



Du 1 au 8 juin



Stage Vélo Vacances Famille, BEDOIN « Le Ventoux » Un séjour de 5 sorties et 1 jour de pause¹ !

Exclu à la fin de l'article : Paroles inédites d'une chanson !



23 Cyclistes accompagnés (ou pas) ont participé au

Stage Vélo Vacances Famille 2024 !

Un total de 39 personnes.

Informations	
Nom :	Col de l'Homme Mort
Altitude :	1211 m
Départ :	Col de Macuégne
Longueur :	5,00 km
Dénivellation :	144 m
% Moyen :	2,88%
% Maximal :	3,0%
Massif :	Baronnies, France

Informations	
Nom :	Col du Négron
Altitude :	1242 m
Départ :	Col de la Pigière
Longueur :	4,00 km
Dénivellation :	274 m
% Moyen :	6,85%
% Maximal :	7,5%
Massif :	Baronnies, France

3 groupes de cyclistes :

- Le groupe 1 de 7 cyclistes pour environ 600 km 11000 m de dénivelé positif
- Le groupe 2 de 11 cyclistes pour environ 500 km 9000 m de dénivelé positif
- Le groupe 3 de 5 cyclistes pour environ 400 km 6000 m de dénivelé positif

Groupes de touristes-marcheurs érudits :

- Groupe 1 : Marche avec distance non dénombrable mais dénivelé très positif !
- Groupe 2 : Repos qualitatif 0 km avec un dénivelé réparateur !

Informations	
Nom :	Col de la Pigière
Altitude :	968 m
Ouverture :	☀️ Ouvert
Départ :	Sédéron
Longueur :	3,00 km
Dénivellation :	104 m
% Moyen :	3,47%
% Maximal :	4,0%
Massif :	Baronnies, France

Informations	
Nom :	Col de Notre Dame des Abeilles
Altitude :	1000 m
Départ :	Flassan
Longueur :	13,10 km
Dénivellation :	571 m
% Moyen :	4,36%
% Maximal :	7,1%
Massif :	Provence, France

Informations	
Nom :	Col de Macuégne
Altitude :	1068 m
Départ :	Montbrun les Bains
Longueur :	10,30 km
Dénivellation :	495 m
% Moyen :	4,81%
% Maximal :	7,0%
Massif :	Baronnies, France

¹ Certains ont fait du vélo le jour de pause !



Du 1 au 8 juin



Description d'une journée « cycliste »

Petit-déjeuner (avant 8h30!)

Rdv 8h30 au garage à vélo

9h00 départ

entre 12h et 13h30 retour groupe 3

entre 15h et 17h retour groupe 1 et 2

Douche

Déjeuner parfois tardif !

Briefing de la prochaine sortie

18h45 Apéritif

19h30 dîner

À pas d'heure : concert, danses, parties de pétanque, bavardages, surprises !

Sans horaires définies : piscine, spectacles, improvisations, bar, surprises !



Description d'une journée « touristes »

Petit-déjeuner

Tous les matins rdv au point de départ de la sortie

Multiples aides, photos du départ des cyclistes !

Briefing de la prochaine sortie

18h45 Apéritif

19h30 dîner

À pas d'heure : concert, danses, parties de pétanque, bavardages, surprises !

Sans horaires définies : piscine, spectacles, improvisations, bar, surprises !





Du 1 au 8 juin



Séquence « Titanic » !

Alors que certains n'ont rien entendu et ont bien dormi...

D'autres ont été plongés dans une séquence Titanic à 3h00 du matin le 3 juin. L'alarme incendie s'est déclenchée. Quelqu'un a semblé t'il appuyé sur le bouton pour avertir...

Séquence inondation, wassingue et seau de rigueur avec de multiples chambres inondées, exercices d'échauffements des bras avec balais, raclettes, etc !



Tout est rentré dans l'ordre pour finir la nuit (courte).

Merci les **pompiers** !!!



Merci au centre nous hébergeant pour le dédommagement avec une attention sympathique en forme de bouteille et de souvenirs.





Du 1 au 8 juin



De belles sorties ! Des paysages magnifiques ! Un goût d'été dès ce début juin 2024 !

Des conditions climatiques absolument parfaites avec des températures entre 23 et 32 °C sans pluie.





Du 1 au 8 juin



Panorama, la suite !





Du 1 au 8 juin



Tous heureux d'une semaine vélo-plaisir dans un haut lieu du vélo !



Mais pas que du vélo !





Du 1 au 8 juin



Du tourisme, des balades, des surprises !



Anonymat, pour l'occasion...





Du 1 au 8 juin



Remerciements et récompenses !

L'ivresse du vélo au Ventoux lors de ce séjour ne fait pas oublier un point essentiel pour le club : Les remerciements. En espérant n'oublier personne !

L'organisation : Merci Claudine !

Claudine a œuvré pour toute l'organisation ! Dès mai 2024, un premier briefing a eu lieu mais cela faisait déjà des mois que Claudine concoctait les détails. Merci beaucoup Claudine !



Les parcours : Merci Sam !

Des parcours prévus au millimètre, de très grands parcours, des grands parcours ou de petits parcours ! Possibilité de changer de groupe selon la volonté et possibilité du jour entre groupe. Trop d'idées Sam ! Dan a savamment limité la fougue !



Les sorties touristiques : Merci Sophie !

Merci pour l'organisation des nombreuses sorties, marches, découvertes permettant à tous de profiter de la région !



La logistique : Merci Dominique et Jean-Claude, les Francks !

La liste des choses gérer par Dom serait trop longue : Merci Dominique !

La gestion du transport des vélos : Merci Jean-Claude et aux Francks qui ont aussi fortement contribué à l'animation !





Du 1 au 8 juin

ASPTT AMIENS
CYCLISME
CLUB OMNISPORTS
cultivons vos envies



Tous les autres ...

Merci Rémi pour les nombreuses photos !
Merci Daniel pour toute la com faite sur l'évènement !
Merci Christophe pour toute la logistique.
Et tous les autres !



Merci à Dan qui ne s'est pas attribué de récompense !

Nous avons tous vraiment apprécié ce Stage Vélo Vacances Famille, BEDOIN « Le Ventoux ». Voici la récompense de Dan qui a toujours à cœur d'évènement ASPTT dans l'esprit du club. Ce fut le cas avec des sorties vélo d'un très bon niveau, une attention de chacun et le sourire banane indéniable de tous !

Vivement la prochaine !



OPTIQUE
RAQUET

LEGUÉ
Couture, lingerie et draps

CATY
COUTURE

VOLVO
AMIENS
Une concessionnaire du Groupe Français

VERMARC

TEK CYCLE

somme
Couture et accessoires

AMIENS
MÉTROPOLE

ASPTT
FÉDÉRATION
OMNISPORTS

LOFORÉT



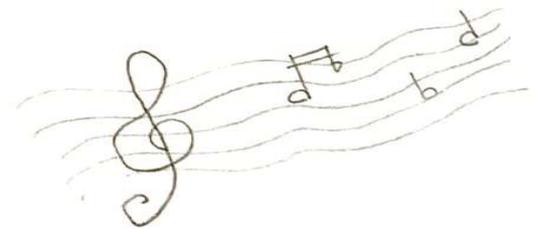
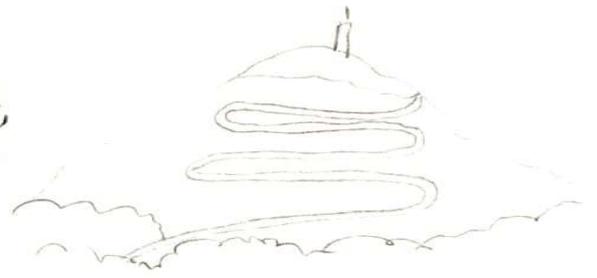
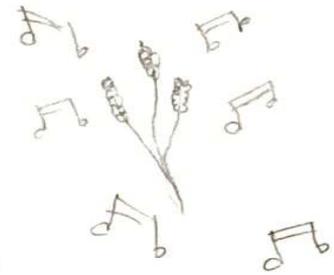
Du 1 au 8 juin



La chanson exclusive !



quand ils partaient de bon matin,
 quand ils roulaient sur les chemins,
 "A BICYCLETTE,"
 Ils étaient quelques bons copains,
 Il y avait Dan, il y avait Sam, y avait Excel et les Frankys,
 "et la MONTAGNE,"
 Ils étaient tous amoureux d'elle,
 Ils se sentaient pousser des ailes,
 "A BICYCLETTE,"
 Sur les petits chemins de terre,
 Ils ont souvent vécu l'enfer.
 Pour ne pas mettre pied à terre,
 "Dans le VENTOUX,"
 faut dire qu'ils y mettaient du cœur,
 Et ça c'était que du bonheur,
 "A BICYCLETTE,"
 Et depuis plusieurs années,
 Ils avaient fait en le montant,
 Tous les chemins environnants,
 "A BICYCLETTE,"
 quand ils approchaient le sommet,
 Ils déposaient loin des lavandes,
 "LEURS BICYCLETES,"
 S'arrêtaient au Chalet Reynard,
 Pleins d'émotions de sentiments,
 Sans crevaisons
 Sans crevaisons
 quand le soleil à l'horizon,
 Profilait sur les lavandes
 "LEURS SILHOUETTES"
 Ils revenaient furbus, contents,
 Le cœur un peu vague, pourtant,
 De n'être pas seul un instant
 "SUR LE VENTOUX"
 Prendre furtivement les routes,
 Oublier un peu le tram-train
 "A BICYCLETTE"
 Ils disaient c'est pour demain,
 J'oserai, j'oserai demain,
 quand nous irons sur les chemins.



"A BICYCLETTE"