



Récit de la sortie cassoulet du Jeudi 11 Avril

Le Cassoulet de ce jour ne déroge pas à sa notoriété de plat gargantuesque et convivial et rassemble dans la bonne humeur, une fraternité de cyclistes de l'ECM, dans une salle mise à disposition par le Club de foot de Milizac/Guipronvel. Nous ne pouvons que remercier les organisateurs de ce déjeuner, le Club de foot et le restaurant de Beg Avel pour son savoureux Cassoulet. Il est à noter qu'il ne restait pas grand-chose dans les assiettes et ce qui restait a fini dans les entrailles du chien de Jean-Claude qui a dû aussi l'apprécier.

Pendant le repas, les discussions vont bon train et tournent autour de la sortie dans le Lot et de celle de ce matin, ou nombreux, une vingtaine, étaient les cyclistes du groupe A à s'élancer dès 8h pour une boucle de 93 Km. Le Groupe B quant à lui fort d'une douzaine de personnes démarrait sa boucle à 9H.

Autour de la table tous taillent dans les mots, pour décrire cette sortie.



Bernard: « *Nous avons avec Jean-Paul (T) tiré le Groupe B notamment dans la côte de Guissény ; Jean Paul c'est un vrai Guerrier et même sans son couvre-chef aéro, il y va, fonce et ne rechigne jamais à l'effort* » ;



Jean-Claude qui étrenne un VAE, est super content de sa ballade et de son nouveau vélo, renchérit et déclare « *quelle belle sortie, dommage que j'étais bridé à 25, mais toi Bernard tu t'es bien défoulé, que c'est bon de pouvoir rouler avec vous !!* ». Cet excellent bordeaux qui accompagne le cassoulet, est d'ailleurs offert par Jean-Claude pour célébrer son 1^{er} jour en VAE. Un grand Merci JC pour ce vin particulièrement rond et parfumé en bouche.



Bernard: « *La côte de Guissény, nous l'avons avalée à une vitesse que je ne pensais pas tenir, tous derrière Gérard (C.), Paul et Boul Mass* » ;



Rémi: « *Avec JL, nous avons rattrapé le 1^{er} groupe car le peloton s'est éclaté en trois groupes dans cette ascension. Toutefois les écarts n'étaient pas importants* » ; *Le regroupement au Leuré a été rapide et la portion jusqu'au Douris emmenée à 36 par Michel (O.)* »



Jean: « *Quelle montée !! et Rémi qui accélère dans le final avec Bernard (R.) alors qu'ils mettent déjà des mines dans la plupart des bosses !!!* ». *Dans le Lot, il va y en avoir des bosses, et en plus le soir il y aura Joe !! Super* » ;



Bruno: « *Exploser dans les côtes ne permet pas de s'améliorer, il vaut mieux travailler au train* » ;



Bernard: « *Tu as raison Bruno, mais quel plaisir de pouvoir accrocher les costauds et pour sûr, une fois à l'abri dans le groupe c'est plus facile* » ; *Et Rémi et moi on roule moins à cause de moto sécu le dimanche donc on se défoule ensemble ; mais quand vous aurez fait le Lot, on aura du mal à vous suivre !!!*



Jean-Paul: « *Rémi c'est la révélation de l'année, quelle pêche il a dans les côtes ; Dommage que Michel (D.) n'ait pas pu se joindre à nous pour cette sortie ! nous avons deux VAE pour nous entraîner.. mais le VAE de JC est plus léger !!* » ;



Boul Mass: « *Toutes les bosses sont montées rapidement y compris celle de Lannilis et Tréglonou et après Lanrivoaré, génial le final Paul, Renato, Renato, Rémi .. Heureusement que j'ai retrouvé la forme car j'ai pu finir à bloc ..* » ;



Récit de la sortie cassoulet du Jeudi 11 Avril



Bernard: « Nous, avec BM, en tant que footeux, on aime les bourres, surtout quand il faut aller chercher du jus au fond de ses tripes, mais c'est fait toujours dans une bonne ambiance...dans l'esprit du sport » ;



Jean-Yves : « J'espère que pour les 300 on aura ce temps, sinon je doute que je le fasse surtout que Jean-Paul (K.) rassuré après ces examens ne peut le faire ! à suivre. C'est dommage car c'est un joli parcours, si JL le fait je le ferais peut-être.. Bon ne restons pas sans trinquer à cette sortie !! » ;



Entendant Jean-Yves, DD se lève et porte un toast pour cette sortie qu'il dit il « avait commencé dans un froid humide à vous geler sur votre selle et se termine sous un ciel bleu, un soleil sans chaleur mais largement compensée par celle du fumet du Cassoulet mijotant dans les plats fournis par Beg Avel ».



Gérard se propose de déclamer dans le Lot lors d'un dîner chaleureux, avec sa voix de baryton, la ballade de l'ECM qu'il a écrite.. Une Ballade (à ne pas confondre avec Balade) dans un opéra nature.. Super



Bernard clôt cette sortie avec quelques mots opportuns et promet le « **mot du Président** » que d'aucuns traduisent comme « **pot du Président** » lors du premier dîner ensemble dans le Ségala Lotois.

Avant le départ, c'est remise en état de la salle et nettoyage de la vaisselle prêtée par le Club de foot. **A l'ouvrage les gars !! Et c'est comme sur le vélo, ça fonce et défonce !!! toujours avec le sourire, c'est l'ECM !!!**

Super cette ambiance modestement relatée par votre chroniqueur à l'antenne « Milizac, toute l'information sportive ».

A Dimanche 21 les amis, l'antenne ferme jusque-là.

Gérard Houlf;

