



Séjour Abeille 2009

Compte rendu de la semaine verte et bleue dans le Var

Du jeudi 21 mai au lundi 1er juin

par Henri (Courmont), Annick (Piot), Laurence (Aragier), René (Laoué), Jean (Berthelot), Gérard (Grèze), Bernard et Isabelle (Seguier), Chantal (Courmont),
Jean-Pierre (Smith), Claude (Sauvage)
http://abeille-cyclotourisme.chez-alice.fr/souvenirs/2009_semaine_var.html

Vendredi 22 mai - l'Estérel

Par : Henri (Courmont)

Voilà une nouvelle semaine Abeille qui commence sous de bons auspices : la météo est bonne, le programme proposé par Jean-Claude et Anne-Marie est alléchant et nous n'avons jamais été aussi nombreux dans les organisations passées. Malgré les vicissitudes de la circulation vers le sud en ce WE de l'Ascension, tout le monde est bien arrivé comme prévu au centre Renouveau de La Bouverie à Roquebrune sur Argens et ce matin, on sent une certaine fébrilité dans les préparatifs du départ. Il faut commencer par préparer son pique-nique à la sortie de la salle à manger et, pour la plupart des cyclos, faire une approche en voiture jusqu'à Fréjus. Les programmes sont adaptés pour que chaque participant, selon sa condition physique et sa motivation, choisisse le parcours qui lui convient. Quelques uns ce matin souhaitent partir de La Bouverie tandis que d'autres font une approche en voiture jusqu'à Fréjus.

Le groupe "nominal" composé d'une quinzaine de vélos et de deux tandems tâtonne un peu à la sortie de la ville pour trouver la bonne route vers le massif de l'Estérel. Rapidement nous constatons que la région est vallonnée. Nous rejoignons la belle bleue à Agay et suivons la côte en traversant des bourgs aux noms évocateurs de vacances, de soleil, de bronzage : Anthéor, Pointe du Cap Roux, Miramar, le col de l'Esquillon et Théoule où nous devons pique-niquer sur une belle plage. Quelques uns prendront un bain en guise d'apéritif, la température de l'eau serait à 21°.

Après le pique-nique arrosé de rouge ou de rosé, grâce à Philippe le convoyeur, nous nous séparons en deux groupes : le premier rentrera à Fréjus par la route de la côte, les autres par une route d'intérieur qui monte pendant une dizaine de km jusqu'au Carrefour du Logis de Paris à 315 m. Ensuite c'est la descente vers Fréjus où nous arrivons avec près d'une heure d'avance pour la visite guidée de la ville. Le troisième groupe gravira le Mont Vinaigre (614 m) par une route étroite et pentue et qui permet d'avoir une jolie vue sur la région.



**pique-nique arrosé de rouge ou de rosé,
grâce à Philippe le convoyeur**

Notre guide pour la visite de la ville a l'accent plus 16e que méditerranéen, elle nous explique que la cité a commencé son implantation à l'époque romaine, "forum Julie" qui se transformera en Fréjus et de nombreux vestiges rappellent cette période : la Porte des Gaules, l'amphithéâtre, l'ancien port, le théâtre romain, les arènes, l'aqueduc. Le musée de la ville rassemble également de nombreuses œuvres d'art de cette époque : mosaïques, bustes et statues. Une maquette de la ville et de son environnement permet de rappeler la terrible catastrophe de fin 1959 due à la rupture de la voûte du barrage de Malpasset qui causa la mort de plus de 450 personnes en quelques heures.

Cette visite intéressante se termine par le centre ville et la cathédrale. Puis, en voiture ou en vélo chacun regagne La Bouverie pour le dîner et le briefing du lendemain.

Henri

Samedi 23 mai - Le Thoronet et la route des vins

Par : Annick (Piot)

Le soir du vendredi 22 mai, lors du briefing de la journée & l'organisation du lendemain, je me suis portée volontaire pour le compte-rendu de celui-ci (il est vrai que des volontaires il y en a peu) et, je vous le dis bien sincèrement, je n'avais pas vu que le thème était "Le Thoronet et la route des vins" : on n'échappe pas à ses penchants...

Ce samedi 23 mai, pour le parcours Nominal, le départ vélo est à Sainte Roseline. Nous laissons donc notre voiture sur

le parking d'une cave où, aux dires des organisateurs, il est fait un très bon vin mais à des prix pas très abordables. Le soleil nous offre, gratuitement, ses rayons chauds qui vont illuminer toute notre journée. Après quelques kilomètres, nous arrivons dans un petit village appelé les Arcs. Après une montée assez raide (comme chacun sait les Arcs c'est en altitude) nous accédons au haut du village que nous allons redescendre à pied en flânant dans ses ruelles typiques où la modernité n'a pas pris le dessus et qui sont envahies non pas par des boutiques "tu m'achètes" mais par des fleurs. Nos charmantes accompagnatrices, qui se déplacent en voiture, nous rejoignent et nous constatons que manquent Margot et Jacqueline : une mauvaise compréhension les ont laissées sur le parking du centre de vacances. Nous enfourchons nos montures et en bas du village à la terrasse d'un café, au pied des pistes, nous voyons Jean-Pierre et Guy dégustant un café.

La route nous menant à Taradeau est jalonnée de vignes fleuries, à la tête de chaque rangée, par de superbes rosiers : nous sommes dans le fief des Côtes de Provence. Mais il n'y a pas que des vignes, il y a aussi des cerisiers et devinez comment s'appelle le merle que nous avons surpris en train de ravager un de ces fruitiers : HENRI, mais cela ne surprendra personne.

Notre route nous conduit jusqu'à l'abbaye du Thoronet après une halte sur le Pont d'Argens pour admirer le lit de celui-ci. Nous sommes à l'heure pour la visite guidée de l'abbaye faite par une jeune femme très intéressante. Nous apprenons que Le Thoronet compose avec "ses sœurs" Silvacane et Senanque les 3 abbayes cisterciennes de Provence. Son édification commence en 1160 et se prolonge jusqu'en 1230. Elle abritait une vingtaine de moines et quelques dizaines de convers. Un petit mot des convers : ils étaient chargés des travaux manuels. Ils n'étaient pas admis au chapitre et n'intervenaient donc pas lors des décisions importantes, de là vient l'expression "n'avoir pas voix au chapitre". Ils étaient logés et nourris mais femmes et enfants étaient interdits. Quant aux moines, nous apprenons que la seule toilette consistait en des ablutions, avec les mains, et qu'il leur était servi un repas par jour fait de légumes, de fruits accompagné d'un peu de vin : réjouissance de Dany mais consternation de Jean-Pierre que l'on rassure sur la teneur du pique-nique qui nous attend. Nous reprenons le cours de notre visite en nous asseyant dans l'église le temps de savourer sa merveilleuse acoustique lors d'une démonstration faite par notre guide qui, se promenant dans les différentes parties de l'édifice, dépose dans l'espace des notes de musique qui nous reviennent tout droit au cœur : très beau moment d'émotion.



Abbaye du Thoronet: de la pierre vive

Après avoir repris des forces au cours de notre déjeuner agrémenté d'un petit rosé local que Philippe a la gentillesse de nous transporter, nous entamons le parcours de l'après-midi par le diverticule qui nous mène au lac de Carcès : beau site et nous ne regrettons pas ce petit détour. Notre arrêt suivant sera pour Entrecasteaux avec un beau château dont le jardin a été dessiné par Le Nôtre. Après Salernes, la route n'est pas très agréable avec de la circulation, du dénivelé et pas d'ombre. Heureusement cela change lorsque nous retrouvons, après Flayosc, une petite route oh combien agréable et qui va nous permettre d'admirer notre village de ce matin, Les Arcs, vue du haut : encore plus beau. Mais tous nos arrêts vont nous empêcher de voir Sainte Roseline, petite chapelle dont la visite nous avait été recommandée par nos gentils organisateurs.

Après une douche rapide et salvatrice, nous enfilons nos vêtements du soir pour partager avec les amis un dîner reconstituant avant de nous rendre à la réunion de fin de journée.

Les brèves de groupe :

- 🍷 *Dans la descente du Tourtour, Jean-Claude a failli percuter un cyclo d'opérette qui était arrêté au milieu de la route : Jean-Claude gueule et Christian l'engueule. Ce cyclo doit maintenant être sourd...*
- 🍷 *Au pied du Tourtour, Jean-Pierre, toujours traumatisé par le peu de nourriture servie aux moines, fait des provisions dans une épicerie climatisée à souhait.*
- 🍷 *Arrêt à Lorgues pour certains, le temps de déguster des glaces. Lors du récit de cette dégustation, deux heures plus tard, leurs yeux brillaient encore.*
- 🍷 *Pour les non pédalant, une jolie marche de 5 Km sur le sentier dit : La piste du lac en forêt et parfumé par les genets en fleurs.*
- 🍷 *Notre sauvage de Claude a eu quelques vapeurs...*
- 🍷 *Daniel Forel est heureux d'apprendre à l'arrivée au bercail qu'une chambre seule lui a été attribuée ce qui va lui permettre non pas de dormir dans sa voiture comme la nuit précédente mais de prendre un repos bien mérité loin de son compagnon de chambrée quelque peu "sonore".*

Annick

Dimanche 24 mai - Les gorges du Verdon

Par : Laurence (Aragier)

Quelle magnifique journée encore !

Pour résumer on peut dire que l'essaim était disséminé tout autour des Gorges du Verdon : En plus des trois itinéraires concoctés par Anne Marie et Jean Claude, un petit groupe d'initiés s'est formé pour faire la route des crêtes et admirer les Gorges depuis l'autre rive. La route était assez difficile mais la récompense était à la hauteur : belvédères sensationnels avec des surplombs énormes. Le matin, lors de la montée, la moyenne était à un chiffre. L'après midi la descente s'est faite jusqu'à la hauteur de la falaise des Cavaliers (lieu Mythique des BPF) sur le versant d'en face. La route était étroite, les voitures circulaient dans un seul sens. 46 km.



Les gorges du Verdon

Le grand parcours est parti de Comps-sur-Artuby et a pique-niqué à Aiguines et non Moustiers Sainte Marie avant de continuer sa route par l'autre côté des Gorges où les pentes étaient plus douces et plus régulières. Le chemin du retour s'est fait par le Belvédère de Rougon, le point sublime et le pont de soleils. 102 km et beaucoup de dénivélé !

Le petit parcours a été formidable dans cet itinéraire magnifique mais pentu et sous ce soleil de plomb. Ils ont roulé jusqu'au bout de leurs forces et se sont improvisés un petit endroit sympa pour le pique-nique. Anne-Marie aurait souhaité que toutes ses ouailles ne forcent pas trop et restent groupées mais que faire ... il y a eu des indisciplinés (c'est normal, ce sont des Abeilles !!!)

Le parcours nominal (formé de 3 Abeilles) est parti lui aussi de Comps-sur-Artuby. Laurence a roulé sur un vilain morceau de verre seulement 5 km après le départ, s'est fait aider pour réparer par Pascal, et du coup Edwige a continué sa route seule, la pauvre ! Pascal ensuite s'est fait piquer par une abeille (non c'est pas un jeu de mot) au niveau du bas du cou ; le dard resté sous la peau a été retiré par des doigts de fée.

Après ces péripéties, passage au pont d'Artuby, le point de départ du petit parcours, spectacle d'un saut à l'élastique, puis le parcours nominal s'est retrouvé au complet pour rejoindre les dernières Abeilles du grand parcours et le petit parcours aux Falaises de Cavaliers et prendre un verre sur la terrasse surplombant les Gorges ! Miam qu'il était bon ce café !

Avant de continuer, nous avons pu remplir les bidons grâce à Phiphi toujours soucieux que personne ne manque de quoi que ce soit en particulier jamais ... d'eau ... car aux Falaises de Cavaliers l'eau n'est pas potable, (cela doit leur poser un sérieux problème pour servir le pastis !!!) ...

Plus on montait, plus le panorama était somptueux ! Passage aux falaises de Bauchet, puis petite pause à 1164m sur une aire de repos où on a discuté avec les motards, on leur a expliqué qu'on était 50 cyclistes de la région parisienne et qu'aujourd'hui ils vont voir d'autres maillots jaunes d'Abeilles un peu partout autour des Gorges car il y a de nombreux itinéraires et des allures différentes. Arrivée au cirque de Vaumale après 900m de montée puis descente au col d'Illoire pour le pique nique.

Pascal voulait fêter dignement ses 34 (!) printemps : il avait monté l'apéro dans sa sacoche qu'il a humidifié avec amour pendant toute la montée pour que la précieuse boisson reste fraîche jusqu'à l'heure de la dégustation ! C'est là qu'on voit le métier !!!! Il a donc arrosé cet événement dans la pinède avec une vue majestueuse sur le Lac de Sainte Croix, avec Maurice, Edwige, Marc, Claude Vétel et encore d'autres abeilles.

L'après midi remontée au cirque de Vaumale (200m de dénivélé) pour 2 valeureuses abeilles puis 20km de descente (ou presque car il y avait encore une petite montée vers la fin du circuit (+150m). Que du bonheur ! 57km 1300m de dénivélé.

A Draguignan une visite du musée des Arts et traditions populaires était prévue pour terminer cette belle journée.

Laurence

Lundi 25 mai - Presqu'île de St Tropez et la Garde Freinet

Par : René (Laoué)

Aujourd'hui, la météo officielle, affichée à la Bouverie est formelle : "Trois soleils sur toute la côte". Anne-Marie et Jean-Claude PENEL de ROQUEBRUNE (particule noblement méritée), proposent un programme parfaitement calculé avec départs échelonnés :

- 🍷 8 h, le grand parcours (109 km), a le privilège de partir à vélo de la Bouverie.
- 🍷 8 h30 le nominal a le plaisir de faire une approche voiture avec R.V. au col de Gratteloup pour un parcours de 63 km.
- 🍷 8 h30 le petit parcours est ravi de l'approche voiture à Roquebrune pour un parcours de 62 km.

En fait, tout le monde est en avance et part entre 8h moins 1/4 et 8h.

Les participants du petit parcours (les contemplatifs) roulent sagement mais sûrement sur la belle piste cyclable longeant la départementale. L'ascension du col du Bougnon (Jean-Claude l'a dit, un col pour tout le monde) est un peu plus laborieuse et nécessite souvent l'usage de la moulinette. Cette traversée des petites Maures nous ravit de par la beauté du paysage et aussi par le bien-être, en cette belle matinée, procuré par l'ombre des arbres bordant notre parcours. En haut puis dans la descente, quel panorama ! Vue à 180 degrés, de la pointe des Isambres au cap de St Tropez ainsi que sur la vaste et admirable baie. A Ste Maxime dix vélos et le tandem embarquent sur "GIPSY" pour traverser la majestueuse baie jusqu'à St Tropez. Les autres, contournent la baie par la route du bord de mer en passant par le village lacustre de Port Grimaud. Nous contemplons, sans envie particulière, les imposants yachts, dont aucun ne bat pavillon Français ?

Les amateurs du grand parcours et du nominal sillonnent l'impressionnant massif des Maures. Jean-Claude, s'est renseigné : La route de montagne assez souvent réquisitionnée pour les essais de voitures de rallye reste ouverte aujourd'hui. Profitons en !

Et ils en profitent : Col de Valdingarde et Gratteloup pour le grand parcours, puis pour tous, le Plan de la Tour avec les ruines de la chapelle romane, La Garde Freinet (BCN, BPF), vieux village voué à l'artisanat, Grimaud, haut perché avec les ruines du château médiéval. Enfin plus bas, la baie de St Tropez. Certains font la variante, très riche en dénivelé, par Gassin, le col de Paillas (dont ils se souviendront !) et Ramatuelle, avant de manger. D'autres le feront après.

Et que font les non roulants ce jour ?

Robert et Jacqueline sont invités par une ancienne collègue de travail de Jacqueline.

Denise et Isabelle s'organisent une journée nature et parcourent à pied (aller et retour) le sentier du littoral, de St Tropez au cap St Pierre. Ceci en contournant les plages privées, profitant, bien sûr, de la floraison sauvage et de la beauté éclatante des villas.

Colette, Margot, Liliane et Jacqueline Vétel nous dénichent un coin pique-nique du tonnerre, à l'ombre sous les arbres, avec vue sur St Tropez.

PhiPhi, aussi malin et dévoué que jamais, réussit à stationner sa "voiture eau/rosé" dans la citadelle à vingt mètres de là.

Chacun visite et apprécie le cachet de ce magnifique vieux St Tropez et tout le monde se retrouve pour le déjeuner sur l'herbe. Que souhaiter de mieux !!!

Comme d'habitude, une petite sieste méritée s'ensuit précédant la visite du musée de l'Annonciade sur le vieux port. Les toiles exposées rappellent que Saint Tropez a été l'un des foyers les plus actifs de l'avant-garde picturale au début du XX^e siècle, grâce à Paul Signac qui découvrit en 1882, ce petit port de pêche à bord de son yacht l'Olympia. Il acheta une maison dont il fit son atelier, la Hune, et y invita de nombreux peintres : Cross, Matisse, Derain, Marquet ... La collection exposée appartient essentiellement aux mouvements pointilliste, nabis et fauve. Très belle collection que nous avons eu le temps et le loisir d'apprécier pleinement.



Musée de l'Annonciade

Sagement tout le monde prend le chemin du retour, moins ardu que les parcours du matin : Ceux du petit parcours reprennent le bateau par petits groupes de trois ou quatre, selon l'humeur des capitaines, qui, à notre avis, contrairement à celui du matin, font un peu de zelle au nom de la sécurité ?

Anne-Marie, notre clairvoyante organisatrice, dénêche une route tranquille, ne figurant pas sur la carte, empruntant le tracé de l'ancienne voie ferrée du "train des pignes", formidable !

Ceux du grand parcours et du nominal rentrent, soit par le bord de mer (Port-Grimaud, Ste Maxime, St Aygulf puis Roquebrune. D'autres quittent le bord de mer à Val d'Esquieres et passent par le col de Bougnon pour rejoindre Roquebrune.

Quelle riche journée encore. A demain !

René

Additif : Chanson en l'honneur de PhiPhi, notre échanton (Sur l'air de "La Madelon") :

Quand le Phiphi vient nous servir à boire,
Sous les ombrages, on caresse le cubi,
Et chacun lui raconte une histoire,
Il rosit à sa façon.
Mais le PhiPhi pour nous est une mère,
Il nous abreuve de toutes les façons,
C'est pour ça qu'on roule de travers
Ah PhiPhi, Ah PhiPhi, Ah PhiPhi !!!

Mardi 26 mai - Villages perchés du Haut Var

Par : Votre serviteur, Jean (Berthelot)

Les jours se suivent et ne se ressemblent pas: ce "mardi 26 mai" après un timing rigoureux, petit-déjeuner 7 heures, départ à la fraîche à 8 heures précises, chaque groupe prenant sa route choisie en fonction de son parcours.

Les "Costauds" vont perdre un de leurs membres assidus, un certain Roger, harnaché comme un baudet d'un sac à dos de 20 kg bien bâti, s'est mis en tête, comme une mule, de rallier "la Bouverie" à "Vitrolles" à la pédale, 150 Km environ, et ce pour des questions de calendrier (cela était prévu).

Aussi nous roulons 10 Km ensemble puis à "Le Mitan" nos routes vont se séparer, nous le quittons sans regret (un ronfleur de moins, diront certains), d'ailleurs plusieurs plaintes lui ont été notifiées...

Libérés (je blague), nous continuons notre cheminement, les deux parcours, nominal et grand se confondant, nous nous dirigeons vers le premier perchoir "Callas" lorsque le premier "Pschitt" survient et Bernard change de chambre (à air). Après quelques côtes, nous sommes en présence de la beauté provençale et tout ce que cela comporte: l'architecture, les gens, le santonnier (authentique fabricant), les fontaines -même elles- ont l'accent. Aussi, nous ne sommes pas au bout de nos découvertes, les villages sont plus beaux les uns que les autres. Bargemon, Seillans, les gens circulent à pied dans tous ces villages, beaucoup de "cyclos" et peu d'autos. Alors que les "Abeilles" butinent et pédalent allègrement au milieu de ces grands espaces, l'heure tourne et midi approche et, comme par hasard, les petits, les moyens et les grands, toutes les sections vont se retrouver pour prendre un pique-nique panoramique en haut de ce piton perché qu'est Fayence dans la joie et la bonne humeur place de la tour.

Chacun y trouvera son réconfort pour faire place aux chants traditionnels. Pour commencer, duo de Catherine et René, suivi de la chorale "mielleuse" et puis avec tout ça on ne sait pas quelle fut l'influence sur la météo parce que nous étions si près du ciel que la pluie ne tarda point et provoqua l'éparpillement de l'essaim.

La section des "Petits" partait avec la section des "Moyens" vers le bas, tandis que la section des "Grands" passant à travers les gouttes se dirigeait vers le super perchoir de Mons où la pluie était vraiment de la pluie. Ainsi, le bistrot de Mons était le bienvenu.

Le gros grain qui nous guettait passa mais est revenu aussitôt, ou plutôt un autre le suivait. À la façon de Paco-Rabanne, nous devons confectionner des "sacs poubelle" pour quitter ce lieu embrumé que nous n'avons pas su apprécier à sa juste valeur. Ainsi, nous entamons une descente dangereuse sous la pluie.

L'environnement est curieux, les parcelles de terrain sont jonchées de pierres, à tel point que les habitants ont dû les entasser en faisant des murs de retenue de 2 à 3 mètres d'épaisseur pour pouvoir cultiver quelques arpents de terre. Chose curieuse également, la taille des arbres est sévère, géométrique et angulaire. Je n'ai jamais observé cela ailleurs. À mi-descente, nous allons franchir une rivière, "la Diagnole", elle coule en torrent à l'endroit du seul pont qui l'enjambe alors que plus haut, elle est en partie captée pour alimenter la ville de Fréjus, par les romains qui construisirent un aqueduc de 39 Km pour acheminer cette eau de grande qualité.

Cette construction fut mise hors d'usage pendant plusieurs siècles avec toutes les conséquences que cela entraîna d'épidémies multiples, pour reprendre en partie du service de nos jours. Ce chef d'œuvre est toujours visible de nos jours, mais il lui manque quelques morceaux.

Puis nous nous dirigeons vers les derniers perchoirs du jour: "Caillian", juxtaposée à "Montauroux", toujours merveilleuse. Là, nous sommes contraints de faire demi-tour car nous avons passé sans le voir le cimetière de Caillian où repose sœur Emmanuelle dans sa simplicité légendaire et la sobriété.



Sacs poubelle en prêt à porter

La montre ne s'arrêtant pas de dégouliner, nous devons reprendre notre descente en traversant un endroit sublime par ses couleurs, ses ocres, ses rouges ... pour enfin faire roue libre vers la "Bouverie". Le site que nous venons de traverser, ce sont les gorges du Blavet, des souvenirs plein la tête et des belles choses plein les yeux.

Merci Anne-Marie, merci Jean-Claude, de nous avoir entraînés dans cette galère.

Jean

PS : Vue l'heure à laquelle nous arrivons, nous n'avons pas que des compliments, mais c'est comme ça !

PPS : il est 21 heures et Roger est signalé à Gardanne près de Vitrolles, crevé (lui, pas son vélo) mais content. Bonsoir ...

Mercredi 27 mai - Départ pour Carqueiranne

Par : Gérard (Grèze)

La plupart des Abeilles sont levées bien avant une heure raisonnable, il ne devrait pas y avoir de retard pour le rendez-vous aux jardins méditerranéens du domaine de Rayol.

Chacun sa route, mais que de monde en cette fin de mois de mai ! Difficile d'imaginer venir en vacances dans la région en juillet ou août !

A 10h30 tout le monde est là à l'entrée des jardins. Cette visite est très intéressante avec une impressionnante concentration de plantes de type méditerranéen issues de toutes les régions du globe présentant ce type de climat. Le site est enchanteur, caché du voisinage nous sommes dans un écrin de verdure avec quelques vues éblouissantes sur une mer d'un bleu limpide. Une petite plage invite à la baignade, un vallon humide et frais donne envie de faire une pause avant de retourner dans la chaleur estivale. Le guide est intarissable, il nous présente l'histoire du site, avec notamment les vacances de Jacques Chirac adolescent mais surtout il nous décrit une multitude de plantes, avec les détails permettant de les différencier et il nous explique comment elles sont adaptées à ce type de climat.



Domaine du Rayol: la crique

Un téléphone se manifeste. Pascal a laissé un vélo sur le quai de la gare de Saint-Raphaël et cherche si quelque membre du groupe serait encore au centre de la Bouverie et aurait la possibilité de passer récupérer ce vélo oublié dans la précipitation d'un jour de grève SNCF. Tout le monde est déjà au Rayol. Pascal sera contraint de louer une voiture à l'arrivée à Toulon pour aller rechercher ce vélo.

La visite dure plus que prévue et même si on ne s'en lasse pas, les jambes commencent à être lourdes et les ventres vides.

Le déjeuner est bienvenu et le restaurant est très bien choisi, avec une superbe vue sur la mer et les îles d'or à l'horizon. Après quelques verres le ton monte et on ne s'entend plus. Qu'ils sont bavards et bruyants !

Encore quelques kilomètres de route de bord de mer et nous voici à Carqueiranne chez Vacancier. Le centre de vacances est au calme, un peu en retrait de la route, avec une vue sur la mer et un grand parc arboré.

A peine arrivé, Jean-Claude négocie les pique-niques en précisant que les cyclos ont besoin de carburant pour pédaler. Pas de doute qu'il a été entendu, les paniers repas seront copieux, même si la répartition ne sera pas toujours juste, les excédents des uns combleront les manques des autres.

Au briefing Jean-Claude présente les spécialités de Collobrières : les marrons glacés et la glace au marron. Devinez qui commence à saliver en pensant à l'arrêt du lendemain ?

Gérard

Judi 28 mai - Les châtaigneraies des Maures

Par : Bernard et Isabelle (Seguier)

Départ pour tous de la Valérane. Les groupes se séparent à Pierrefeu du Var.

Après une halte au château de l'Aumerade, grosse propriété viticole agrémentée d'un musée de 1800 santons, les "gros

bras" se dirigent vers Notre Dame des Anges en faisant une halte dans le village de Pignans.

La chapelle Notre Dame des Anges est à 780 m ; elle se mérite, même si la montée se fait principalement dans une forêt de châtaigniers. La difficulté n'a pas effrayé notre doyen Maurice qui atteindra le sommet pour s'octroyer le pique-nique réparateur auprès de la chapelle décorée d'une multitude d'ex voto les plus divers.

Les "nominiaux" et le petit parcours reçurent le meilleur accueil au château de Montauld avec dégustation de vin et de petits fours. Ils rendirent la politesse par de nombreux achats.

Le pique-nique principal s'organisa autour de la voiture buvette à l'ombre des platanes de Collobrières, agrémenté par une rencontre pittoresque avec Élisabeth Sansdents (dixit Dany), vagabonde de 76 ans (riche à millions d'après les garçons de café de la place), ne dédaignant pas le rosé que Phiphi lui a offert et qui pu repartir, chargée des surplus du pique-nique de la troupe pour assurer les jours à venir.

Pour certains d'entre nous, Collobrières laissera le souvenir savoureux des glaces aux marrons glacés.

Le retour vers La Valérane par le col du Babaou (le fou en provençal) pour les uns ou le pas du Cerf pour les autres permis à chacun de profiter de la mer ou de la piscine avant le dîner et de se préparer au grand tournoi de pétanque du soir avec dégustation, à plus soif, de sangria.

Bernard et Isabelle

Vendredi 29 mai - La Sainte Baume

Par : Chantal (Courmont)

En principe tout le monde quitte le centre en voiture mais 2 irréductibles partent à vélo à l'assaut du massif de la Sainte Baume. Le grand parcours partira de Méounes et rentrera par le col de l'Espigoulière avec descente sur Gémenos.

Le 1er arrêt est pour la glacière de Pivaut : cette imposante bâtisse ressemblant à un puits, construite dans les forêts humides servait à conserver au 19ème siècle la glace formée durant l'hiver et à la redistribuer aux villes environnantes.

Détail pittoresque : Jean Berthelot se fera poser une "2ème peau" par son infirmière Claudine à un endroit sensible.

Nous sommes accueillis à la Sainte Baume par la cloche qui annonce l'office du milieu de journée. L'hôtellerie possède une chapelle et reçoit les pèlerins venant vénérer Sainte Marie Madeleine qui vécut en ermite dans une grotte à proximité. On préparait des tables en plein air pour accueillir les jeunes de Provence venant en pèlerinage le dimanche de Pentecôte.

Après un très agréable pique-nique dans la prairie jouxtant l'hôtellerie, chaque groupe se remet en route ; le petit parcours revient par le même chemin. Le nominal se divise en 2 : une bonne moitié reviendra par Nans les Pins, les autres après une visite au Plan d'Aups, (beau panorama, église dont le curé s'appelle "Casanova") rentrerons par la route des gorges amenant à St Zacharie : jolie fontaine rafraîchissante à l'entrée. Malheureusement la route ensuite est assez passante, de plus c'est un four ! Le changement de direction nous ramène sur un parcours plus calme. Une terrasse ombragée nous accueille pour un pot bien mérité à Mazaugues avant de retourner à la Roquebrussanne.

Sur le chemin du retour, une visite était prévue dans un moulin à huile artisanal à la Farlède ; ce moulin du Partégal au milieu d'oliveraie et de figueraie date du 14ème siècle. Notre guide est la 4ème génération de maîtres mouliniers ; il nous fait visiter tout d'abord les extérieurs : un aqueduc gallo-romain apportait l'eau qui faisait tourner la roue de 8m50 de diamètre, puis à l'intérieur le pressoir avec sa meule en grès et ses engrenages en bois, les vis sans fin. Il nous explique le processus de fabrication depuis la récolte des olives jusqu'à l'obtention de l'huile. A coté de ce moulin artisanal, un moulin moderne a été construit car le processus de fabrication à l'ancienne ne correspond plus à la législation européenne en vigueur ; notre guide enchaîne avec une explication didactique sur la manière de décrypter les étiquettes des bouteilles du commerce. Le clou de la visite consiste en une dégustation de diverses huiles d'olive à l'aveugle et de plusieurs produits dérivés préparant notre palais à des achats éventuels.



Collobrières. Après le pont, on trouve le vendeur de marrons glacés



Glacière de Pivaut

Christian relançait la série des pots dans ce centre Vacancier en offrant l'apéritif pour ses 60 ans, servi sur la terrasse des Aragier. Dernière petite anecdote au moment du dîner : Maurice essayait de rattraper une serveuse qui perdait des feuilles de lauriers destinés à la décoration ; "je n'ai pas l'habitude de courir les femmes mais elle le fait exprès !" a-t-il dit.

D'autres abeilles ont pris des options différentes pour la journée ; René et Catherine sont allés au marché provençal du Pradet, ont pique-niqué sur leur terrasse, se sont baignés sur la plage du Cordon (championnat de kite surf) et fait quelques essais de cerf volants.

Encore une journée bien chargée où chacun a pu satisfaire ses centres d'intérêts, qu'ils soient sportifs ou culturels.

Chantal

Samedi 30 mai - Le Mont Faron et Toulon

Par : Jean-Pierre (Smith)

C'est la journée la plus dure du séjour : lever tôt et ptidej aux aurores. Discussions : Faut-il monter le Mont Faron en train, à vélo, en funiculaire, à cheval ou en voiture ? et comment faut-il le descendre ensuite ?

Finalement, à 8 heures, deux groupes partent en même temps : celui "du haut", animé par Christian anniversairé de frais, et celui "du bas", propulsé par Pierrot toujours pressé de partir. Il faut prendre la piste côtière et, comme lors de la semaine en Franche-Comté, tous se trompent au premier carrefour, seul Gérard semble se souvenir du chemin. Contournement du Mont Faron par la droite pour ne pas nous faire voir, vent dans le dos. Malgré une quasi-rébellion généralisée, Gérard préempte le rôle de capitaine de route à Jean-Claude notre chef à tous et le peloton se met à rouler à 33 km/h vent dans le dos. La grâce présidentielle, et le vent, aidant, Gérard ne sera pas lynché. Détour des courageux par la boulangerie du Revest les Eaux. C'est jour de marché et ils ont des pains aux raisins, puis tous s'échappent en douce, je ne pourrai pas narrer leur ascension du Mont Faron.

Quand on parle d'ascension, c'est une ascension. Ça monte, ça monte, ça monte. En haut, on trouve un bistrot et Bernard compatissant offre une bière au narrateur, gagnant ainsi sa reconnaissance éternelle et une citation à comparaître au présent compte-rendu. Il faut toujours offrir à boire et à manger au tenant du compte-rendu, ça créerait des vocations de narrateur à l'Abeille. Visites diverses et diversement intéressantes au sommet. En fait, on est en haut, et c'est un fort militaire chargé d'histoire. Alors certaines Abeilles font durer le plaisir tandis que les stakhanovistes du grand parcours s'agitent et repartent bien vite vers l'autre extrémité du sommet du mont Faron qui, comme un bicorne, a deux sommets, l'extrémité de la descente vers la salle à manger.



**Ca monte, ça monte, ça monte, hein
Jean-Claude !**

Le narrateur retrouve, toute bière bue et mont traversé, Henri et Chantal sur le tandem post-présidentiel. Il les abandonne néanmoins à leur triste sort quand ceux-ci se font, sous ses yeux horrifiés, avaler tout crus par un énorme tunnel autoroutier plein de voitures pestilentielles en direction du Morillon (oui, je sais, ce n'est pas la route, mais ça la rejoint). Retour avec Claude Morel face à un vent à décorner les bœufs. Certains rentrent tard, au risque, fou, de sauter le repas.

Midi: bœuf avec frites : de la nourriture pour homme.

Après-midi et après douche, certains vont se les geler à la mine de Cap Garonne, l'endroit magique où bat le cœur de la terre. Il s'agit de la reconstitution d'une mine de cuivre telle qu'on l'exploitait au XIX° siècle (<http://www.mine-capgaronne.fr>).

Tous au bateau pour la visite de la rade de Toulon en catamaran. On y voit la frégate Australienne de passage, mais sans kangourous, on y voit aussi un sous-marin US, sans ses petits marins. Le porte avions amiral "Charles de Gaulle" est là, comme en haut du village de la Revert, où on voit côte à côte une statue de de Gaulle et une statue de Jean Monnet, en bons copains qu'ils n'étaient pas. Avant sa visite à Toulon, toutefois, on avait pensé à vider le porte-avions de tous ses avions, tous au chaud à terre. On voit ensuite nos R2D2 et C6PO à nous : deux robots océanographiques de l'Ifremer. On croise devant Saint Mandrier, patrie de Bernard Moitessier et de son maître voilier Loiseau.

Au retour, pot en l'honneur de Maurice Lair pour ses 89 ans et demie. Maurice se découvre un peu devant nous, en quelques mots très vrais sur lui et sur l'Abeille, tous l'entourent de leur amitié, Jean sabre le champagne avec un pied de verre et nous offrons les cadox aux organisateurs.

Le soir, deux concerts improvisés de Françoise. Au programme, recuerdos de la magnifica semana Abeille de Andalucia:

"Recuerdos de la Alhambra" de Francisco Tárrega.

Jean-Pierre

Dimanche 31 mai (Fête de la Pentecôte) - Bormes les Mimosas et la corniche des Maures

Par : Claude (Sauvage)

Après le petit déjeuner, nous découvrons que le Saint Esprit n'est pas descendu sur l'Intendance de l'hôtel qui n'a pas prévu notre pique-nique. Rapidement, tout s'arrange.

Un groupe, dont je fais partie, fait le petit parcours, en suivant la côte, visite le port de Miramar, l'Argentière, admire de loin le fort de Brégançon et attaque la montée pour Bormes- les-Mimosas, où il est accueilli par la fanfare de Morcenx, grande ville des Landes chère à René L ...

Plusieurs incidents ont émaillé cette montée :

- 🐝 Maurice, notre futur nonagénaire, a sprinté traîtreusement en fin de parcours pour faire la pancarte.
- 🐝 Jean-Jean a crevé de la roue avant droite, une crevaison lente, difficilement détectable due à la différence de pression atmosphérique entre le bas et le haut de la côte, l'explication détaillée de ce phénomène se trouve dans le traité de thermodynamique TOTORTAPATOR, du grand Philosophe Babylonien Cassius Clay. Dans cet ouvrage, on trouve également l'explication de la différence de température d'ébullition de l'eau et de l'angle droit.

Nous trouvons un endroit calme pour pique-niquer à côté du cimetière. Après-midi, visite de la ville, photos, concert de la fanfare sus citée, puis retour par une piste cyclable réalisée sur une ancienne voie ferrée.

Un autre groupe qui a fait le parcours nominal par la corniche des Maures, a pu contempler de magnifiques paysages et a pique-niqué au col de Canadel, un indépendant a visité tous les petits ports de la presqu'île de Giens, d'autres n'ont pas voulu avouer ce qu'ils avaient fait.

Le soir, pot puis dîner, le Saint-Esprit n'était pas descendu sur le cuisinier car la bouillabaisse, pas terrible, a failli manquer.

Claude

Voilà une semaine Abeille 2009 qui se termine, on a aimé:

- 🐝 Les parcours;
- 🐝 Le rosé de Phiphi;
- 🐝 Les visites;
- 🐝 Les choix culinaires;
- 🐝 Le vélo, les kilomètres;
- 🐝 Les organisateurs et leurs briefings toujours efficaces;
- 🐝 Le mont Faron;
- 🐝 Les marrons glacés;
- 🐝 Les divers apéros qui égayèrent le séjour;
- 🐝 la prodigieuse exactitude de Jean-Claude dans ses itinéraires;
- 🐝 Les lieux de sieste toujours renouvelés, la palme revenant en cela au musée de St-Tropez, climatisé à souhait.

Aussi, on a moins aimé:

- 🐝 La pluie, surtout quand elle nous tombait dessus;
- 🐝 Les parasols qui se retournaient par grand vent;
- 🐝 Les crevaisons (car l'organisateur ne réparait pas les chambre à air).

Pour tout cela, et pour avoir su, toujours avec gentillesse, nous faire aimer ce pays que vous aimez tant vous-mêmes, merci, Anne-Marie et Jean-Claude.



Pas de la Griotte: un des derniers cols du parcours nominal, avant les cols de Giens

"Le Cyclotourisme, un art de vivre"