

## Amicale Cyclotouriste Pavillaise

Un « Paris-Brest-Paris » ... ça se prépare !

Samedi 24 février c'est réunie, à la Maison pour tous de Pavilly, une quinzaine de cyclos sous l'égide du Comité Départemental de cyclotourisme et à l'appel du Groupe de Touristes Rouennais, du Rouen Athlétic Club et de l'Amicale Cyclotouriste Pavillaise, en vue de la préparation aux randonnées longues distances. En effet, le R.A.C et l'A.C.P. organiseront, respectivement, dès la fin du mois de mars et début avril les premiers brevets pré qualificatifs pour le Paris-Brest-Paris 2019. Présidée par Louis-Jacques Urvoas, Président du R.A.C. et Philippe Jeanne, Président de l'A.C.P. cette réunion avait pour objectif de réunir des cyclos expérimentés, adeptes des randonnées longues distances et des cyclos, dont l'envie ne manque pas mais qui n'ont pas encore franchi le pas des longues distances. Ainsi, aux cours de fructueuses interactions, sur des thèmes aussi variés que la sécurité, le matériel, la préparation physique, la gestion de l'effort, la gestion du sommeil, gérer la nourriture et la boisson, les cyclos ont pu se faire une idée précise de ce que représentait pareil exploit. Si les réponses apportées ont été d'une précision d'horloger, il n'en demeure pas moins que les grandes généralités cyclotouristiques demeurent : prendre du plaisir à pédaler en deçà de son capital ; se connaître et être à l'écoute de son corps ; tester son matériel dès maintenant pour 2019. Un grand merci à nos témoins, Philippe, Jean-Jacques, Marcel, Patrick, Bruno, Pascal, pour leur temps et leur sens de la pédagogie. Amis cyclos, nous vous attendons nombreux pour les deux premiers brevets pré qualificatifs, le 24 mars 2018 pour le 200 km du R.A.C à Rouen et, tout aussi nombreux, le 07 avril 2018 pour le 200 km de l'A.C.P. à Pavilly.

Philippe JEANNE