

Cyclisme

Le Rac et L'Abeille pour survoler 2020

C'est un fait : 2019 a poussé 2020 vers le thème de la mobilité. Vue l'actualité, l'année qui se profile sera un peu plus celle des vélos. Alors, pourquoi ne pas s'y préparer pour mieux rouler ? À Rueil, deux clubs de cyclisme proposent une complémentarité qui donne envie de faire du cyclisme. Gros plan. ▶ Bryan Secret



Sortie de l'Abeille

DR

Pliable, vintage ou électrique, le vélo connaît une nouvelle jeunesse et concurrence la voiture sur les trajets courts. Il est peut-être temps de le (re) pratiquer aussi en tant que sport. À la clef : de l'amusement, des découvertes, une santé renforcée et un corps plus dessiné. Que du positif. D'autant plus qu'à Rueil-Malmaison deux clubs de cyclisme proposent des activités multiples. L'Abeille cyclotourisme offre la possibilité de faire des circuits en régions pour découvrir un peu plus les richesses du paysage français. « Nous sommes très attachés à la notion de culture. En Alsace, nous avons visité de nombreux musées par exemple, explique la présidente, Edwige Briand. Autre activité ? Le "vélofourchette". Une fois par mois, nous nous retrouvons le midi pour déjeuner dans un restaurant ». La performance ne s'évalue que dans l'accomplissement du voyage organisé par l'association. 87 adhérents forment déjà le noyau dur du club prêt à accueillir de nouveaux cyclotouristes de tous niveaux. Des rendez-vous hebdomadaires ont d'ailleurs lieu tous les dimanches et jeudis matins pour un « tour d'essai »... et, bien évidemment, les vélos à assistance électrique (VAE) sont acceptés !

Sur route, sur piste, VTT et VAE

Par-delà « les petits tours » en groupes, à l'échelle municipale, pour se défouler, la petite reine est aussi le sujet de toutes les activités au Rac qui en offre une large gamme : cyclisme sur route et compétitions



Les activités du Rac Cyclisme

régionales et nationales ; cyclisme sur piste, au vélodrome olympique de Saint-Quentin-en-Yvelines, et vélo tout terrain (VTT). « Le VTT est une véritable réussite !, soulignent Michel Dubacq et Bruno Anguille, les dirigeants du Rac Cyclisme. Nous avons enregistré 70 inscriptions en une année ! Il y a beaucoup de jeunes de 8 à 10 ans mais aussi des adultes. C'est une section qui permet de pratiquer ce sport en compétition ainsi qu'en loisir de 7 à 77 ans ». Le club se démarque également avec la personnalisation du suivi de ses adhérents. « Chaque coureur se fixe un objectif. Ce qui revient souvent, par exemple, c'est de réussir à monter le mont Ventoux ou, pour cette année, faire le Tour des Flandres. Cela demande un entraînement personnalisé », poursuivent-ils. Il suffit dorénavant de s'organiser bien en amont avec les

accompagnants pour travailler seul et atteindre son but : une pratique qui mélange challenge individuel et esprit d'équipe. « Quant aux jeunes, le Rac Cyclisme essaie toujours de mettre des vélos à la disposition des enfants qui n'en ont pas en attendant qu'ils en acquièrent », ajoute Bruno Anguille. Enfin, une petite nouveauté serait à l'étude : développer une section verte « loisirs en vélos électriques ».

Si L'Abeille propose des découvertes écologiques, le Rac se voudrait aussi engagé dans la lutte contre le réchauffement climatique en répondant aux besoins de ces Rueillois qui y sont sensibles. « Cette section serait ouverte au plus grand nombre et nous y développerons également un aspect conseil pour l'achat d'un bon vélo électrique », conclut Michel Dubacq.

Grimper les pentes de la région et passer les hauts de Rueil avec plus d'aisance sans polluer, sans bouchon sans contrainte... C'est très tentant !



Rac Cyclisme

Site web : rueilathleticclubsectioncyclisme.com ;
tous les samedis de 13h45 à 16h30
Contact : anguille.bruno@orange.fr



L'Abeille cyclotourisme

Site : abeille-cyclotourisme.fr ; contact :
abeille-cyclotourisme@abeille-cyclotourisme.fr