.

L'Ardèche nous motive, mais plus encore l'Ariégeoise. Il y a les inscrits à l'Ariégeoise XXL qui ne savent pas s'ils termineront, les inscrits à l'Ariégeoise qui cachent une ambition beaucoup plus grande avec XXL dans un coin de leur tête.

Dès le premier virage la pente donne le ton de la montée que nous redoutons tous. Entre sept et dix pour le pourcentage, entre sept et dix pour la vitesse.

Nous passons le village de **ROUZE** puis atteignons **MIJANES**. Je m'arrête avec Anne pour faire un ravitaillement d'eau. Christian qui doit réparer une anomalie qui le taraude depuis le 15 mai, sa place derrière le Président à l'Octogonale, doit mettre le paquet. Il s'envole donc inexorablement nous laissant tous les deux.

Jusqu'ici nos coups de pédales tournaient à l'unisson. Il est vrai que depuis le matin nous suivions de près la même route. La montée du col de **MARMARE** et maintenant le col de **PAILHERES**.

Je laisse repartir Anne, seule, quelques mètres devant moi. Je sais que cela ne va pas durer, je m'accroche à sa silhouette pour continuer l'ascension. Mes cuisses commencent à se durcir signe que les crampes ne vont pas tarder à se manifester. Au détour d'un virage je dois mettre en œuvre le plan sauvetage dans cette situation : Quelques dents de plus à l'arrière, pédaler en danseuse pour étirer les muscles et attendre que ça passe. Bien sûr la moyenne chute, Anne disparaît de mon horizon. Je gère donc la fin de la montée en ajustant ma vitesse et en ajoutant deux arrêts.

Robert me dépasse dans son style si particulier, tellement efficace. Lors de mon deuxième arrêt Jean-Claude en fait de même. J'arrive enfin au sommet ou attendent depuis sûrement de longues minutes, Christian, Anne, Jean-Claude et Robert.

La suite vous la connaissez jusqu'au carrefour de la route qui monte au col de **CHIOULA**. Je choisi, comme mes quatre compères, de suivre le tracé de l'Ariégeoise.

Anne déjà à l'avant file vers le sommet situé à quatre ou cinq kilomètres. Robert et Christian l'accompagnent pendant que je reste avec Jean-Claude en retrait. Nous ne partageons pas les mêmes valeurs avec les trois de devant !!!!!!!!!!!!! surtout les jambes !!!!!!!!!!!!!

La montée n'est pas très longue en soi dans des conditions normales, aujourd'hui les derniers lacets semblent s'allonger à l'infini. Au sommet nouveau regroupement avant de plonger en direction du col de Marmare puis de la route des crêtes. Celle-ci ressemble étrangement au final de l'Octogonale. Une succession de montées et descentes qui s'enchaînent les unes aux autres devenant à chaque fois un peu plus dures.

L'orage menace, pas question de lézarder, le rythme s'accélère et réveille mes crampes que j'avais un peu oubliées. Je suis tant bien que mal, nous évitons la pluie de peu et rallions **LES CABANNES** ou nous attendent nos compagnons.

L'Ariégeoise XXL me semble loin, le 25 juin je devrais prendre la décision, en attendant !!!!!!!!!!!!!

Pour mon compteur 134 km et 3222 m de dénivelé positif, loin encore des 169 km et 4378 m de la XXL.

Christian à rétabli l'ordre des choses avec le Président, ce n'était qu'un accident.

VOILA, VOUS SAVEZ TOUT !!!!

Ce fut encore une belle journée délicieusement sympathique.

MERCI A TOUS.

Amicalement.



La suite vous la connaissez jusqu'au carrefour de la route qui monte au col de **CHIOULA**. Je choisi, comme mes quatre compères, de suivre le tracé de l'Ariégeoise.

Anne déjà à l'avant file vers le sommet situé à quatre ou cinq kilomètres. Robert et Christian l'accompagnent pendant que je reste avec Jean-Claude en retrait. Nous ne partageons pas les mêmes valeurs avec les trois de devant !!!!!!!!!!!!!!! surtout les jambes !!!!!!!!!!!!!!!