

Ajuster une page entière à la largeur

TECHNIQUE RÉGLEZ VOTRE POSITION IDÉALE SUR LE VÉLO

CycloSport

CycloSport

magazine

n° 106 juin 2016 NOUVELLE FORMULE

SPECIAL PERFORMANCE

> Vos séances d'intensité sans cardio

> PROGRESSION
10 séances clés détaillées

> Comment préparer une seule cyclo ?

ENTRAÎNEMENT

DU PETIT AU grand parcours

COMPÉTITION

Gérez l'ascension D'UN GRAND COL

GUIDE D'ACHAT

CHOISIR VOTRE VÉLO POUR LA MONTAGNE

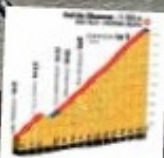
Comment s'alimenter quand on roule tous les jours ?

ATELIER

Prolongez la vie de vos roues

RELIEF

Le col de Chaussy



L 11104 - 106 - F: 5.50 € - RD





CYCLOSPORT MAGAZINE SUR LE PODIUM !



Michèle Calvi dans la roue d'Emelyne Azam.

Le 25 avril dernier, la ligue de Provence organisait le Grand Prix Féminin FFC de la Barben (13), servant de support au championnat de Provence féminin de cyclisme sur route et au championnat inter-méditerranéen, zone géographique réunissant Languedoc-Roussillon, Provence et Côte d'Azur. On aimerait plus souvent voir une telle épreuve rassemblant plus d'une cinquantaine de féminines sur une même ligne de départ ! Sur 16 tours d'un parcours plat et parfaitement sécurisé, trois filles ont pris la poudre d'escampette pour terminer avec 5 mn d'avance sur un peloton qui a mis longtemps à se résigner : Pauline Cantèle et Emelyne Azam (toutes les deux du CC Boulou, 66) et en troisième position Michèle Calvi (ECSL Rognes, 13) qui s'est donc vue décerner le titre de Championne de Provence puisque ses partenaires d'échappée sont du Languedoc-Roussillon. Et comme elles sont bien plus jeunes que Michèle, notre rédactrice en chef s'est aussi adjugé le titre de Championne Inter-méditerranéenne master. A CycloSport magazine, on connaît le vélo !



Sous l'œil ravi de Christophe Amalric, maire de la Barben, Michèle se voit remettre le maillot de championne de Provence FFC.

24 HEURES DU MANS : ENTREZ DANS LA LÉGENDE

Il reste encore quatre mois avant la 7e édition des 24 Heures Vélo Shimano, et pourtant plus de 1500 cyclistes sont déjà inscrits pour faire entrer un peu plus cette course cyclo-sportive dans la légende du circuit des 24 Heures du Mans. Les équipes de 2, 4, 6, 8, ainsi que les audacieux solitaires se retrouveront donc les 22 et 23 août prochains. Ce relais de 24 heures plonge les participants dans une ambiance exceptionnelle alliant compétition et enthousiasme. La gestion des relais est entièrement laissée à l'appréciation des équipes. A la différence d'une course classique, les coureurs peuvent ainsi rentrer aux stands chaque fois qu'ils bouclent un tour du circuit Bugatti, long de 4,185km. Cette année, les organisateurs innoveront avec la création d'une pasta-party le vendredi soir.

Pour plus d'infos : www.24heuresvelo.fr

TENTATIVE DU RECORD FÉMININ DU NOMBRE D'ASCENSION DU MONT VENTOUX

Betty Kals (cycliste confirmée très présente sur les podiums des cyclos) a décidé de s'attaquer au record féminin de l'ascension du Mont Ventoux. Pour détenir le record, elle doit le gravir 9 fois, côté Bédoin. Soutenue matériellement par Trek et Mavic, elle tente ce défi avec un Emonda SLR. Espérons qu'elle réussisse ce sacré challenge ! Nous vous en dirons plus le mois prochain...



Rejoignez
CycloSport Magazine
sur notre page
facebook

Band Bike

Band Bike est la première plateforme en ligne de location de vélos entre particuliers et de professionnels à particuliers. L'objectif de Band Bike est de fédérer une communauté autour de la location de vélos. Chaque internaute doit pouvoir trouver un vélo où il le souhaite, que ce soit auprès d'un professionnel ou d'un particulier. Le dépôt d'annonces se fait en quelques clics après validation par l'équipe du site et l'annonce est en ligne. Pour la recherche, c'est aussi simple, il suffit d'entrer le nom d'une ville ou son code postal et les vélos apparaissent géolocalisés par ordre de proximité.

Plus d'infos : team@bandbike.com – www.bandbike.com

LES CYCLISTES DU VÉLO SPORT DE TROUHANS VAINQUEURS DES 8H DE NUITS-SAINT-GEORGES

Affilié à la fédération Ufolep Côte-d'Or, les cyclistes du Vélo Sport de Trouhans, participent chaque week-end aux compétitions organisées dans le département. Samedi 25 avril était organisée les 8 heures de Nuits Saint Georges avec pour thème le Disco et les années 80. Cette épreuve hors du commun se dispute en tandem par équipe de 6 ou 8 coureurs se relayant pendant 8h dans l'objectif de faire le plus grand nombre de tours d'un circuit tracé au centre ville de Nuits Saint Georges avec pour point d'orgue le passage à l'intérieur des halles. C'est donc Emeline et Jérôme Gavignet, Jérémie Gaillard, Jonathan Massut, Pascal Perron et Stéphane Frigiolini, 6 coureurs du Vélo Sport de Trouhans qui ont pris, pour la deuxième année consécutive, le départ de cette épreuve associant la compétition à une ambiance festive puisque chaque cycliste avait revêtu des habits de lumière. Le tandem a lui aussi été décoré afin de faire briller paillettes et facettes de la boule disco !



RANDO TOUR : UNE FÊTE POPULAIRE DE MURET À RODEZ LE 20 JUIN



Le samedi 20 juin, soit un peu moins d'un mois avant le passage du Tour de France à Rodez, ville chère à Alexandre Geniez (photo), une « rando Tour » amènera, « jusqu'à 400 personnes », selon Victor Santos président du vélo club ruthénois et organisateur en chef, de Muret à Rodez. 200 bornes - quasiment les mêmes que celles que couvriront les pros le 17 juillet prochain - sous le signe de la fête populaire. Et pour que chacun puisse en profiter au maximum selon son niveau, plusieurs formules seront proposées, toutes au tarif de 35€ (20€ de transport, 15€ d'inscription et à-côtés). Des bus achemineront ainsi les cyclotouristes à Muret, ou à Graulhet sur le premier ravitaillement au km 80, ou encore à Réquista, à 50 km de l'arrivée. Un rassemblement général sera opéré à La Primaube, enchaîne Victor Santos. L'objectif, c'est d'avoir une arrivée groupée à Bourran suivie d'un repas sous chapiteau pour clôturer cette journée qui se veut sportive mais surtout festive. Attention, le nombre d'inscrits est limité.

Pour en savoir plus : www.veloclubrodez.fr

SAVOIE MONT BLANC TOURISME lance une appli spéciale Cyclo

Bénéficiant d'un terrain unique pour la pratique du cyclo avec plus de 5 000 km d'itinéraires balisés et ses grands cols de légende plébiscités par le Tour de France, Savoie Mont Blanc Tourisme poursuit la valorisation de son offre vélo avec le lancement d'une toute nouvelle appli mobile. Développée en partenariat avec Cirkwi, éditeur spécialiste de la cartographie en ligne, Vélo Savoie Mont Blanc permet d'accéder à 325 parcours et à l'ensemble des infos pratiques grâce à la géolocalisation. À télécharger gratuitement sur Apple Store et Google Play.



MONSIEUR CYCLES OUVRE SON PREMIER SHOWROOM DE VÉLOS VINTAGE HOLLANDAIS

Avant d'être un concept, Monsieur Cycles est avant tout une histoire d'amitié et de passionnés. Baptiste et Olivier, des trentenaires compères depuis plus de 10 ans, sont à l'origine de ce joli projet : redonner vie aux fameux vélos hollandais dont ils sont tombés sous le charme, lors d'un séjour à Amsterdam en 2013. Au delà du challenge se dévoile une vraie nécessité pour eux : vivre dans un monde plus écoresponsable. En travaillant sur des vélos d'occasion, il y a derrière, l'idée de développement durable, de consommer différemment en proposant une seconde jeunesse à des vélos de seconde main, entièrement révisés et prêts à rouler. Pour en savoir plus : monsieurcycles.fr ou www.facebook.com/monsieurcycles



MESDAMES : FAITES LA RÉVOLUTION !

Si le cyclisme est un sport mixte dans sa pratique de loisir (49% de femmes pour 51% d'hommes) nous savons que du côté compétition il est moins développé que son homologue masculin : la FFC compte moins de 10% de femmes parmi ses 120000 licenciés. Mais ce qui est dramatique, c'est qu'à notre époque de soit disant parité, on constate un fossé même au plus haut niveau. Tandis que les professionnels masculins disposent de gigantesques bus Pullman équipés de douches, cuisines, etc. au départ et à l'arrivée des courses, l'élite féminine doit se changer à l'arrache avec du simple matériel de camping. Bonjour l'intimité ! Du côté des sponsors, le déséquilibre est encore plus flagrant... Alors mesdames, ne vous contentez plus d'un simple vélo repeint de rose, et adressez-vous aux décideurs, aux marques et aux leaders d'opinion. Faites la révolution !

Le Grincheux