

PARIS BREST PARIS 2015

Préparation du PBP 2015 Brevets 200, 300, 400, 600 Kilomètres.

Avant d'effectuer le PBP des brevets étaient organisés dans différents clubs de la région, pour ma part je ne pouvais rater aucun à des dates bien définies pour cause de ma participation au séjour dans les Pyrénées avec Landerneau début juin.

Le premier brevet 200 Kms à ST Renan le dimanche 22 mars là nous constituons un groupe de 5 personnes Jean Yves Caroff de Cléder, André Ségalen de ST Pierre Brest, Gérard Le Gall de Brest, André Le Floch de Brest et de Moi Marc Boclé de Brest, Michel Boulic et Antoine Abiven de Landerneau ces derniers étant plus rapides font équipe avec un groupe de plusieurs cyclistes il fait beau toute la journée aucun incident les 200 kilomètres sont effectués dans les temps en terminant tous les cinq ensemble ayant parcouru 208 KMS en 9H05 moy 25 Kms/H.

Le deuxième de 300 Kms à Milizac le samedi 18 Avril départ 6h00 il pleut à siceau André Le Floch est venu de Brest à Vélo nous prenons le départ sous une pluie battante avec un groupe, à Bourg Blanc la roue arrière de Michel Boulic explose à Bourg Blanc nous réparons et repartons Michel et Antoine partent du groupe le trouvant trop lent au Folgouet c'est André Le Floch qui abandonne démoralisé par le temps il a froid nous aussi on serre les dents et continuons sous une pluie battante au pointage à Tréguier nous sommes trempés jusqu'aux os heureusement nous avons prévu des rechanges après un casse croûte nous repartons tous les quatre sous un soleil radieux JY, GG, DD et MB l'après midi se passe sans encombre arrivée 20 H 50 ayant parcouru les 310Kms en 14H50 moy 22Kms/H

Le troisième de 400 Kms à Guipavas

le Samedi et Dimanche 9 et 10 Mai départ 18H00 au départ l'équipe a diminué nous ne sommes plus que trois JY, GG et moi, un gars de Bourg Blanc demande à se joindre à notre groupe, nous partons un peu en avance, une crevaison a lieu dans la descente sur Landerneau pour le nouveau sa chambre à air a six rustines on



rigole car il compte la récupérer plus tard je perds une de mes lumières avant s'étalant en pièces détachées sur la chaussée, je récupère l'ensemble et repart. Deux cycliste de Quintin se joignent à nous avant ST Thégonnec il se sont perdus avant Kermat il nous laisse dans la

côte a la sortie du village se trompe à nouveau on leur crie dessus il font demi tour, les costauds nous doublent au kilomètre 45 avec ceux de Quintin qui nous remercie. Premier pointage Morlaix les lampes sont allumés, deuxième pointage Carhais la dans un bar nous rencontrons deux femmes de Guipavas avec SAM un ancien du club de Brest le pointage suivant a Lézardrieux un camping-car est là nous servant des boissons chaude et a manger, on traverse les côtes d'Armor ma région d'origine à Quintin nous postons une carte postale pour le pointage on a perdu le gars de Bourg Blanc dans une côte avant Quentin il se plaignait depuis un moment d'une tendinite a la cheville. Nous perdons Gérard et nous trompons avant d'arriver à Gourin là nous prenons le petit déjeuner avec le gars de Bourg Blanc qui nous a rejoint car lui il a pris la bonne route prenant de l'avance on le double Jean Yves et moi dans le col de Toullaeron rallongeons avant Chateaulin de dix kilomètres rejoignons Gérard au pont Albert louppe ainsi que les deux de Quintin qui sont resté dormir 4 heures chez eux l'arrivée a lieu a 15H30 ayant parcouru les 415Kms en 21H30 moy 21,94Kms/H.

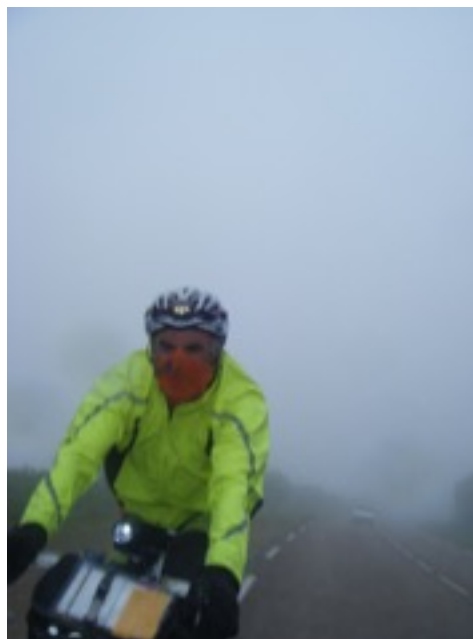


Le quatrième de 600 Kms au Groupe Cyclo Brestois

Départ le samedi 30 mai 6H00 il fait beau les rescapés Jean Yves et moi partons un peu en avance sur l'heure de départ après contrôle des lumières, en montant le Keff on aperçois Gérard parti plus tôt que nous en haut de la côte on s'arrête pour un besoin naturel la le groupe de costaud constitué d'une vingtaine nous passent dépassant aussi Gérard que nous ne verrons pas avant Bècherel, roulant tranquillement a Roc Trévèzel on fait équipe avec un couple de Ploudaniel des habitués de grands rendez vous arrivée à Carhais nous nous séparons car la femme du couple ne supporte pas qu'on s'intercale entre son mari et elle montrant des signes d'énervement, la route continue à deux, les discussions nous permettent de trouver le temps moins long à Bécherel c'est dans un restaurant que nous pointons vers 19H00 avec Gérard que l'on vient de retrouver quand nous repartons Gérard donne des signes de fatigue nous le laissons à Pélan le Petit on se restaure au Relai des Diligences vers 20H00.



A la sortie du village nous prenons la déviation pour Redon qui nous fait rallonger d'une dizaine de kilomètres pointons à Redon où se trouve Pti Claude qui oubliera de pointer il redescendra pointer on le croitera quand nous repartirons pour passer une nuit blanche vers les 8H00 du matin je suis obligé de m'arrêter dans un village j'ai des absences et perd le contrôle du vélo Jean Yves en profite pour acheter des croissants, arrivez au Faouet il pleut a sseau des groupes nous passent en revue il fait froid, passant Roc trézézel dans le brouillard la pluie, le vent Michel Minguant et un collègue passent dans la montée ils nous saluent, pointage à Sizun et arrivée à Brest 17H55 ayant fait 618 Kms en 35H55 à la vitesse de 21 Kms/H.



PARIS BREST PARIS DULUNDI 17 AU 20 AU 21 AOÛT 2015

Après un entrainement régulier chaque semaine de 200 à 350 kilomètres, le jour J est arrivé nous partons Jean Yves et moi de Cléder à 5H00 du matin prenons la voie express et l'autoroute jusqu'à Ablis ou nous sortons pour la N10 Trappes et Saint-Quentin en Yvelines, nous logeons dans un première classe à un quart d'heure du Départ il est 12H00 après une douche et un repas nous préparons nos vélos pour le contrôle qui a lieu à 16H00, départ 15H00 vers le site au Vélodrome de ST Quentin là nous suivons une queue, présentons notre fiche d'inscription et passons devant les contrôleurs qui inspectent l'éclairage, les freins et autres, une fois nos vélos déposés dans un grand parking, rentrons dans le vélodrome il y a beaucoup de monde, suivant le flux, récupérons nos pochettes comportant plaques numérotées avec les couleurs et la lettre correspondant à l'heure de départ pour ma part la lettre J312 départ 18H00, c'est très bien organisé aucun problème ça circule librement, on déambule une bonne heure en regardant les stands avant de partir on retrouve Michel et Antoine qui ont pris contact avec moi, rendez vous ce soir pour le diner leur hôtel est a une dizaine de ki-



lomètres du vélodrome retour à l'hôtel, les plaques et lumières sont installés les vélos rentrés à l'intérieur de la chambre, allons au restaurant avec nos copains à l'issue c'est détendu que nous allons dormir.

Deuxième journée la matinée est longue André Guillemot nous rejoint à l'hôtel après une discussion ou l'on échange nos impressions, c'est au parking immense sous un super marché que nous nous rendons André et Jean Yves ont réservé une place, allons au restaurant à l'issue quittons André pour notre hôtel pour une attente de quelques heures. Deux heures avant notre départ, enfourchons nos vélos rejoignons



nos collègues sur un rond point pour la photo c'est là que nous séparons Jean Yves et moi des autres qui ont opté pour 80 heures, les premiers départs sont donnés nous y assistons, c'est notre tour nous sommes parkés en lot de 300 à 400 par rapport à notre lettre. Notre départ est donné à 18H00 précise les vélos s'élancent dans l'animation du speaker et les applaudissements, je perds d'entrée de vue Jean Yves roulant tranquillement, trouve quelques groupes, m'arrête à Montagne Au Perche juste pour me ravitailler en eau et repart aussitôt me sentant bien, une rencontre avec Sam un ancien du club qui se pleint de son genou il a été

piqué par une guêpe je suis mis au courant par la suite son abandon, désolé pour lui. On allume les lumières le premier pointage au KM 221 à Vilaines La Juhel j'y arrive à 3H00, mange mon gâteau sport cuit avant de partir et divisé en plusieurs parts il n'est pas trop cuit je commence à comprendre que j'ai fait une erreur en n'ayant pas pris assez de nourriture des apports genre raisin sec amandes figues et autres comme la dernière fois je suis reparti et roule dans la nuit les lumières arrières des participants commencent à m'éblouir, me faire mal aux yeux c'est long et ennuyeux le jour se lève au environ de 6H00 les pancartes apparaissent indiquant Fougères quand j'y arrive me rendant compte de m'être trompé lorsque je vois la pancarte



sortie de la ville demandant à un participant qui m'indique l'endroit, je fais demi tour ceux que je rencontre me disent « déjà sur le retour tu vas péter le chrono » ils savent bien que je me suis planté après le pointage il est 8H24 au moment de partir Jean Yves arrive je lui propose de prendre le petit déjeuner dans un café sur la route mais il refuse aussi après avoir pris le mien je fait route ou j'arrive à Tinténiac à 11H08 le pointage fait je rencontre Lionel président de Plouneventer et sont groupe de trois il avait fait ST Jacques de Compostel avec moi je prend un casse croute jambon, des bananes deux pour un euro' je repars le ventre en parti rassasier j'arrive à Loudéac à 16H02 il y a une bonne animation, un collègue de Plouha est là comme spectateur il a participer à deux PBP le dernier il a du abandonner je discute un moment pointe et repart à la sortie je me retrouve au fossé, une absence cela m'inquiète dans une entrée de champ je m'allonge ferme les yeux dix minutes et repars au moment de me relever les premiers passent de retour de Brest à Saint Nicolas Du Pelem il y a un contrôle surprise j'arrive à Carhaix Plouguer à 20H47 fatigué par le sommeil j'ai du répété les arrêts de 10 minutes en fermant les yeux les jambes aucun problème elles sont de feu je repart avec un groupe passe Roc Trezevel dans un brouillard a couper au couteau il fait très froid j'ai mis mon vêtement pluie à Sizun je m'arrête dans le sas de distribution bancaire du crédit agricole m'allonge ferme les yeux il fait chaud que c'est bon après m'être réchauffé je repart en haut du Keff je trouve les baliseurs de Landerneau mes copains de vélos il m'encouragent il y a un stand qui distribue gratuitement des crêpes du café des fruits du cake et autres un bonheur! je mange une crêpe prend un café et je me dis il on fait fort Landerneau tous ceux qui s'arrêterons garderons en souvenir un petit bout de la Bretagne l'arrivée a Brest 2H22 pas beaucoup de monde pour m'accueillir a part mon copain Marc Boudet du club Coataudon je pointe et gagne ma maison pour un repos bien mérité avant je prends un bon repas avec une bonne soupe aux champignons . Quand je me réveille il est 7H00, prend le petit déjeuner avec ma femme demande des nouvelles de Jean Yves il se trouve à Brest, contact sa femme qui se rend au lycée Vauban pour lui envoyer des rechanges et autres décidant donc de le rejoindre la-bas pour un départ à 9H00 ce sera plus agréable de faire le retour ensemble notre président Maurice viens faire la causette avec nous il devait faire le PBP , mais il y'a renoncé je pense qu'il a un petit pincement au coeur quand il nous vois repartir, il fait beau c'est agréable de rouler on rencontre des files de participants en remontant le Keff un peu plus loin on s'arrête des amis de Jean Yves sont venus prendre de ses nouvelles avant Sizen c'est Ptit Claude que l'on croise.



je mange une crêpe prend un café et je me dis il on fait fort Landerneau tous ceux qui s'arrêterons garderons en souvenir un petit bout de la Bretagne l'arrivée a Brest 2H22 pas beaucoup de monde pour m'accueillir a part mon copain Marc Boudet du club Coataudon je pointe et gagne ma maison pour un repos bien mérité avant je prends un bon repas avec une bonne soupe aux champignons . Quand je me réveille il est 7H00, prend le petit déjeuner avec ma femme demande des nouvelles de Jean Yves il se trouve à Brest, contact sa femme qui se rend au lycée Vauban pour lui envoyer des rechanges et autres décidant donc de le rejoindre la-bas pour un départ à 9H00 ce sera plus agréable de faire le retour ensemble notre président Maurice viens faire la causette avec nous il devait faire le PBP , mais il y'a renoncé je pense qu'il a un petit pincement au coeur quand il nous vois repartir, il fait beau c'est agréable de rouler on rencontre des files de participants en remontant le Keff un peu plus loin on s'arrête des amis de Jean Yves sont venus prendre de ses nouvelles avant Sizen c'est Ptit Claude que l'on croise.



A Sizun il y a une grosse animation c'est la fête on s'arrête aux toilettes et prenons des photos la montée de Roc Trévél se fait tranquille en suivant des groupes jusqu'à Carhaix où l'on prend un repas il est 13H30 ensuite un pointage surprise comme à l'allé à Saint-Nicolas Du Pelen le parcours de Carhaix à Loudéac est très dur, beaucoup de montées Jean Yves et moi discutons pour le couchage il veut dormir à Loudéac et moi à Tinténiac mais un gars qui fait route avec nous nous met d'accord et nous conseille Quédillac dans un gymnase avec de bons matelas et couverture, on pointe à Loudéac là aussi beaucoup de monde terre de vélo , départ 19H30



arrivons à Quédillac vers les 00h00 c'est très animé il y a des grillades saucisses mais aussi des soupes, crudités et autres après le repas et avoir payé un couchage enlevé nos chaussures c'est un sommeil chaotique dérangé par le vas et viens ininterrompu des participants gardant leurs chaussures ne respectant pas le sommeil des autres passent au ras de notre tête, un peu plus loin une personne s'énerve et quitte le gymnase, j'attrape le pied d'un asiatique lui demandant de retirer ses chaussures il s'exécute et demande à un placeur de prévenir à l'entrée d'enlever les chaussures. A 3H00 nous repartons et arrivons à

Tinténiac pointons et repartons arrivée à Fourgères 8H51 la au cours du petit déjeuner que l'on prend avec deux motards du PBP on apprend le décès d'un participant de Loudéac ce qui nous fait un pincement au coeur, avant de déjeuner J'en profite que Jean Yves se rende à l'infirmerie pour un mal au tendon du pied pour m'y rendre aussi, j'ai des brûlures d'estomac, des infirmières s'occupent de nous en nous installant sur des lits, un médecin m'observe, discute avec moi et me donne un sachet de Gaviscon et conseille d'en acheter en pharmacie Jean Yves est rassuré à son tour rien de mal, après sur la route régulièrement je suis obligé de m'arrêter pour fermer les yeux dix minutes car comme à l'allé je m'endors risquant la chute, Jean Yves dans ces moments m'attend et profite de mettre de l'ordre dans son ravitaillement.



après avoir monté des côtes nous arrivons à Vilaine la Juhel encore une étape très bien organisée beaucoup de gens qui nous applaudissent le parking à vélo est bien rempli la nous prenons des photos avec une Péruvienne originaire de Lima très jeune 25 ans tout au plus, a fait un bout de chemin avec nous, on se rend au pointage et prenons un repas. Un arrêt à Mamers où c'est très animé de la musique du café des crêpes du cake Etc j'en profite pour acheter en pharmacie du Gaviscon je ne peux rien avaler surtout pas le café que l'on m'offre, il est au environ des 16H00 la chaleur est là, on se rapproche de Paris le moral est bon malgré



les arrêts dû au coup de sommeil il y a de plus en plus de participants qui sont à la peine, sur une ligne droite un couple nous propose de l'eau et des rillettes de canard des bananes tout cela est offert gracieusement ils sont vraiment charmant beaucoup passent sans s'arrêter ils on tord c'est un régal la route est longue avec des lignes droite à ne plus finir, on aperçoit enfin juché sur un monticule Mortagne Au Perche après une montée on arrive au pointage, prenons un sandwich et partons pour Dreux avant dernier pointage la nuit tombe on allume nos lumières des motards contrôleurs nous dépassent Jean Yves a pris un peu de distance je m'arrête dix minutes pour fermer les yeux, je le rejoins un kilomètre plus loin, là où des gens nous crient contrôle ce qui n'est pas vrai car l'on a hâte d'en finir et ne plus s'arrêter on prend du café et de quoi manger roulons jusqu'à Dreux Jean Yves à nouveau est devant je n'aperçois plus ses lumières et m'accroche à un groupe de St Quentin me conduisant au pointage car c'est très compliqué je cherche Jean Yves qui ar-



rive au pointage il a décidé de rester dormir, quant à moi vu qu'il fait beau je repart à la sortie de Dreux je me trompe! des petit malins ont orientés les pancartes dans la mauvaise direction me faisant montée une rue interminable je ne suis pas le seul après avoir repris mes esprits je me retrouve tout seul pas pour longtemps le groupe de St Quentin me passe à nouveau je m'accroche à eux traverse tous les patelins jusqu'à l'arrivée à Saint Quentin en Yvelines il est 4H26 quand je pointe un repas nous est servi dans le vélodrome chauffé j'apprécie et prends conscience que c'est bien fini c'est un soulagement ce sera le dernier car il a été dur cette fois me posant la question « a mon âge faut il se faire aussi mal pour le peu de joie que cela procure et j'y ai laissé un peu de ma santé je le sent » Après le repas je vais dans chapiteau ou sont posés des tapis de sol il fait froid pas de couverture on m'avait déconseillé d'y rester dormir à 8h00 je me rend à l'hôtel première classe ou la voiture se trouve on a réservé mais la chambre ne sera libre qu'à 11H00 aussi je prend un petit déjeuner paye la réservation, quand je suis attablé Michel et Antoine me rejoignent il me propose de prendre leur chambre prendre une douche et dormir c'est ce que je fais Jean Yves arrive vers 11H00 il prend sa douche un petit repos et on retourne sur le site nous rentrons sur Brest le lendemain PBP est fini j'en suis bien heureux avec toute la famille.



Points positifs : bonne organisation sur le site, retrait des pochettes, animations, sécurité départ à l'arrivée, départ de 200 à 500 par ordre alphabétique, balisages tout le long du parcours ambiance, la gentillesse et l'aide des gens , les pointages,

Points négatifs : Le suivi informatique des concurrents «inquiétude des familles», a l'arrivée après le repas et la douche, dormir dans une grande tente avec le froid sur des tapis de sol sans couverture une galère après une épreuve comme celle la la chaleur est de mise.