

UFOLEP VTT NEWS

n° 33 juin 2023

www.vtt-ufolep-lorraine.org

CHAMPIONS A LA UNE:

JEAN MATOS



COLIN CARMASOL



3 QUESTIONS À:
MATHILDE GEISSEN (UFOLEP 88)
DAMIEN MOSELLE (A.V. FLAVIGNY)

JEAN MATOS: LA FUSEE

Dans l'excellent film « M Batignole » de et avec Gérard Jugnot, On présente à Sacha Guitry, un jeune auteur de pièces de théâtre sans talent (Pierre-Jean La-mour-Jean-Paul Rouve) qui signe ses écrits par F.M. . Réplique cinglante de Sa-cha Guitry: « F.M. oui, Fort Mauvais »

A l'Ufolep on a aussi un F.M., non pas Fort Mauvais mais la Fusée Matos. Faisons plus ample connaissance avec ce sexagénaire qui domine de la tête et des épaules la catégorie 60 ans et plus

LE PALMARES DE LA CHANSON PARDON DU CHAMPION

-Deux quatrième place au mondial masters, 1 place de 6, une de 7, 4ème lors d'un championnat d'Europe, 3ème lors d'une manche à Super Besse (63) mais aussi 5 titres de champion de Lorraine(F.F.C.) et pas mal de victoires en coup de Lorraine (F.F.C.). N'en jetez plus la cour est pleine. Tout comme moi vous pensez sûrement que le vandopérien a passé sa vie sur un vtt. Que nenni, comme il l'explique: *« Je suis venu au VTT en 1996 grâce à mes deux jeunes frères donc c'est relativement récent. Auparavant, je faisais juste un peu de musculation. Mon premier vtt a été un MBK Origine avec des freins V brake. J'ai pris ma première licence compétition F.F.C. au club de Neufchâteau (ndlr Les valdingues Tout Terrain) où je suis resté trois ans. »* Pourquoi Neufchâteau, alors qu'il existe des clubs sur Nancy et ses environs? La réponse est toute simple comme il l'explique: *« l'amitié. J'avais des copains dans ce club et comme je ne savais pas quel club choisir alors j'ai signé chez eux. J'y suis donc resté trois saisons puis je suis allé au Fun Club de Villers Les Nancy. C'est à cette époque que tu m'as connu (ndlr, auparavant, je regardais le site de club). Des problèmes personnels ont fait que j'ai quitté ce club au profit de l'Union Cycliste Remiremont depuis 12 ans environ et je me sens bien dans ce dernier. »* Petite parenthèse où l'humour un peu pince sans rire de Jean transparait: Lors d'une remise de prix je lui avais posé cette question sur le choix de cette association, il avait répondu que Julien Absalon avait signé dans le même club que lui....Autrement, je pense que notre homme aime séduire, en particulier la gent féminine. Serait ce un trait des plombiers (cf la chanson de Pierre Perret: le plombier), notre homme exerçant ce métier depuis 50 ans. Une paille.....

PAS DE VICTOIRE SANS

Qu'est ce qui fait qu'il soit si fort? Est il un forcené de l'entraînement? Il ne s'en cache pas, il roule beaucoup: *« j'effectue 30 à 36 000 km par an en vélo. C'est pas mal (doux euphémisme). Pour moi, il n'y a pas de victoire sans sueur. Mais je me répète j'aime le vélo, j'aime rouler par-dessus tout»*



Jean ici à Eulmont (2023) (photo Bouxières Evasion remarquez le maillot de champion de Lorraine FFC)

Il s'empresse d'ajouter: *« Je pense être un véritable passionné de vélo au point que tout mon argent y passe. »* Si au départ tu venais aux courses Ufolep pour t'entraîner, est ce toujours le cas? *« Je roule encore en FFC sur la route et des fois en vtt. Mais j'ai vieilli et les circuits sont devenus très exigeants techniquement et physiquement. Cela fait des années que je roule en Ufolep et de plus en plus, comme les coureurs ont pu le remarquer. J'aime bien l'Ufolep et son état d'esprit que je trouve convivial. J'ajoute que l'Ufolep a bien changé dans le sens où le niveau*

a bien augmenté». Critiqué par certains, admiré par d'autres, la question est: Jean Matos a-t-il changé d'attitude au fil des années? Pour certains pilotes, observateurs, la réponse est oui. De distant, voire méprisant pour certains, l'homme est aujourd'hui bien plus abordable, plus humain. Certes, il est toujours cette machine de guerre dont le but est la victoire et de rouler le plus vite possible mais ses relations avec les autres pilotes sont beaucoup plus posées même s'il aime bien charrier ses adversaires mais je ne pense pas que ce soit méchant. Tenez en pré grille à Flavigny, il discutait avec Guy (Haag) et Christian (Marchand). Est-ce que ceci se serait produit il y a 10 ans? Pas si sûr, même s'il s'en défend corps et âme: *» Sincèrement, j e ne pense pas avoir changé de comportement vis-à-vis des autres coureurs. »* Peut être était il moins avenant, une sorte de timidité? Autre point résumant son état d'esprit: lorsqu'il roulait irrégulièrement « chez nous », bien que placé sur sa ligne, il grapillait quelques places en s'avançant, avant le départ, vers les premières lignes le plus discrètement possible. Aujourd'hui, terminé. Certes en participant à l'entièreté du challenge; il est désormais placé aux avants postes mais adopterait il cette manière de faire? Pas sûr.

contre le nouveau modèle ne me plaisait pas trop et comme j'ai eu l'opportunité de changer pour un Scott Spark, j'ai saisi cette occasion. En revanche, je n'attache pas plus d'importance que ça à l'équipement. Certes je ne vais pas rouler sur un tréteau mais je ne cherche pas non plus le dernier dérailleur ou le dernier système de freinage. Pour moi, un vélo reste un vélo et c'est le gars qui est dessus qui fait la différence (ndlr comme il est bon, Jean peut avoir ce genre de discours par contre un branquignol comme moi attache de l'importance au poids surtout des roues)



Cannondale, et sa célèbre fourche monobras, une marque qui a accompagné Jean durant des années....



Ici à Flavigny 2023, Jean taillait la d »iscut « avec des adversaires directs avant le départ mais toujours cette soif de gagner



« Je n'attache pas trop d'importance au matériel » dit il. Pour autant, le Scott Spark a été sérieusement modifié avec l'adoption d'une fourche Lefty de chez Cannondale. en lieu et place de celle d'origine Sans doute une histoire de ressenti avec cet élément ,lui qui a roulé très longtemps sur des vélos de la firme du Connecticut..

VACCINE CANNONDALE

Tiens, Jean a changé de vélo, comment cela se fait il, ayant toujours vu le bonhomme sur un Cannondale, la célèbre marque américaine. *« C'est vrai que j'ai eu quasiment tous les modèles de cette marque tant en rigide (ndlr suspendu avant) qu'en tout suspendu. J'aimais bien cette marque, ces modèles. Mais le dernier « Canon » que j'ai eu avait déjà trois ans et il était temps de le remplacer. Par*

LE NATIONAL 2023

Coup de théâtre sur les deux dernières épreuves du challenge 2023, à savoir Flavigny et Mont St Martin, Jean perd coup sur coup et prend la seconde place derrière Guy Haag.

EN BREF

Voilà qui relance le championnat et l'intérêt sportif, ce qui me fait penser à la domination exercée par Marc Marquez lors de la saison 2014 où le jeune (à l'époque) catalan avait littéralement tué le championnat en empilant 10 succès sur les 10 premières courses, tordant au passage un certain Valentino Rossi. Le genre de trucs à vous dégoûter de regarder les courses. Alors qu'est ce qui explique ce passage à vide? D'abord, il l'avoue volontiers Guy est en grande forme: « *Actuellement je connais un pic de forme et j'en profite à fond, sachant que j'ai tout donné sur ces deux épreuves, ne voulant pas me faire rejoindre par Jean. Mais je sais pertinemment que ça ne va pas durer* » lâche-t-il. De son côté, beau joueur, Jean sans remettre en cause sa seconde place (ndlr on ne peut pas parler de défaite) admet une réforme jointe à d'autres soucis comme il explique: « *J'ai eu un passage à vide de trois semaines, j'étais essoufflé et je n'arrivais pas à avancer, impossible d'envoyer du steak. Je montais haut dans les tours mais rien, impossible d'avancer. De plus, techniquement ou tactiquement, j'ai fait de mauvais choix au niveau des pneus. Mais aujourd'hui ça va mieux* »

De très très bons pilotes, la Lorraine en a envoyé un paquet mais depuis les derniers titres (Avallon 2008 et Contrexéville 2010) nos (et à plus forte raison leurs) espoirs ont été douchés. Parfois la course est cruelle avec un accrochage au départ, un problème mécanique, une crevaison....vous ne le savez que trop bien. Alors 2023, l'année d'un sacre pour lui? Ayant très certainement discuté avec des « recalés », l'homme répond prudemment, faisant preuve d'une humilité tout à son honneur: « *Je vais essayer de faire de mon mieux. Si victoire il y a, j'en serai très heureux et fier pour la Lorraine (NDLR au national vtt, on roule pour son département). Mais il y a du beau linge et un podium me conviendrait parfaitement, j'y vais avec l'envie de ramener quelque chose. D'un point de vue logistique, j'ai loué un gîte de deux personnes, gîte où je suis seul. Donc autonomie totale où je pourrai me concentrer sur cette épreuve.* »



Jean ici en coupe de Lorraine FFC 1er en master 5 (2018). Quelle place au national 2023? Souhaitons lui la meilleure possible

Papa bienveillant: Aux Crapauds, Enzo dormant, Fred Jacob ne l'a pas réveillé et a donc roulé à sa place. Elle est pas belle la vie?

Les temps changent....chantait Bob Dylan. C'est vrai aussi pour l'attribution du national vtt. Il y a plusieurs années, on connaissait plusieurs années à l'avance les lieux de ce rassemblement. A ce jour (09/06/23) les clubs désirant postuler pour le national 2024 peuvent encore le faire! Malaise, vous avez dit malaise?

La draisienne et vélo à stabilisateurs s'imposent oetit à petit en lever de rideau des courses. Après la première l'an passé proposé par l'U.C.C.F., nous avons eu droit ce type de démonstration à Hombourg Haut, Flavigny et Longwy. Ce 11 juin « les Roulcool » d'Elzange vont à leur tour proposer ce type de réunion. Bravo, bravo, bravo, ceci ne peut que favoriser l'apprentissage du vélo et donner l'envie de rouler à nos chères têtes blondes.

Alain Carmasol est un ancien athlète qui pratiquait le demi fond (800-1500mètres). Quant à son épouse Martine, elle ramait en aviron (cf interview de Colin) à un très bon niveau en cadettes.

De nouvelles têtes chez les féminines? Il est en effet fort possible que ce soit le cas rapidement. Pour être classée au challenge, il faut d'une part être licenciée Ufolep et d'autre part avoir participé à la moitié des épreuves.

Rappel: avec une licence vous pouvez pratiquer plusieurs disciplines en étant assuré. Il suffit juste que votre club déclare la pratique de cette (s) dernière(s) à l'Ufolep.

Réduction d'âge: il y a quelques saisons, les 7-8 et 9-10 ans étaient plus ou moins « invités » sur les épreuves du challenge. Aujourd'hui, ce n'est plus le cas et ces deux catégories sont parfaitement intégrées au classement. Avec la multiplication, ce qui est un bien, des démonstrations des courses de draisiennes et vélos à petites roues, assisterons nous à la même évolution? On en reparle dans 5 ans?



3 QUESTIONS A MATHILDE GEISEN (Référente cyclisme 88)

Mathilde peu de participants au challenge te connaissent, peux tu te présenter:

« Je m'appelle Mathilde Geisen, j'ai 21 ans et je suis actuellement en licence professionnelle Tourisme de Montagne à St Dié des Vosges. J'ai été auparavant en B.T.S. Développement Animation des Territoires Ruraux à Gugnécourt (88) et en apprentissage à l'Ufolep 88. Je souhaite à la rentrée prochaine faire un BPJEPS activités pour tous où je suis encore à la recherche d'un apprentissage. Cela fait 16 ans que j'ai commencé à faire du vélo puis j'ai roulé en compétition sur route, cyclo cross, piste. Il y a deux ans, j'ai pris ma première licence Ufolep dans l'Yonne et depuis cette année dans le club J.E.C.D.E. (Jeune Etoile Cycliste Déodatienne et Environs) et c'est la première année que je fais du vtt. »

Quel est ton constat sur l'état des lieux du cyclismes dans les Vosges?

« Dans les Vosges, c'est le cyclisme sur route qui est développé majoritairement. Nous avons beaucoup de clubs mais paradoxalement plus beaucoup de liens avec le comité. »

Quelle est ta priorité dans tes actions?

« Nous (le comité 88) avons décidé quand les clubs nous le demandent d'aider pour les compétitions en donnant des lots, des coupes en fonction des besoins des clubs. En dehors de ceci, mon action principale a été de remettre en place le challenge Cyclo sport Ufolep mais aussi de mettre plus de visibilité de notre calendrier sur le site national Ufolep Cyclisme.

Te sens tu soutenue par les clubs des Vosges?

« Grâce aux clubs des Vosges qui me suivent dans ce que je fais et me soutiennent, nous redéveloppons le cyclisme au sein de l'Ufolep 88. J'aimerais l'année prochaine remettre en place le vtt dans les Vosges! »

Merci à toi Mathilde, bon courage.



A droite, avant le départ à Flavigny (?). Bien entendu l'Ufolep VTT News, les clubs organisateurs du challenge ainsi que les participants souhaitent qu'il y ait davantage de coureurs vosgiens sur les épreuves.



REACTIONS

Organisé par VTT Woustviller, Hombourg Haut donnait le coup d'envoi de la saison 2023, Ufolep News VTT a recueilli quelques paroles de participant(e)s avant et après. Paroles, paroles.....

Arnaud Dudet (Villerupt): « *mon fils Louis ayant manifesté le désir de rouler en compétition, j'ai donc remis le pied à l'étrier également (ndlr il roulait au début des courses de 6h E.M.T.). Pour le fiston tout se passe bien, il a passé les descentes les plus engagées. Nous sommes contents. Par contre pour moi, c'est dur ayant roulé sur la route, le circuit est technique mais ça revient. Et je prends du plaisir.* »

Sofiane Zamoun (cadet Longwy): « *C'était bien. Le terrain est un peu boueux avec des descentes sympas par contre il y a une côte qui est terrible.* »

Veronique Luxembourg (Bouxières): « *Beau parcours mais à mon sens trop court. Le passage des roches est terrible, je l'ai fait à pieds. Vivement la prochaine.* »

Fredéric Jacob: « *Woustviller): » J'étais impatient de reprendre. Pour cette 1ère course, on voit de nou-*

veaux visages mais aussi les jeunes qui grandissent. Un peu de stress pour moi vu que l'an passé, j'étais tombé et que je m'étais fait très mal donc là j'y suis allé un peu moins vite. »

Stephano Tomasetti (Manom): « *je suis content, déjà il y a toujours une super ambiance et ça j'apprécie et de plus j'ai retrouvé mes jambes....* »

Valérie Rocchi (Maman, Morsbach): « *je suis venue accompagner ma fille Julia (14 ans). Bien entendu, je la motive, la soutient, mais j'encourage tout le monde. Bravo aux participants.* »

Guy Haag (organisateur, Woustviller) : « *Nous avons eu beaucoup de monde avec pas mal de non Ufolépiens. La météo annoncée catastrophique nous a assez épargné...Des problèmes de chronométrage du coup on a dû faire les classements à la main avec quelques podiums faussés. Certaines personnes ont*



Ci-dessus à Eulmont: la montée du Crany échauffement avant la seconde montée bien plus raide, ce benjamin va se faire « croquer », Caroline Bour porte les couleurs d'Amanvillers.



Ci contre Flavigny: que ce soit chez les adultes ou les plus jeunes, au départ on donne tout ce que l'on a.... Une brochette de jeunes coureurs, la future relève.



EN BREF

Dr Guy: gros moment de tension lors de mon tour de reconnaissance à Eulmont. Un bruit d'engrenages qui ne s'emboîtent pas du tout, du sur place en pédalant, je mets prématurément fin à ce dernier, pensant à un problème de roue libre. Je vois Guy (Haag) et lui conte ma mésaventure. Ni une, ni deux, la roue arrière est démontée, auscultée. Verdict: le roulement suite au desserrage de la cassette est décalé. Grâce à son intervention, j'ai pu prendre le départ de cette seconde épreuve. MERCI.

Féminines: que ce soit à Hombourg Haut (57), à Eulmont (54), j'ai relevé un gros bataillon de participantes. Tant mieux, j'espère qu'elles seront encore plus nombreuses dans les semaines, mois, années qui viennent.

Participation: Plus de 190 inscrits à Hombourg Haut, 184 à Eulmont, plus de 150 à Flavigny (54), idem à Longwy (54), la participation au challenge est très élevée ce qui souligne que le travail effectué par les clubs porte ses fruits

7%, c'est le pourcentage de diminution des capacités physiques à chaque décennie au-delà de la quarantaine (entendu sur France Info) .

National VTT: sauf erreur de ma part il y avait 13 représentants de la Meurthe et Moselle, 5 de Moselle, 1 des Vosges dans le Pas de Calais (62).

Voici donc les résultats (dans l'ordre de la publication sur le site de l'Ufolep). Rappel: plus que dans une épreuve locale, les risques de casses, chutes sont plus élevés du fait du nombre de participant (e)s et de l'enjeu. J'indique les positions mais il ne s'agit en aucun cas d'un jugement de valeur.

Féminines 30-39 ans: Marion Chaufournais (54) 11ème/11

Masculins 17-19 ans: Thomas Winzerich (57) 63ème/63

Masculins 30-39 ans: Stéphane Kirsch (57) 34ème/56

Masculins 40-49 ans : Sébastien Hawrosz (54) 57ème, Steve Rzepecki (54) 68ème/76

Masculins 60 ans et plus: Guy Haag (57) 5ème, Jean Matos (88): 13ème/43

Masculins 11-12 ans: Noé Cousin (57) 19ème/61

Masculins 13-14 ans: Lucas Brocard (54), 23ème, Justin Cousin (57) 29ème, Maxence Fagot (54) 48ème, Nils Hubsch (54): 78ème/90

Masculins 15-16 ans: Zacharie Rzepecki (54) 7ème, Tom Hubsch (54) 26ème, Cyriak Nuss (54) 35ème,

Paul Bauer (54) 41ème, Mathéo Heit (57) 67ème/81, **Non partants ou abandons:** Martin Bauer, Loup Chaufournais,

Classement par comité

13-14 ans 13ème (54)

15-16 ans: 4ème (54)

Classement inter comité

23ème (57)

National VTT: pour quelles raisons la participation au national est elle plus faible qu'il y a 10 ans par exemple. Je me souviens qu'à Marines (95) en 2013, il y avait en 40-49 ans près de 150 pilotes au départ! Est-ce dû au Covid qui a détourné des gens de notre sport favori, à un report vers de nouvelles pratiques comme le triathlon ou le gravel, la concurrence de date avec Les Crapauds, les effets de l'inflation? Faudra-t-il prévoir des catégories VTTAE à l'avenir?

LES CRAPAUDS: la même « désaffection » se confirme une nouvelle fois en ce qui concerne le nombre d'inscrits à cette course de 24h vtt. Environ 1500 inscrits (avec les VTTAE) alors que dans les années fastes, il fallait prier pour que son équipe soit retenue. Un début d'explication avec les conditions météo de 2022?

Endurance VTT: avec la mise en sommeil prolongé de l'Européen Mountainbike Trophy, 3 clubs Ufolep ont décidé de relancer la discipline en parallèle du challenge XC en proposant des épreuves de 2h pour les jeunes (de 7 à 13 ans) de 6h pour les plus grands à partir de 13 ans. Las, sans doute un manque de communication (je me sens fautif), un règlement revu mais aussi cette période post covid ont certainement détourné des intentions de participer. 29 inscrits à 5 jours du rendez vous (13/05) ont conduit le club de Woustviller à annuler sa course prévue à Leyviller. Dans la foulée, sans doute refroidit le club de Longwy annonçait le report de la Coulmy Bike du 3 Juin au 23 septembre. Pour le moment l'épreuve de Villerupt 28/10 est maintenue.

Pourtant la volonté est d'ouvrir la discipline au plus grand nombre à tous les gens, les familles qui roulent pour leur plaisir, en randonnée, de leur montrer que l'endurance est sympa, conviviale avec ses moments de partage d'impressions, de passages.....

PLUS QUE DES MOTS

Pour Colin Carmasol, les mots « montagne, plaisir, relation » sont plus que de simples mots. Il y a derrière eux, des valeurs qui y sont rattachées, valeurs auxquelles il tient beaucoup.

TOUT PETIT

« Nos enfants étant petits, nous passions des vacances, qu'elles soient d'hiver ou d'été à la montagne » se remémore Alain le papa de Colin avant d'ajouter: « ski alpin, et plus tard escalade, nous allions en famille dans les Alpes passer une semaine ou deux. » Martine la maman renchérit: « nous ne les avons jamais poussé à la compétition, l'important pour nous était qu'ils prennent du plaisir. Mais je dois avouer que Colin a rapidement fait preuve d'une grande aisance sur les planches. Il a rapidement gravi les échelons avec les flocons et autres étoilles. » De ces séjours nature, Colin retient: « Une bonne partie de notre vie est finalement tournée vers le sport: maman ancienne rameuse (aviron) et papa ancien athlète mais tous les deux vttistes désormais. . Depuis tout petit, je pratique l'escalade avec ma sœur et mes parents. Avant même de me rendre compte de la « pratique sportive », c'est plutôt les lieux où l'on allait dont je me suis émerveillé: la montagne notamment et la nature de manière générale. »



L'escalade (voir la photo de couverture également) combine paysages, efforts physiques et concentration tout en n'excluant pas une dose de fun. Ici sans doute dans les Alpes. Notez en contrebas la rivière qui coule.

Le ski, sport de glisse tout comme le vtt (sauf pour certains blaireaux dont je fais parti) est sans doute à l'origine de l'aisance du jeune homme dans cette pratique du vélo. Petit aparté: d'ailleurs j'ai des co-

pains qui skiaient à un bon niveau et qui adoraient les descentes, m'en mettant plein la vue. Mais revenons à notre sujet...Là aussi le papa précise: « je pratiquais le vélo et avec le vtt on peut conjuguer amour de la nature et effort physique. De la montagne à la forêt, il n'y a qu'un pas que toute la famille franchit aisément. » Que voulez vous dans cette ambiance propice, on ne peut que progresser... C'est ainsi que tout naturellement on retrouve donc Colin, les fesses sur un vtt et non moins tout naturellement au départ des « têtards » le pendant de la course d'endurance vtt « Les Crapauds » en version enfants.



(NDLR à l'époque du cliché, les deux courses se déroulaient en même temps). On peut voir l'évolution des vtt avec les roues de 29 pouces, les freins à disque.....

Il est probable, mais c'est une supposition personnelle que la situation géographique de la maison familiale, dans un village en pleine montée, ait favorisé un peu plus l'aisance physique du garçon.

XC ET ENDURO

Trouver de nouveaux marchés, en proposant de nouvelles pratiques est un enjeu pour les constructeurs. C'est ainsi qu'il y a déjà de nombreuses années, sont apparus des vtt avec des débattements de suspension plus importants pour mieux coller à cette nouvelle pratique: l'enduro. Discipline qui existe, soit dit en passant depuis plus de 70 ans en moto (voir les isdt que Steve Mac Queen, l'acteur de Au nom de la loi ou de la grande évasion). L'enduro

ou vtt est basé sur les mêmes grands principes, à savoir un parcours dit de liaison et des épreuves spéciales où le chronomètre est le juge de paix. En vtt, il existe un distinguo entre le format dit « rallye » avec des passages montants et descendants et « enduro » à profil plus descendant. De ce fait, les débattements de suspension diffèrent avec en gros 140-150 mm pour les premiers et 170 pour les seconds (si ça n'a pas encore changé). De quels vélos dispose-t-il pour s'aligner sur les deux disciplines? *'Depuis quelques saisons maintenant, je roule sur des Rocky Mountain! Un Vertex (donc semi rigide) pour le XC et un Altitude pour l'enduro (170mm avt-165 mm ar) ».* XC, enduro, tôt ou tard la question vient à se poser: Est-ce un bien ou au contraire on ne peut se donner à fond? *« Forcément, c'est un petit frein pour me donner à fond, surtout en XC car l'entraînement est quand même très spécifique et demande mine de rien beaucoup de temps. Or, ce temps, je le prends aussi pour l'enduro. Je trouve que c'est plus facile de s'entraîner à l'enduro en roulant en XC que l'inverse. L'aspect physique très prégnant en XC ne peut pas être reproduit à l'identique en enduro: ce ne sont pas les mêmes niveaux d'intensité. Par contre, je pense que les deux sont hyper complémentaires et je me nourris de mon physique de crosseux sur les enduros tout comme je me nourris de ma technique d'enduriste sur les courses de XC. Du coup, il faut savoir jouer avec ses points forts. C'est vrai que niveau XC, je pense que je ne suis plus autant à fond qu'il y a 4 ans par exemple. Mais je prends tellement de plaisir en enduro avec l'adrénaline des spéciales et le partage toute la journée avec les copains (vu le format rallye de l'enduro) que c'est vers ce format que mon cœur balance si un week end j'ai le choix entre deux courses.»* explique-t-il.



L'aspect physique est très prégnant en XC.....

L'UFOLEP?

Colin, sans être un idéaliste béat, est à la recherche de valeurs sportives qu'il retrouve dans le challenge mais pas que. *« Avec des potes quand se tirer la bourre sur Strava commençait à nous amuser, on s'est dit qu'en fait, on pouvait aller faire une course en vrai, pour se mettre dans de véritables conditions. J'en avais fait petit, en FFC notamment mais j'ai été relativement refroidi après certaines expériences de parents qui poussent (dans le mauvais sens) leurs enfants et d'un esprit pas très sportif. J'avais donc laissé tomber le XC hormis lors des « Tétards » et « Crapauds », des courses bien plus conviviales. »* La perche est tendue, impossible de ne pas évoquer l'endurance vtt notamment les « Crapauds ». Avant de donner son avis sur ce type d'épreuves, il tient à rappeler une évidence que l'on a peut être trop tendance à négliger: *« Les Crapauds est une épreuve mythique de notre région et on a la chance d'avoir ça à proximité. »* Avant de poursuivre: *« J'aime beaucoup ces formats de l'endurance qu'ils soient de 6 ou de 24h! Les Crapauds, j'en ai fait un paquet, que ce soit en équipe, en équipe mixte, en solitaire...je sais que je les referai encore plusieurs fois dans ma vie de vttiste. Les endurance de 6h sont aussi des courses agréables. Encore une fois, j'apprécie hautement le côté humain et la vie sur le paddock, tu croises des gens, des adversaires mais surtout des copains toute la journée, ça c'est un régal. »*



A L'INTENTION DES PLUS JEUNES: merci de ne pas vouloir réaliser ce genre de figure. D'une part il faut un vtt adapté mais aussi la technique.

Impossible de ne pas évoquer sa participation au national (équivalent au chpt de France F.F.C.) 2019.

Des regrets suite à une crevaison?

« Forcément, une énorme déception vu que j'avais eu le temps le plus rapide au tour et que j'étais donc en position de jouer la gagne et donc le maillot et le titre....Mais c'est la dure loi des sports mécaniques et on y est régulièrement confronté en enduro. On a beau le savoir, je n'arrive toujours pas à m'y faire..... Ni parfois à garder mon calme quand ça m'arrive »

de Metz, juste à côté de chez moi) ou les massifs des Alpes beaucoup plus lointains que l'on explore, avec ma famille, depuis quelques années maintenant...La compétition forcément un peu. Pour le XC, l'Ufolep est vraiment mon « endroit » préféré grâce à l'ambiance qui s'en dégage. En enduro, continuer sur ma lancée et participer encore à quelques courses mythiques comme je suis en train d'en cocher quelques unes: manches de la coupe du monde à venir cette année par exemple. »



Etre sur le podium au national est une sacrée perfmais il y a de quoi nourrir des regrets quand sans une crevaison Colin pouvait nourrir l'espoir d'être sacré champion.....

PLAISIRS PRESENTS, FUTURS,

Un changement de vie professionnelle le conduit à postuler chez Décathlon. Certains pourraient prendre ceci comme une dégradation ce qui n'est pas son cas, une fois encore, il voit le bon côté des choses ; » *je n'éprouve aucun regret vis-à-vis de mon ancien travail. C'est un plaisir quotidien que de travailler au milieu des vélos ou des skis en hiver car le domaine est forcément passionnant. Il y a cet aspect relationnel que j'aime beaucoup également. Pour l'instant plutôt content en effet.* » Lorsque l'on évoque le futur, la réponse est sans équivoque, comme vous vous en doutiez: » *Encore du vélo! Et de l'escalade! Et de la course à pieds! J'aime le sport, j'aime les rencontres avec les autres, j'aime vivre ces moments avec mes amis, ma famille, ma copine. Encore une fois, les endroits, dans lesquels ces pratiques extérieures nous emmènent sont hyper agréables à parcourir, que ce soit la forêt du St Quentin (au dessus*



Photo du bas: père (Alain) et fils ensemble, unis par des passions communes (manque Martine le maman qui pourrait sans problème figurer). En haut, il court également très bien confié Alain. La montagne en été ou en hiver est un des terrains de jeux favori chez les Carmasol., ici au sommet du Mont Rose (4634 m) en 2016

S O S TERRE

« Un camion poubelle empli de plastique est déversé dans la mer chaque minute! » C'est la phrase d'introduction sur France Info pour le lancement d'un sujet concernant une conférence planétaire à Paris afin de limiter la pollution par les plastiques. Devons nous attendre les politiques pour agir?

« JE NE SUIS PAS ECOLO, faut pas croire ce que disent les journaux, je ne suis pas écolo, écolo » (sur l'air de la chanson de Daniel Balavoine (je ne suis pas un héros).

Avant toute chose; je ne veux surtout pas passer pour un donneur de leçons, loin de moi cette pensée mais je dois reconnaître que je suis sans doute trop impliqué dans le respect de la nature ce qui conduit certaines personnes à mal comprendre mon ton lors d'échanges que je veux informatif.

Nous pouvons agir individuellement, au sein de notre club pour limiter la pollution plastique. Pour ce faire, donnons nous la peine de faire un tri correct de nos emballages. J'ai trop souvent constaté qu'en glissant dans une poubelle collective ou individuelle des débris jetés au sol, il y ait dans cette dernière des prospectus, bouteilles en plastique voire bouteilles en verre alors qu'il y a désormais la possibilité de les recycler grâce aux poubelles jaunes ou aux sacs prévus à cet effet et autres conteneurs à verre

Lors de nos épreuves, des clubs ont mis en place un tri sélectif mais il suffit d'une ou deux erreurs de tri volontaires par manque de conscience ou involontaires pour « faire dérailler la machine ». Lors du dépôt suivant, on voit qu'il y a débris « tout venant » dans un sac de canettes métalliques pour que tout dégénère. Alors tous ensemble faisons un effort au pire demandons où se trouve telle ou telle poubelle

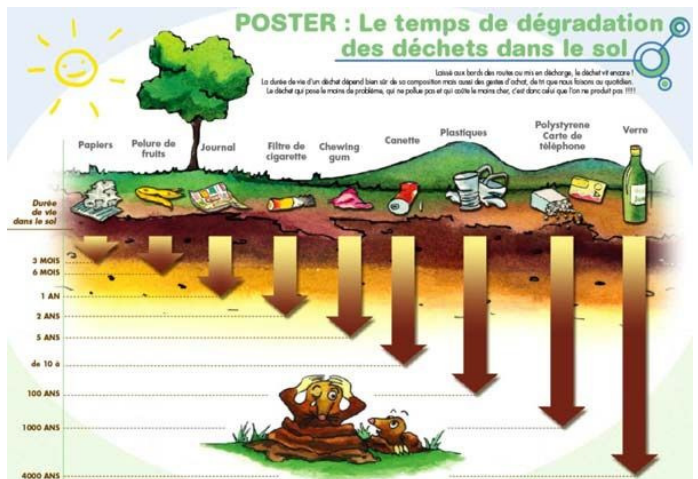
Un vttiste est utilisateur de la nature, pourquoi retrouve-t-on des sur les tracés des doses de gel? Inadmissible.

Au quotidien, il y a une minorité de personnes « sans gêne » qui consomme puis jette au sol, par la fenêtre ce qu'elle vient de consommer. C'est tellement plus facile. En tant que citoyen, outre le tri correct de nos emballages, nous pouvons ramasser ces débris. Certes, il s'agit de la « m...e » des autres mais si l'on n'agit pas, les ordures vont s'accumuler au fur et à mesure. Avec cet effort, on agit ainsi pour le bien de la planète, pour le bien de tous et de nos générations futures. Quelle terre voulons nous leur

transmettre?

Pour faire connaître vos actions présentes ou futures: des collectifs mettent en valeur les actions individuelles ou collectives de nettoyage:

- marre des crados pour les gens dans le sud ouest
- facebook « nettoie ton kilomètre » page publique où tout le monde peut publier
- clean walker avec une antenne à Thionville, Lunéville.



Ci-dessus, ce « poster » indique les durées de vie d'un déchet dans la nature. Manque pile et pneus qui ont une vie quasi illimitée.

Ci-dessous, j'ai nettoyé intégralement ce petit bois (environ 500m sur 50) ce qui m'a pris quasiment 20h. J'ai retiré 12 pneus de voitures, un pot d'échappement de cyclomoteur, un faitout, des chaussures..... Des tas de bouteilles (verre, plastique, métal)...Vous pouvez suivre mon action sur la page Facebook: [bernard claudel](#) ou le blog « [coursevttanard](#) »



3 Questions à Damien Mosele

(A. V. Flavigny)



Damien peux tu te présenter: « j'ai 38 ans, travailleur indépendant. En 2016, j'ai repris le vélo et par la suite en 2020, la présidence du club où j'avais débuté en école de cyclisme. »

Votre club a connu pas mal de soucis pour mettre organiser cette 3ème manche du challenge. Qu'en est il?
« Comme pour pas mal d'associations qui, faut il le rappeler, fonctionnent avec des bénévoles, le Covid a eu comme effet une baisse sensible de bénévoles et d'adhérents. Mais, je note que la tendance s'inverse et nous avons réussi à fidéliser de plus en plus de personnes. Quant à la course proprement dite, nous avons un souci d'autorisation et une dizaine de jours avant la date nous étions toujours dans l'attente d'une réponse favorable. J'ai dû expliquer quelles étaient nos contraintes (organisation, achat de boissons....) pour ne pas avoir une réponse au dernier moment. Autant dire que les nuits pour certains membres du club n'ont pas été de tout repos.»

Comment cette course s'est passée?

« Très bien dans l'ensemble. Guy a dû régler une réclamation suite ' à une légère erreur de parcours chez les jeunes. Je le remercie avant que ce genre d'incident regrettable ne dégénère et apporte une mauvaise ambiance. Nos actions visent le vivre ensemble et le partage. Nous nous attachons beaucoup au respect de la nature et des autres que ce soit en famille, en randonnée ou en compétition. »

Tu as poussé un coup de gueule à la fin, pourquoi?

« certes les gens qui viennent sur les épreuves du challenge sont des compétiteurs mais il ne faut pas qu'ils oublient quelques fondamentaux. Sans clubs organisateurs, il n'y a pas de courses, pas de challenge. D'autre part, voire la 1ère question, nous avons connu des semaines difficiles avant de pouvoir accueillir les gens sur cette manche. Certes, nous ne sommes pas parfaits, mais nous faisons notre maximum pour que les gens partent en ayant passé une bonne journée. Alors il y a une minorité qui râle mais qu'ils (les râleurs) organisent et ensuite on en reparle. Mais c'est une très petite minorité et je retiens que beaucoup étaient satisfaits. Notre plus grand remerciement est: les sourires, les discussions après l'épreuve»

EN BREF

Filles: beaucoup d'inscrites lors de la 1ère manche à Hombourg Haut même si la météo ou les pépins physiques ont contraints certaines d'entre elles à ne pas prendre le départ. Actuellement la participation féminine est stable voire en légère hausse. Je salue ici le « boulot » des clubs et l'arrivée de deux nouvelles concurrentes à Elzange : Inès Luximon et Magali Danton. S'il y a un oubli, il est purement involontaire

Filles bis: Super, hyper bravo à Caroline Bour qui a bouclé seize tours de circuit des Crapauds en 24h soit plus de 200 km. Tenace, opiniâtre, elle avoue que son objectif était de 15 boucles, elle n'a rien lâché mentalement pour la 16ème, continuer à passer sur le vélo toutes les côtes et dieu sait s'il y en avait de « vachardes ».

Filles ter: elles ont plus de 50 ans et ne font pas que de la figuration. Bravo à elles: Delphine Aman, nouvelle venue cette saison (vtt Woustviller) et Véronique Luxembourg (Bouxières Evasion) que l'on voit depuis plusieurs saisons.

167 coureurs à Elzange: bravo pour cette première. En règle générale, on ne peut que se réjouir des chiffres avec plus de 180 coureurs à Hombourg, quasiment autant à Eulmont, , 160 à Flavigny et autant à Longwy. Maintenant, il ne faut pas non plus que l'esprit qui sied au challenge soit dévoyé.

Insultes: il y a eu notamment chez des jeunes quelques noms d'oiseaux qui ont été proféré. Avant d'éventuelles sanctions, un travail au sein des clubs doit être entrepris pour éviter ceci, un rapprochement

avec la F.F.C. va s'établir également.

Retour sur la course d'Elzange: en dépit de l'organisation de leur rando (VTT et marche) des gens de Bouxières étaient présents. Christophe Eisenbarth, le président du club organisateur n'a pas manqué de le souligner.

Restons sur le club meurthe et mosellan en notant que Loup Chauffournais a cassé sa chaîne au national d'où l'abandon qui s'en est suivi. Plus grave à la suite de son excellente 9ème place 2022 alors cadet 1, je faisais (mais chut faut pas le dire) de Martin Bauer un favori pour le podium, voire la victoire. Petit résumé de l'intéressé: *« J'ai pris un excellent départ et me retrouve deuxième. Malheureusement, je tombe dans une descente et me fracture la clavicule. Dommage, j'aurai peut être pu gagner. »*

Epaule bis: Absent à Elzange, Ludivine « Lulu », enfin l'autre Lulu» Roblot confie que Damien Moselle (son compagnon)s'est fait opérer de son épaule touchée l'an dernier à Longwy. Accessoirement, elle râle (qui a dit comme toutes les femmes? Je rigole, mesdames ne me frappez pas SVP) vu qu'il a tendance à vouloir trop en faire.

Je reste au sein de l'A.V. Flavigny pour vous dire que Jean-Paul Guillaume revient à ses premiers amours: la route....mais avec son vtt. Alors il se défonce à rester dans la roue des routards voire à les dépasser.... Dernièrement il a ainsi posté un relevé de son GPS sur sa page Facebook... Sacré Jean-Paul. Méfies toi du contrôle anti dopage!

Moment sympa lors de la remise des prix à Elzange lorsque en 40-49 ans lorsque les récipiendaires se sont assis tous les trois sur le, podium après bien entendu la posture traditionnelle.

Le tracé d'Elzange est l'œuvre de Pierre Lacuve et d'Alex (?)

Jean Matos aimerait plus de concurrence chez les 60 ans et plus. Trouvez des missiles du calibre de Guy et de Jean n'est pas chose facile même s'il doit bien en avoir quoique Daniel Luxembourg ne laisse pas sa part aux chiens.

Merci Combien êtes vous à remercier tous ces pilotes qui ralentissent, se rangent sur le côté, voire stoppent carrément leur effort? Pour vous laisser passer, ne pas vous bouchonner et influencer sur le déroulement de l'épreuve. Oui combien êtes vous? 1

sur 10, au mieux un sur 5? Alors message à tous les engagés plus rapides: dites vous que, nous, les plus lents, nous effectuons aussi notre course, que nous prodiguons les mêmes efforts alors dire un petit merci, lâcher un encouragement ne vous coûte rien et que ceci fait aussi partie du sport et en particulier des valeurs de l'Ufolep. Sans ces « sans grade » combien seriez vous sur les lignes de départ?

Dans le même ordre d'idée, par fois, il y a 3-4 pilotes en file indienne en train de doubler un concurrent qui s'écarte volontiers pour laisser passer. Mais si personne ne le prévient qu'il y a tant de coureurs, ce dernier, à juste titre reprend sa trajectoire une fois deux concurrents passés, ce qui peut provoquer un accrochage avec casse ruinant ainsi la course de chacun, pire une chute, un accident pus ou moins grave.

Elzange constituait la dernière épreuve où a officié Jérôme Carrier. Bien entendu tout le monde sait que c'est le fils d'Aline. Par contre savez vous qu'il a été un excellent coureur, se classant régulièrement sur les podiums tant sur le challenge qu'en endurance. Il a brillé également professionnellement dans des concours de boulangerie. Désormais, il va faire un bond de plusieurs centaines de km pour exercer son art du pain près de Riom (63). Un grand merci à toi Jérôme (j'espère que tu te souviendras de notre chanson) pour ton dévouement à digérer les logiciels de chronométrage, à expliquer le maniement de ces derniers aux clubs.



Je me suis plongé dans mes archives pour extraire ce cliché lors de la 1ère course d'Amnéville en 2014 où Jérôme était sur la plus haute marche du podium. Comme quoi, le garçon savait appuyer sur les pédales.