



## Flèche Paris-Brest

29 et 30 juillet 2023

*par Gérard*

[https://www.abeille-cyclotourisme.fr/souvenirs/2023-07\\_fleche\\_brest.html](https://www.abeille-cyclotourisme.fr/souvenirs/2023-07_fleche_brest.html)

Après 4 Paris-Brest-Paris randonneur je n'avais pas encore fait la flèche Paris-Brest.

J'ai donc programmé cette flèche en dernière grosse randonnée de préparation à Paris Brest Paris.

Depuis quelques temps la météo n'est pas vraiment bonne pour aller vers l'ouest avec un fort vent d'ouest et souvent de la pluie.

Finalement à la date prévue il ne devrait pas pleuvoir beaucoup mais il y aura des vents assez forts. Enfin pour le Paris Brest Paris on ne choisira la météo.

Sur le parcours il y a peu de villes où il est possible de trouver un hôtel. Initialement j'avais prévu de faire cette flèche en 2 jours avec une nuit à l'hôtel à Fougères mais compte tenu du vent j'ai cherché des hébergements pour la faire en deux jours et demi ou en trois jours. Finalement je n'ai pas trouvé alors ce sera en deux étapes d'environ 300 kilomètres chacune.

### **Départ de Rueil-Malmaison à 5:30 le samedi 30 juillet.**

Départ décalé à Versailles où la boulangerie ouvre à 6:00. J'y suis à 6:03.

Parcours classique pour aller au deuxième contrôle à Montfort L'Amaury. Je retrouve le parcours du Paris Brest Paris quand il partait de Guyancourt. Je retrouverai l'actuel à Condé sur Vesgre.

Le seul commerce ouvert à Montfort l'Amaury à 7:30 est encore une boulangerie.

J'arrive bientôt dans la Beauce où il n'y a aucun abri face au vent. Pour moi c'est toujours le secteur le moins agréable sur cet itinéraire.

A l'approche du Perche on retrouve du bocage avec des haies et des forêts qui rendent le paysage plus agréable et abritent un peu du vent.

Nouveau contrôle à Longny au Perche où commence une série de longues côtes jusqu'à Mortagne.



Vitesse <b>25.9<sup>km</sup><sub>h</sub></b>	Vitesse moy. <b>22.1<sup>km</sup><sub>h</sub></b>
Distance <b>100.0<sup>k</sup><sub>m</sub></b>	
Chronomètre <b>04:32:12</b>	
Heure <b>10:05<sup>M</sup></b>	Altitude <b>191<sup>m</sup></b>



**À Jouars le jour se lève**

**Le vent freine mais ça roule assez bien**

**Église Saint Martin de Longny au Perche**

À Saint Pierre des Nids, quatrième contrôle, il fait chaud alors je ferai un arrêt prolongé pour manger et boire suffisamment.

Il fait assez chaud pour que je doive faire un arrêt complémentaire dans un cimetière pour remplir mes bidons rapidement vidés.

A l'approche de la Bretagne le ciel devient menaçant, vais-je échapper à la pluie ?

Non, car en arrivant à Le Loroux, à l'entrée de la Bretagne il se met à pleuvoir abondamment, il ne reste que 15 kilomètres pour arriver à l'hôtel et la pluie ne cessera qu'à mon arrivée à Fougères.

Vitesse <b>43.8<sup>km</sup><sub>h</sub></b>	Vitesse moy. <b>21.7<sup>km</sup><sub>h</sub></b>
Distance <b>200.0<sup>k</sup><sub>m</sub></b>	
Chronomètre <b>09:13:16</b>	
<b>Hors parcours</b>	



**Château de Fougères**



**La pluie sur les lunettes ne facilite pas la visibilité**



**Synthèse de l'étape**

La douche chaude sera la bienvenue.

Dîner rapide et je me couche tôt. J'ai négocié un petit déjeuner anticipé à 6:00 pour partir tôt demain matin car l'étape suivante est longue et j'espère arriver avant la nuit et aussi pouvoir dîner sur le port de Brest.

**Deuxième étape départ à 6:40** Je devrais arriver avant la nuit sachant que ce soir le soleil se couchera à Brest à 22:00.

Jusqu'à Tinténiac je retrouve la partie la plus facile du Paris Brest Paris, ça roule bien. Ralentissement avec la montée à Bécherel, mais suit une belle descente.



### Bécherel et son antenne visible de loin

Ensuite ce sera une longue succession de côtes, même si Garmin ne pense pas que ça monte, pourtant avec trois kilomètres de montée et 90 mètres de dénivelé ce n'est pas plat et la vitesse est réduite.

Entre côtes nombreuses et arrêts aux contrôles la vitesse moyenne baisse, c'est moins rapide qu'hier, la fatigue se fait sentir.

La chasse au tampon pour prouver mon passage dans les villes contrôlé sera maintenant une suite d'échecs. A Caulnes le boulanger me trouve le tampon de son autre boulangerie à Saint Méen le Grand. A Callac pas de tampon à la seule buvette ouverte et à Daoulas à 20:30 tous les commerces sont fermés, pourtant je rêvais d'une crêperie ouverte pour dîner avant d'arriver à Brest.

### Pause au contrôle à Caulnes

Vitesse	Vitesse moy.	Vitesse	Vitesse moy.
<b>17.4<sup>km</sup><sub>h</sub></b>	<b>21.3<sup>km</sup><sub>h</sub></b>	<b>22.0<sup>km</sup><sub>h</sub></b>	<b>19.6<sup>km</sup><sub>h</sub></b>
Distance		Distance	
<b>100.0<sup>k</sup><sub>m</sub></b>		<b>200.0<sup>k</sup><sub>m</sub></b>	
Chronomètre		Chronomètre	
<b>04:41:45</b>		<b>10:11:55</b>	
Heure	Altitude	Heure	Altitude
<b>11:25<sup>A</sup><sub>M</sub></b>	<b>154<sub>m</sub></b>	<b>4:55<sup>P</sup><sub>M</sub></b>	<b>222<sub>m</sub></b>



Antenne au Roc Trévél

Vue vers Brest depuis le Roc Trévél



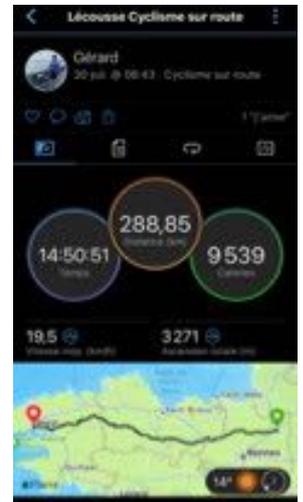
### La rade de Brest vue du Pont Albert Louppe, l'arrivée est proche

Il ne reste plus que 22 kilomètres, relativement faciles mais dans le port de Brest le vent est si violent que je ne roule pas à plus de 18 km/h. J'arriverai un peu après 21:30, donc bien avant la nuit et si la crêperie ne sert plus que des crêpes dessert j'irai manger un fish and chips au Bistrot à côté et là j'aurais le tampon final !

De là on a une belle vue sur quelques vieux gréements en très bel état.

L'hôtel est à proximité, la nuit va être agréable.

Lundi matin grasse matinée. Il pleut alors je m'offre un petit déjeuner paresseux avant de sortir faire un tour sur le port car pour le moment ce n'est que du crachin.



### synthèse de l'étape

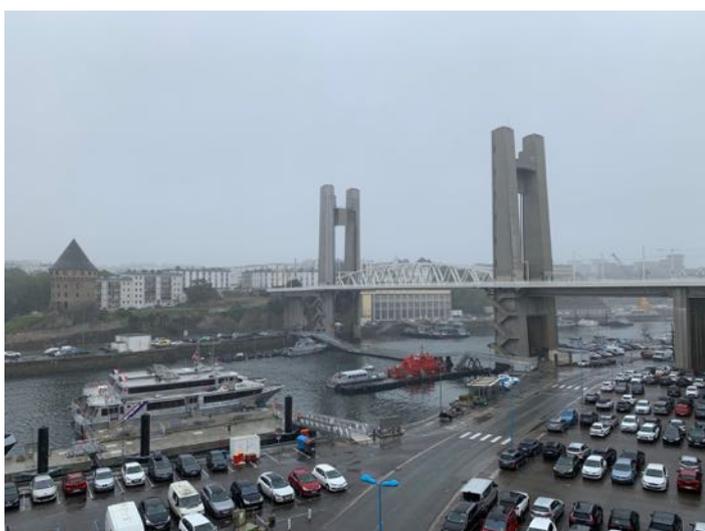


**Le château du Brest vu du port à travers du crachin**



Assiette de fruits de mer à midi, mais en sortant du restaurant il pleut assez fort pour bien mouiller.

Je dois aller à la gare pour prendre le train pour rentrer à la maison. Avant j'avais prévu de faire un petit circuit touristique en passant par le château, le pont de Recouvrance, le téléphérique, la rue de Siam, mais ce sera raccourci et j'arriverai très tôt à la gare.



**Le pont de Recouvrance**



**La gare de Brest**

La place dans le train pour le vélo est réservée, c'était la dernière disponible dans ce train au moment de réserver mais c'est le seul au départ de Brest.

Arrivé à la Gare Montparnasse il y a encore quelques kilomètres pour rentrer à la maison. A Paris le soleil se couche à 21:30, 30 minutes plus tôt qu'à Brest. La météo n'est pas très bonne mais la fonction « La pluie dans l'heure » ne prévoit pas de pluie autour de la gare Montparnasse. Il tombe bien quelques gouttes à la sortie de la gare mais ça ne durera pas. Il ne fait pas nuit mais la luminosité est limitée alors j'allume les éclairages sur le vélo. Finalement les premières gouttes tombent au moment où j'arrive à la maison, il était temps.

Voilà une flèche pas facile en deux jours mais ça doit être une belle répétition avant le départ du Paris Brest Paris le 20 août.

Gérard



---

*"Le Cyclotourisme, un art de vivre"*