

Brevet du chucrier, groupe C, lundi 29 mai 2023.

Un peu moins d'affluence ce matin au départ, nous ne sommes que vingt cyclos pour les deux brevets du programme. Sur le tracé du groupe C, il y a la possibilité de gravir, dès la sortie de Fécamp vers le Torp, avec un passage à 12 % dans la montée et un à 14 % dans la descente à l'entrée de Colleville, pourquoi tant de haine avec nos féminines, certaines ont déjà une carapace à porter ! Je n'ai que des copines dans le groupe, jamais un mot pour les critiquer, la preuve, ce matin j'ai décidé de rester parmi le groupe, pour me mettre à l'abri du vent, j'ai trouvé de quoi !!! Il est vrai que le vent soufflait fort, les soixante kilomètres heure annoncés étaient bien là. Pour atteindre Miquetot, un rythme calme et modéré et le dénivelé n'était qu'une formalité. Une petite pause au sommet tout de même et il faut rappeler que nous sommes sur un brevet car sinon le panneau d'entrée de village était acheté. On ne peut pas dire qu'Eole soit sympa, heureusement que je suis bien abrité. Nous traversons Ecretteville sur Mer, village que nous ne voyons jamais sur nos tracés car une des seules sortie est vers la vallée d'Eletot avec un beau tobogan qu'il ne faut pas descendre trop souvent à moins d'être actionnaire chez un fabricant de patins de freins ou de jantes. Quand on prend une descente chez nous, comme chacun de vous le sait, on remonte à St Pierre en Port, toujours aussi calmement, le poids des carapaces n'aidant pas dans le dénivelé. Nous sortons du village et enfin, l'aide éolienne dont on a rêvé une partie de la matinée. En arrivant au stop de la route de Fécamp-Cany Yvon voit un gendarme dans le carrefour, les lunettes vont être utiles dans l'avenir car c'est notre ami Michel qui, ayant bien étudié notre parcours est venu nous saluer pendant une sortie « marche ». Nous avons tous envie de rouler bientôt avec lui et surtout lui avec nous ! Après quelques échanges nous reprenons notre périple et Michel son tour d'entretien physique. Encore un peu de lutte entre Angerville et Thérouldeville avec ce vent puis descente « to schuss » vers Valmont, la descente fût si rapide qu'on a même oublié de prendre la route de jardiniers, les patins de frein auraient trop chauffés et c'est par la véloroute du lin que nous terminons cette sortie. Au passage devant mon « gîte », le vieux lièvre quitte ses amies à carapace qui s'éloignent doucement mais sûrement.

Comme disait notre ami Jean de la Fontaine, rien ne sert de courir il faut pédaler pour ne pas tomber ! (ou pas !)

Didier

Tortues or not tortues ?

Telle est la question qui depuis quelques sorties est à l'origine de bien des sarcasmes entre différents membres du groupe C Tout le monde sera bien d'accord évidemment pour dire que tout ceci se passe dans la joie et la bonne humeur et uniquement dans le but de se taquiner, c'est de bonne guerre, il va de soit

D'ailleurs je me sens un peu responsable de ce fait puisque les rares fois où nous avons l'occasion de rattraper les soi-disant rapides du groupe C je ne suis pas le dernier à rappeler au président la moralité de la fameuse fable du père Lafontaine Le lièvre et la tortue : Rien ne sert de courir, il faut partir à point...

Ceci-dit, cela peut-être vexant à la longue de s'entendre taxer de ce qualificatif et comme je suis peut-être à l'origine « de l'incendie » je vous propose d'essayer de l'éteindre en proposant un autre surnom. Un surnom qui se veut être beaucoup moins rigolot mais sûrement un peu plus poétique : « **Les cyclos contemplatifs ou cyclotes contemplatives** »

Je ne sais pas si c'est mieux, il vous appartiendra d'en débattre

Pourquoi ce qualificatif contemplatif ? (Et là, je me lance dans la philosophie...)

Eh bien oui, il est tout à fait possible d'être contemplatif en faisant du vélo à notre manière. Le vélo nous offre une expérience sensorielle unique qui peut favoriser la contemplation et la connexion avec la nature. Voici quelques raisons pour lesquelles le vélo peut être une activité contemplative :

L'environnement naturel : Lorsque nous faisons du vélo à l'extérieur, nous avons l'occasion d'apprécier la beauté de la nature qui nous entoure. Que ce soit en roulant le long d'un sentier boisé, en longeant une rivière ou en traversant

des paysages pittoresques, nous pouvons **prendre le temps** d'observer et d'apprécier les détails de notre environnement.

La solitude : Le vélo peut être une activité solitaire, ce qui permet d'avoir du temps pour soi et de se connecter avec ses pensées. Lorsque nous sommes seuls sur votre vélo, nous pouvons nous concentrer sur nos sensations physiques, notre respiration et notre rythme, ce qui peut favoriser une expérience méditative.

Le rythme régulier : Le mouvement régulier des pédales et la répétition des coups de pédale peuvent avoir un effet apaisant sur l'esprit. Certains cyclos trouveront que cette cadence régulière facilite la relaxation et l'entrée dans un état contemplatif.

La présence dans l'instant : Lorsque nous faisons du vélo, nous devons être attentif à notre environnement et à la circulation, ce qui peut nous amener à être pleinement présent dans l'instant. Cela peut favoriser une plus grande conscience de nos sensations physiques, de notre respiration et de notre état mental, nous permettant ainsi de nous connecter plus profondément avec nous-même.

Il est important de noter que chacun a une expérience différente lorsqu'il fait du vélo, et que certaines personnes peuvent trouver plus facile d'être contemplatives que d'autres. Cependant, avec une intention consciente et une ouverture d'esprit, le vélo peut certainement être une pratique contemplative enrichissante.

Bon je vous rassure tout de suite, mais je pense que vous vous en doutez, je suis bien incapable de dissenter de la sorte, je me suis donc fait aider par la fameuse intelligence artificielle sûrement très dangereuse mais tellement pratique....

Voilà, vous savez tout ou presque et maintenant

Contemplatifs or not Contemplatifs

Jacques Shakespeare (ou presque)

Les photos du jour : **Jacques, Marie Pascale** <https://photos.app.goo.gl/WdEWwtMnc4HvpXAj8>

J'ajouterais juste ma note philosophique : Dans la culture de la vitesse, l'immobilité est pire que la lenteur.

Le chucrier