



Avec : Jacqueline et Serge Dufour

Betty Couturier - Didier Joseph - Anne Paul

Jean-François Dorelle - William Ofiara.



Samedi 5 juillet

Après un séjour du VCS chaud dans le Lot, place au repos pour les participants (es), pas tous !! Nous prenons le relais pour la semaine européenne à Prayssac. Joli petit village de 2500 habitants qui double sa population cette semaine. Un beau circuit hier, vallonné et ombragé sur le thème « châteaux et bastides » entre autres : Villefranche-du-Périgord célèbre pour son marché aux cèpes et châtaignes et sa Bastide, la plus ancienne du Périgord, le château de Bonaguil du 13ème siècle, classé monument historique et perché sur son éperon rocheux. Une très belle journée ensoleillée de cyclotourisme. Ce soir, un grand plaisir d'agrandir à 9 notre groupe de 6 autour de boissons rafraîchissantes. Demain, inauguration de cette belle semaine à venir.

Dimanche 6 juillet

9ème semaine Européenne de cyclotourisme à Prayssac. Un rendez-vous nous était donné le dimanche 6 juillet à 10h, pour une parade cyclo de 7kms dans les rues de Prayssac censée précéder l'inauguration de la semaine européenne. Près de 2 400 cyclos avaient répondu présents dont 44 % de femmes, les VAE représentant 35 % de l'ensemble. Après les discours d'usage et quelques gouttes, une collation a été offerte permettant de goûter le vin régional à savoir le Cahors. Après quelques emplettes effectuées chez 2 commerçants de bouche de Prayssac, nous voilà partis sur le circuit découverte de 51kms légèrement vallonné. Après quelques photos et une organisation étant au top pour le fléchage, (et oui nous n'avons pas réussi à nous perdre !!), l'arrivée s'est bien déroulée. Il nous reste donc quelques forces à prendre pour le début du 1er parcours sérieux si la météo le permet demain lundi 7 juillet. **Texte de Luc Gaspéri.**

Lundi 7 juillet

Bonsoir à tous, après deux jours de mise en bouche et un trajet unique par jour, la Semaine Européenne s'installe aujourd'hui dans le trio de parcours (60, 80 ou 120kms environ). Pluie annoncée. Avec plusieurs averses vite séchées par des éclaircies, la météo avait vu juste. Comme chaque jour, parcours très vallonné ponctué de forêts de chênes, noyers, champs de tournesols, vignobles coteaux du Quercy, belles demeures en pierre... Quant aux villages traversés, deux nous ont particulièrement attirés : Albas en surplomb du Lot et, bien sûr, Montcuq-en-Quercy-Blanc, vite réduit à Montcuq sans prononciation du "q"... Évidemment, les plus grosses blagues volontaires ou non ont fusé. Joli endroit au pied d'un donjon vertigineux où un ravitaillement nous attendait ainsi qu'une stèle en hommage à Nino Ferrer qui habitait ce village. Belle journée malgré la pluie avec un fléchage et des bénévoles au top. Notre équipe est passée à 10 cyclos aujourd'hui, Jef nous ayant rejoints. **Texte de Betty**

Mardi 8 juillet

Après la brume du matin, départ avec le soleil pour le groupe du VCS. Tout le monde est très motivé pour cette belle journée qui s'annonce. Petite route boisée au départ de Prayssac, arrivée au village des Arques. Magnifique église avec de très belles œuvres du sculpteur Zadkine 1890/1967. Petite pose photo pour le groupe. Nous poursuivons notre chemin entre montées et descentes sur de belles petites routes. Vient le moment de séparation des parcours, 9 personnes sur le 82kms et Jeff sur le 115. Parcours annoncé la veille étant le plus beau de la semaine. Arrivée à Gourdon, petite ville médiévale avec une très jolie église. Petit arrêt à Payrignac dans un petit restaurant le long de l'étang, au top pour reprendre des forces. Il est temps de reprendre la route, arrivée à Domme joli village découvert la semaine dernière mais par un autre côté. Je retrouve la Dordogne, toujours aussi belle mais un peu plus de touristes. De beaux châteaux, mais petit souci je ne trouve plus les flèches du balisage. Pas grave le route est belle. Oups direction Périgueux, là ça va pas le faire. Après consultation du gps je suis loin de Prayssac. Je ne suis pas seul à être paumé, nous faisons la route ensemble. Total de la journée 148kms de bonheur avec une belle météo, pas trop chaud. Allez hop une petite bière en compagnie d'une cyclotouriste rencontrée sur d'autres manifestations et qui loge dans le même centre de vacances. **Texte de Jeff**

Mercredi 9 juillet

Si hier JEF n'a pas compté ses km le groupe n'a pas compté ses arrêts pour admirer de nombreux sites. De nombreux petits villages méconnus ont un patrimoine riche et sont entretenus par des gens passionnés. Arques dont JEF a si bien décrit, Daglan, citée médiévale dans la vallée du Céline, capitale périgourdine de cabanes en pierres sèches. De nombreuses maisons restaurées entretiennent l'âme de leurs ancêtres par de petits signes tels que la maison du cafetier, du boulanger etc...

Arrêt pique-nique au sympathique camping le Douzou, commune de Boustic. Frites et bières ont complété notre repas tiré du sac. Un nouveau membre a intégré le groupe aujourd'hui, 3 ont pris leur jour de repos. 10 + 1-3 ont fait de cette journée une cyclotourismegastronomique et 2 nous ont rejoints à Cahors pour du tourisme gastronomique. Cherchez l'erreur ???

Le parcours du jour était très diversifié, empruntant des routes communales et pistes cyclables très ombragées avec de superbes vues sur les châteaux et les vignobles de vins de Cahors dominant les méandres du Lot.

A l'heure du café, croissants et autres gourmandises, Luzech, étape BCN, BPF a rechargé nos batteries. Cahors a été l'étape ultime pour une restauration locale très appréciée dans un cadre idyllique en bordure du Lot et face au pont Valentré. C'est un pont piéton étroit traversant le Lot datant du Moyen-Age. Il est doté d'arches en arcs brisés et de 3 tours en pierre. Il est inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Le retour très bosselé a permis de digérer et d'apprécier la traditionnelle bière du point Zéro et si demain est un autre jour, le programme est ficelé avant de se quitter. Toujours un plaisir de retrouver nos deux cyclistes Béatrice et Alain du CC Othéen à ce point Zéro. un problème de vélo ne leur a pas permis de rouler ces premiers jours.

Jeudi 10 juillet

Parcours Périgord-les-Bastides. Comme le veut l'usage, à nouveau départ de Prayssac cette fois ci en 2 groupes. Un matinal pour le grand parcours soit 8h et l'autre vers 8h45 pour le moyen avec comme objectif de se retrouver au dernier ravitaillement situé à Montayral. Une dure journée commençait notamment pour le 2ème groupe (premier arrêt café croissant pour certaines).

Ce qui n'était pas prévu c'est que nous allions enrichir notre culture, par le fait d'être à l'ombre sous un micocoulier de Provence en attendant les courageux du 1er groupe. Ses fruits sont riches en lipides et acides gras tandis que ses feuilles ont des vertus digestives et anti laxatives.

Quand aux bastides, elles restent à découvrir pour le 2ème groupe. Pour l'autre groupe les haltes sur les sites de Monpazier, un des plus beaux villages de France et célèbre bastide fondée en 1284 par Edouard 1er d'Angleterre puis celui du château Biron offrant un mélange d'architecture médiéval de style Renaissance et classique en toile de fond du 1er ravitaillement méritait le détour.

Après la sieste salvatrice du 1er groupe et la petite collation du 2ème, les derniers km ont défilés sous un beau ciel bleu avec à l'arrivée le pot habituel de l'amitié (bieres fraiches locales et glaces) afin de bien clôre la journée. **Texte de Luc Gaspéri**

Vendredi 11 juillet

Cette dernière journée nous a fait découvrir le nord-est de Prayssac. Pour débiter, incontournable village d'Albas et son pont métallique (passage à pied) puis les bords du Lot par la route longeant la paroi rocheuse, nous offrant l'un des panoramas les plus spectaculaires du séjour. Passage en forêt ombragée par cette météo des plus chaudes de la semaine, 35 degrés. Nous profitons régulièrement de l'ombre et de la beauté des bâtisses typiques du Lot. Ravitaillement au lac vert de Catus pour le déjeuner et la pause café partagés par notre habituelle bande de 11 cyclos dont 7 VCS. Retour sous le soleil ardent pour terminer notre circuit de 74kms pour 1100m de dénivelé. Bières et glaces furent les bienvenues en compagnie de Gérard Paillard et de deux cyclos du Club d'Estissac.

Bilan de la semaine : météo idéale dans l'ensemble. Bonne Ambiance, comportement des cyclos raisonnable et un seul accident. Départ demain pour certains, d'autres profitent encore de cette superbe région. Rendez peut être l'année prochaine dans les Pays Bas. **Texte de Betty**