**SEJOUR PYRENEES 2023**

 **Du lundi 4 au lundi 11 septembre**

**Ont participé à ce séjour :**

Michèle C, Bernard M, Georges R, Serge D, Frédéric L, Michel M, Mario S, Jacques B et Stéphane C

**- Lundi 4 septembre :**

 Nous nous retrouvons tous à 7h30 sur le parking d’Intermarché à Viviers du Lac pour le départ. Le trajet se déroule sans problème si ce n’est que nous perdons Jacques et Mario pour la pause déjeuner, ils ont raté l’aire de repos sur laquelle nous avons prévu de nous arrêter ! Nous les retrouverons pour la pause-café.

**- Mardi 5 septembre :**

Au programme le col du Soulor (1474m), le col d’Aubisque (1709m), le col de Labareille (1574m) dans la descente de l’Aubisque, et enfin le col des Bescuns (515m).

Dans la montée du Soulor Bernard casse une pédale, elle rendra définitivement l’âme dans la montée de l’Aubisque, il décide malgré tout de continuer les deux grosses difficultés de la journée ayant été franchies ! Arrêt à Laruns pour le casse-croûte. Nous repartons sous une chaleur accablante, Bernard décide de rentrer directement par la grande route pour éviter les grosses bosses et le col de Bescuns et s’arrêtera à Lourdes pour changer sa pédale, Frédéric l’accompagnera. Le reste du groupe rentrera par le parcours prévu.

Bilan de la journée : 117,3 km et 2140m D+

**- Mercredi 6 septembre :**

 Stéphane a la surprise de trouver son vélo avec la roue avant à plat, dû à une crevaison lente. Après réparation, départ en voiture pour Bagnères de Bigorre. Aujourd’hui 6 cols au programme : le col d’Aspin (1489m), le col de Luquet (659m), le col de Coupe (732m), le Couret d’Asque (619m), le Pla de Couret (584m), et enfin le col des Palomières (810m). La montée de l’Aspin se fait sans problème, chacun montant à son rythme. Regroupement et photos au col puis descente sur Arreau. Au milieu de la descente, Georges s’arrête brusquement…il vient de se rendre compte qu’il a oublié son sac à dos…il l’avait accroché au panneau du col, Il y a 6 km à remonter !!! Heureusement un camping-car arrive, nous l’arrêtons et ses occupants, des espagnols, acceptent de prendre Georges et son vélo et le remonte au col. Nous descendons jusqu’à Arreau où Georges nous rejoint au resto.

Nous repartons d’Arreau, la chaleur est toujours aussi pesante, les cols restants à franchir ne sont pas très longs mais très pentus avec plusieurs passages au-dessus de 12% et même 18% dans la montée du Pla de Couret, mais tout le monde serre les dents et passe les différentes difficultés sans problème. Nous traversons de magnifiques paysages sur de petites routes où nous croisons très peu de véhicules. Arrivés au col des Palomières il ne nous reste plus que la descente pour rejoindre Bagnères de Bigorre.

Nous avons parcouru 85,9 km pour 1890m D+

**- Jeudi 7 septembre :**

Aujourd’hui nous formons deux groupes. Le premier, composé de Bernard, Serge, Frédéric et Michel, part pour la montée d’Hautacam (1515m) et le col de Tramassel (1616m), le deuxième avec Michèle, Jacques, Mario, Georges et Stéphane décide de faire plus cool et d’aller au lac d’Estaing (1170m) par Saint Savin puis de rentrer par le col des Bordères (1156m). Le premier groupe redescend directement déjeuner à Argelès avec pizzas au menu qui laisse Frédéric sur sa faim surtout quand il apprendra que l’autre groupe, après avoir franchi le col des Bordères, s’est arrêté à Arrens dans un petit resto « l’Apistomaque » où chacun a pu déguster une magnifique entrecôte de 350g.

Le premier groupe aura parcouru 35,8 km pour 1234m D+ et le second 48,5 km pour 1028m D+

**- Vendredi 8 septembre :**

Programme légèrement modifié pour aujourd’hui. L’étape du jour de La Vuelta arrivant en haut du Tourmalet (2115m), nous avons décidé de faire la montée de ce col mythique en A/R depuis Argelès Gazost, et de ne pas redescendre sur La Mongie pour rentrer par Sainte Marie de Campan et Bagnères de Bigorre comme prévu initialement. Nous pourrons ainsi voir la course et encourager Rémy ROCHAS coureur de la COFIDIS avec le dossard 158, un savoyard de La Motte Servolex dont le papa est un ami de Michèle et Stéphane. Super ambiance et beaucoup de vélos dans la montée du col. Une fois le col gravi nous redescendons jusqu’à Super Barèges pour déjeuner et attendre les coureurs tout en regardant la retransmission de la course sur l’écran géant. Une fois la caravane publicitaire passée nous remontons le col sur un petit kilomètre pour nous positionner dans la montée en épingles à cheveux dominant Super Barèges et ainsi voir les coureurs sur plusieurs kilomètres. Les premiers arrivent, nous sommes impressionnés par la vitesse à laquelle ils grimpent d’autant qu’ils ont déjà gravis deux cols hors catégorie, l’Aubisque et le col de Spandelles. Nous attendons avec impatience l’arrivée de Rémy…. Il sera avec le « groupetto », nous apprendrons par son papa que, malade, il n’a pu défendre ses chances sur cette étape. Il termine à 30 minutes des premiers et se retrouve 26ème au classement général. Il passe 3ème français derrière Martinez et Bardet. Une fois la course passée nous rejoignons Argelès pour regarder le match d’ouverture de la Coupe du Monde de rugby France/Allblacks.

Nous avons parcouru 78,2 km pour 2223m D+

**- Samedi 9 septembre :**

Nous partons en voiture jusqu’à Gèdre d’où nous attaquons la montée au Cirque de Troumouse (2138m) en A/R. La route s’élève rapidement avec des passages à 14% puis la pente s’adoucie mais reste toujours entre 7 et 9%. Les paysages sont magnifiques. Les trois derniers kilomètres sont les plus raides avec une pente moyenne à 10,2%. Regroupement au sommet de la route et photos puis nous redescendons pour rejoindre Gavarnie et aller admirer le fameux cirque de Gavarnie. Une fois restaurés, vu les fortes chaleurs, nous décidons de ne pas gravir le col des Tentes (2208m) dont les pentes arides sont exposées plein sud. Nous redescendons récupérer les voitures à Gèdre et rentrons à Argelès.

Bilan du jour : 50,8 km pour 1454m D+.

**- Dimanche 10 septembre :**

 Pour cette dernière journée nous décidons un parcours plus cool avec l’ascension du col de Couraduque (1367m) puis du col des Bordères (1156m) et enfin montée au lac d’Estaing à 1170m pour le déjeuner. Nous nous retrouvons à midi sur les bords du lac et après un bon repas (garbure pour certains) nous reprenons nos vélos pour rentrer à Argelès. Entre le lac et Estaing crevaison pour Michel,

rapidement réparée. Arrivé à Estaing les plus courageux (Jacques, Michel et Bernard) décident de gravir les 3 km qui nous séparent du sommet du col des Bordères, les autres rentrant par le plus court chemin. Retour sans encombre pour tout le monde et nous nous retrouvons à l’hôtel.

Nous avons parcouru 61,30 km pour 1550m D+.

**- Lundi 11 septembre :**

C’est le retour en Savoie où nous arriverons en fin d’après-midi.

Bilan de ces 6 jours : à part le bris de pédale de Bernard et les crevaisons de Stéphane et Michel, tout s’est bien passé.

Sur le plan sportif nous avons parcouru :

pour les 4 qui ont gravi Hautacam => 430 km et 10491m D+

pour les 5 autres => 442 km et 10285m D+

et gravi 15 cols !

BRAVO à tous et particulièrement à la féminine du groupe.