

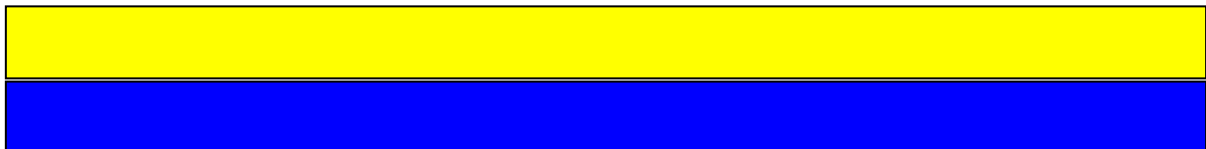
[WWW.randovelo.org](http://WWW.randovelo.org)

**RANDO-VELO** asbl

Rue Antoine André, 62 D--- 1300 LIMAL (B)



**RV-INFOS n° 8 – 20 Décembre 2010**



<b><u>LE CONSEIL D'ADMINISTRATION</u></b>	<b><u>Extraits de nos statuts</u></b>
<p>Rando-Vélo asbl  <a href="http://www.randovelo.org">www.randovelo.org</a></p> <p><b><u>Président</u></b> : Guy Hochart  <a href="mailto:info@randovelo.org">info@randovelo.org</a>  <a href="mailto:guy.hochart@brutele.be">guy.hochart@brutele.be</a></p> <p><b><u>Secrétariat</u></b> : Marc Vangénéberg  <a href="mailto:technique@randovelo.org">technique@randovelo.org</a>  <a href="mailto:marcvangénéberg@hotmail.com">marcvangénéberg@hotmail.com</a></p> <p><b><u>Trésorerie</u></b> : Micheline Schillings  <a href="mailto:tresorier@randovelo.org">tresorier@randovelo.org</a>  <a href="mailto:mitchoufleur@gmail.com">mitchoufleur@gmail.com</a></p> <p><b><u>Responsable Bruxelles</u></b> :  Bernard Fripiat  <a href="mailto:bernardfripiat@hotmail.com">bernardfripiat@hotmail.com</a></p> <p><b><u>Responsable Brabant Wallon</u></b> :  Albert Mahieu  <a href="mailto:mahieualbert@hotmail.com">mahieualbert@hotmail.com</a></p> <p><b><u>Responsable Hainaut</u></b> :  Marcel Windal  <a href="mailto:marcel.windal@skynet.be">marcel.windal@skynet.be</a></p> <p><b><u>Responsable Liège</u></b> :  Eric Villers  <a href="mailto:eric.villers@calidifontain.be">eric.villers@calidifontain.be</a></p> <p><b><u>Responsable Namur</u></b> :  Marc Vangénéberg  <a href="mailto:marcvangénéberg@hotmail.com">marcvangénéberg@hotmail.com</a></p> <p><b><u>Responsable Luxembourg</u></b> :  Benoît Versmissen  <a href="mailto:familleversmissenb@skynet.be">familleversmissenb@skynet.be</a></p> <p><b><u>Membres du conseil d'administration</u></b></p> <p>Bernard Raulier  <a href="mailto:Bernard.Raulier@skynet.be">Bernard.Raulier@skynet.be</a></p> <p>Ciglia Auguste</p> <p>Tous les membres ci-dessus  sauf Benoît Versmissen</p>	<p><b>ART. 3 :</b>  <i>"L'association a pour objet de faire connaître, promouvoir, encourager et faciliter le tourisme cycliste. Elle poursuit la réalisation de son objet social par tous les moyens adéquats, et notamment par</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><i>1) la création et le balisage d'itinéraires touristiques,</i></li> <li><i>2) la diffusion de publications périodiques ou monographiques,</i></li> <li><i>3) la diffusion de topo-guides,</i></li> <li><i>4) l'organisation de réunions, de rassemblements ou d'excursions collectives,</i></li> <li><i>5) la protection de la nature et des sites,</i></li> <li><i>6) ainsi que la défense de la viabilité de tout chemin, sentier ou passage à usage public, etc."</i></li> </ol>
	<p><b><u>Dossier du mois</u></b></p> <p>Le vélo à assistance électrique.</p>
	<p style="text-align: center;"><b><u>Comment s'affilier à Rando-Vélo ?</u></b></p> <p>On peut s'affilier à n'importe quel moment de l'année pour l'année en cours, en versant 12,50 euros sur le compte de Rando-Vélo</p> <p>Pour la Belgique : 523-0802792-95</p> <p>Pour l'étranger : Code BIC : TRIOBEBB  Code IBAN : BE76 5230 8027 9295  En indiquant « cotisation 2010 »</p> <p>Cette cotisation permet de couvrir les frais de gestion de Rando-Vélo.</p> <p><b>Libre à chacun d'aider Rando-Vélo par un versement plus élevé. Merci.</b></p>

Les anciens RV-Infos et leurs sommaires peuvent être consultés sur le site de rando-vélo.

Il se peut que ces "newsletters" n'atteignent pas tous nos affiliés car nous n'avons pas l'adresse électronique de tout le monde. N'hésitez pas à contacter [votre délégué Rando-Vélo local](#) pour lui demander de recevoir ces « bulletin d'information », que vous soyez membre de Rando-Vélo ou non. Visitez notre site : [www.randovelo.org](http://www.randovelo.org)

- [RV-INFO n°8](#) (20 décembre 2010)
  - p 3 Sommaire
  - p 4 Le mot du Président
  - p 6 L'équipement légal d'un vélo
  - p 7 A pied ... à vélo pour le pays Dogon (Borlez 2010)
  - p 8 Notre balade du mois d'Août (groupe 1)
  - p 13 Dossier du mois : le vélo à assistance électrique
  - p 19 Vélo Pêle-mêle : France
  - p 20 Infos diverses et les accros du Web
  - p 21 Petites annonces
  - p 22 Courrier des lecteurs
  - p 23 Carte des itinéraires de Rando-Vélo
  - p 24 Dans notre prochain RV-INFO (15 mars 2011)



LE MOT DU PRESIDENT.

JOYEUX NOEL

ET

HEUREUSE ANNEE 2011

... = vœux que j'adresse à tous nos membres, à tous nos lecteurs... à tous les cyclistes...

Passez d'excellentes fêtes en famille  
et entourés des amis qui vous sont chers.

Nous avons fêté cette année avec fastes le

10<sup>ème</sup> anniversaire de **Rando-Vélo**

Fête à Mons, le 23 juin, à l'occasion de l'inauguration du topo-guide **RV3, La Hennuyère – Fagne – Famenne** (Overboelare – Enghien – Soignies – Mons – Chimay – Fumay – Gedinne)

Fête le 25 septembre à Jodoigne, à l'occasion de la Vélobrabançonne.

2010 fût également une année riche en rebondissements.

Nous aurons l'occasion de faire le bilan de cette année lors de l'Assemblée générale que nous préparons. Vous recevrez tous les détails en temps opportuns.

Ce n'est, effectivement, pas le moment dans ce bulletin d'informations de le faire mais préparez-vous déjà à nous soutenir pour réaliser quelques grands projets que nous avons lancés :

l'élaboration d'un topo-guide pour le **RV4-ouest**,

**Mannekenpis – Tchantchés** (Bruxelles-Liège) qui est déjà balisé ;

la mise en place d'un maillage cyclable en points-nœuds du Brabant wallon ;

la jonction des « plus beaux Villages de Wallonie » en itinéraires RV ;

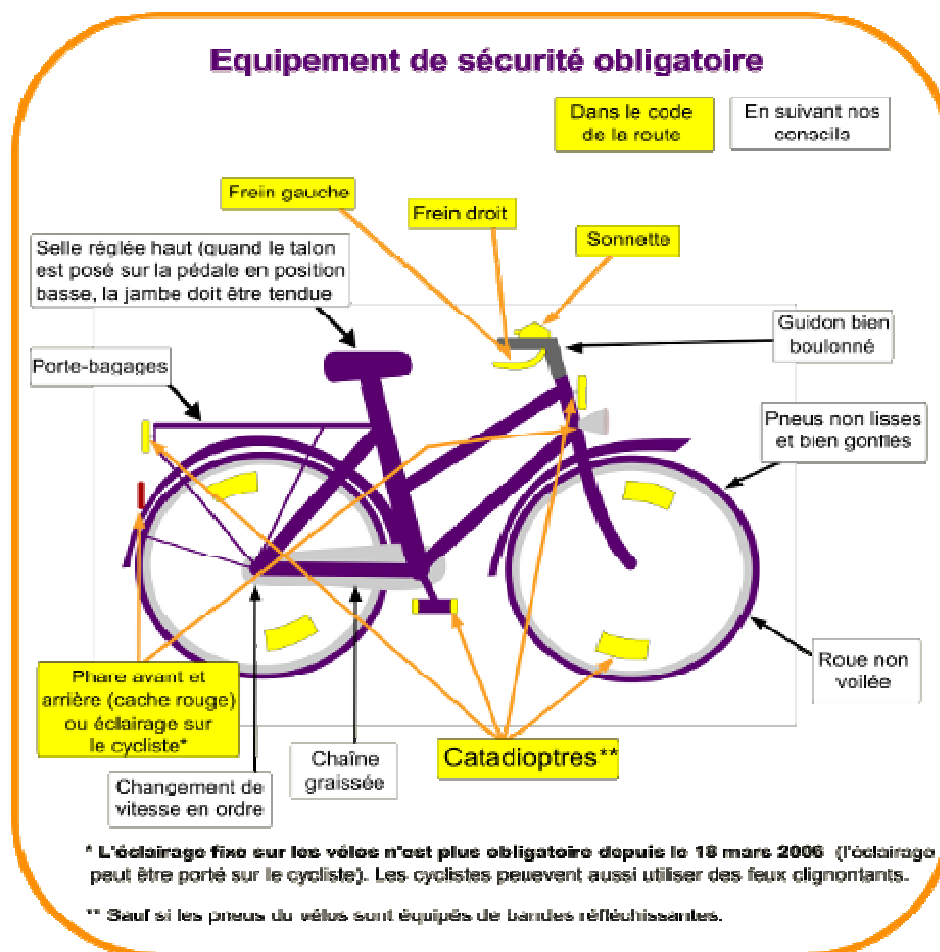
la réforme des panneaux directionnels des itinéraires cyclables sur toute la Wallonie.

Toutes personnes intéressées de prendre part à la réalisation de ces projets sont les bienvenues.

Guy HOCHART,  
Président de Rando-Vélo.

**“Bouger 30 minutes par jour, c'est facile”**

## L'équipement légal d'un vélo



### Vélo ordinaire

- o une sonnette (audible à 20m)
- o 2 freins (un à l'avant et un à l'arrière)
- o des catadioptres : un blanc à l'avant, un rouge à l'arrière (sa plage éclairante doit être distincte de celle du feu rouge), des jaunes ou oranges sur les pédales (ils doivent être visibles à l'avant et à l'arrière de la bicyclette), deux catadioptres jaunes ou oranges à double face disposés symétriquement aux rayons de chaque roue et/ou une bande réfléchissante blanche de chaque côté des pneus.

Il n'est décrit ci-dessus que l'équipement minimum légal. Cela ne signifie pas qu'il est suffisant pour assurer la sécurité et le confort du cycliste.

### Vélo de course et VTT

- o une sonnette (audible à 20m)
- o 2 freins (un à l'avant et un à l'arrière)
- o des catadioptres comme pour le vélo ordinaire MAIS ceux-ci ne sont obligatoires que si vous circulez la nuit ou si la visibilité est réduite à moins de 200m (exception : si le vélo de course / VTT est équipé d'un ou de deux garde-boue, il doit toujours avoir un catadioptre blanc à l'avant et rouge à l'arrière).

### Vélo à petites roues (vélo d'enfant, vélo pliable, mini-vélo...)

- o une sonnette (audible à 20m)
- o un frein (au minimum)
- o des catadioptres comme pour le vélo ordinaire MAIS ceux-ci ne sont obligatoires que si vous circulez la nuit ou si la visibilité est réduite à moins de 200m.

Source : *Les cyclistes et le code* - brochure de l'IBSR

# **A pied.....à vélo pour le pays DOGON**

Le dimanche 31 octobre, les amis de l'asbl « D'une main à l'Autre » ont organisé des marches et randonnées vélo au profit de projets humanitaires au MALI.

L'asbl « D'une main à l'Autre » ([www.dunemainalautre.com](http://www.dunemainalautre.com)) a été créée il y a 5 ans afin d'aider la population du pays DOGON, une région très pauvre du nord du MALI près de BANDIAGARA.

## Pourquoi le MALI et en particulier cette région... ?

En 2004, Marie-Rose et Marcel Dodion se sont rendus dans cette région ; ils ont été particulièrement frappés par la gentillesse et l'accueil chaleureux de la population et ce, malgré leur très grande pauvreté. Ils ne sont pas restés insensibles à cette situation et ont décidé de créer une petite structure (asbl) qui a comme objectif de venir en aide aux habitants des villages de la région de Bandiagara.

Afin de financer les projets, l'asbl organise différentes activités et a le soutien de différents service-clubs tels que LE LION'S de Verlaine, LA TABLE RONDE de Hannut,....

## Parmi les activités, on peut citer :

-La fête de la bière à CELLES (entité de Faimés...à 5 kms de Waremme)

Les célèbres BOULETS / FRITES LIEGEOIS .....et une BROCANTE....le premier W-E de juillet.....en 2011 du 2 au 4 juillet.

-La journée « COULEURS D'AFRIQUE » le dimanche 25/09/2011.

Restauration de midi à 20h...le réputé CHILI CON CARNE, exposition et vente d'objets africains, grande tombola, présentation des projets réalisés .... et des projets futurs.

-L'organisation par les amis de l'asbl de marches ADEPS et de randonnées VELO avec toute la journée petite restauration, soupe Halloween, bar, vente de jus de pommes BIO.

Le 31 octobre les randonnées VELO ont été fléchées au départ du centre sportif Cortil Jonet à BORLEZ (entité de Faimés). La randonnée de 22 kms était destinée de préférence aux familles ; elle permettait de se balader par des chemins tranquilles en toute sécurité et de découvrir les châteaux de Les Waleffes et de Vieux Waleffe ainsi que des chapelles, églises, fermes et habitations hesbignonnaises de Aineffe, Borlez, Celles et surtout le splendide site de la Chapelle de SAIVES entourée de son château et de sa ferme.

La randonnée de 60 kms était plus destinée aux sportifs avertis qui ont pu découvrir une hesbaye insolite avec plus de 10 châteaux, des fermes typiques et une région inconnue ou à (re)découvrir pour certains. Parmi les sites les plus spectaculaires, il faut épingler le Château de JEHAY (à visiter absolument) en plus des châteaux de Les Waleffes, Warfusée et Horion.

En tout, plus de 50 cyclos ont parcourus ces randonnées ; nous vous fixons dès à présent rendez-vous le dimanche 30 octobre 2011 pour de nouveaux circuits.

Guy Timmermans

PS : Pour en savoir plus sur les actions réalisées au MALI par l'asbl « D'une main à l'Autre », n'hésitez pas à aller voir le site [www.dunemainalautre.com](http://www.dunemainalautre.com) ou adresser un mail à [gti60x@gmail.com](mailto:gti60x@gmail.com) .

## **Rand'Août 2010 avec Rando-Vélo**

### ***A la découverte de la Côte d'Opale et des Collines de l'Artois***

#### ***Récit du voyage du premier groupe***

### **16 août: Ostende/Dunkerke**

Le groupe se retrouve à la gare d'Ostende, sauf Martine et René qui nous attendront à la sortie de la ville. Micheline distribue à chacun le carnet de route. La météo n'est pas très engageante pour la journée mais la bonne humeur du groupe compensera le manque de soleil

La sortie d'Ostende est un vrai labyrinthe, heureusement il y a les knooppunten ! Nous avons le vent dans le dos mais cela ne durera pas longtemps.

A Snaaskerke nous retrouvons Martine et René : le groupe est maintenant au complet. Nous sommes 15 (Micheline, Vincent, Marie, Gérard, Claudy, Marie-Aline, Christophe, Philippe, Martine, René, Albert, Thérèse, Christine, Céline, Etienne). C'est un groupe international puisque nous avons 4 cyclistes français (Christine, Marie, Thérèse et Gérard) mais qui connaissent très bien la Belgique, quelques mots de flamand et même le répertoire de Julos Beaucarne. Il y a aussi 2 vélos à assistance électrique (Martine et Etienne) et un tandem flambant neuf que Micheline et Vincent sont venus rôder avant leur grand périple en Angleterre.

A partir de là nous devons affronter une pluie continue et un fort vent de face. Pour le repas de midi nous nous installons à une terrasse couverte et chauffée sur la place de Veurne. Nous ne sommes pas les seuls cyclistes détrempés, les radiateurs sont déjà couverts de gants et de chaussettes en train de sécher. Marie nous parle de l'histoire de la ville et de son architecture pendant que nous avalons une soupe maison pour nous réchauffer.

Arrivée à Dunkerke par un parc boisé dont nous ne pouvons sortir qu'en portant tous les vélos (lourds et boueux) au dessus d'une barrière. Ensuite, c'est 'vent debout' que nous arrivons sur la digue. La tempête y a renversé plusieurs terrasses et arraché des abris ; le spectacle est impressionnant.

L'accueil à l'auberge de jeunesse est chaleureux, mais le bâtiment est vétuste. Ce sera le moins confortable de tout le séjour. Au vu des conditions climatiques les campeurs décident de loger dans le bâtiment aussi, la gérante nous ayant réservé quelques places en plus. Après le repas Gérard nous parle de la ville de Dunkerke.

Au soir, les membres du 2<sup>ème</sup> groupe tentent de nous contacter sur nos GSMs pour savoir comment s'est passée la journée, mais les instructions sont claires : aucune information ne doit filtrer, ils doivent faire les mêmes expériences que nous. On ne leur signalera donc pas la fameuse barrière. Heureusement pour eux cette discipline s'assouplira les jours suivants vu l'accumulation de difficultés rencontrées.



## **17 août : Dunkerke/Calais**

Pose photo devant l'hôtel de ville de Dunkerke puis en route vers Bergues. Martine se rend compte que son vélo électrique est en panne. La batterie n'a pas supporté les conditions climatiques extrêmes de la veille.

A Bergues, Claudy perché sur le kiosque de la Grand-Place nous raconte l'histoire de la ville et bien sûr quelques anecdotes sur "le" film. Dommage il n'y a pas "la" Baraque à frites. Pendant que certains vont faire les courses pour le repas, d'autres en profitent pour prendre un café (à "la" terrasse "du" film). La pluie s'arrête enfin, nous n'aurons plus que du beau temps jusqu'à la fin du voyage.

A Gravelines Marie-Aline nous parle de l'histoire mouvementée de cette ville.

Nous arrivons à Calais en compagnie d'un cycliste Italien qui parcourt toute l'Europe sur son drôle de tricycle. L'AJ est moderne et confortable. Au soir nous nous rendons dans le centre-ville animé pour dévorer un délicieux repas 3 services au restaurant "l'Histoire Ancienne". A la fin du repas tout le monde est fatigué et pense rentrer se coucher, mais voilà que Philippe nous entraîne pour une marche forcée dans la ville vers une destination mystérieuse. Cela en valait finalement la peine: nous nous retrouvons devant l'imposant Hôtel de Ville mais surtout devant la statue des "Bourgeois de Calais" dont Philippe nous raconte alors l'histoire.

## **18 août : Calais/Le Portel**

Le vélo électrique ne reprend pas vie, mais la solidarité du groupe va jouer : en prévision des nombreux dénivelés de la journée Gérard propose de l'échanger contre sa frétilante Gazelle.

Après l'ascension d'un long chemin caillouteux nous sommes récompensés par un point de vue exceptionnellement clair sur les côtes anglaises On distingue parfaitement les falaises, elles paraissent être vraiment tout près. René nous parle de Sangate, de l'eurotunnel et la politique d'accueil des réfugiés

Nous pataugeons ensuite dans un chemin de boue ce qui nous fait perdre pas mal de temps, nous n'aurons donc pas le loisir d'aller voir le site de Cap Blanc-Nez. De même l'après-midi nous n'aurons pas le temps de faire le détour pour voir le Cap Gris-Nez.

C'est sur une plage à mi-chemin entre les 2 caps que nous pique-niquons. Martine nous parle des 2 caps et Christophe répare la crevaison du vélo de Marie-Aline (déjà la deuxième, et pas la dernière...). Marie-Aline se verra-t-elle décerner le "prix Huberte 2010" ? Elle est en bonne voie !

Après-midi le soleil nous réchauffe complètement et après quelques sérieuses côtes nous nous arrêtons devant la Colonne de la Grande Armée. Le "professeur" Albert, passionné d'Histoire et excellent orateur nous improvise un petit exposé sur ce monument érigé par Napoléon et où eut lieu la première distribution de la Légion d'Honneur. Ensuite nous arrivons dans la vieille ville de Boulogne-sur-Mer où assis sur les marches la Basilique Notre-Dame nous écoutons Albert nous expliquer toute l'histoire de la ville.

Il nous reste encore à traverser la ville et grimper vers le Portel pour arriver à la fin de l'étape, mais pas la fin de la journée... car il nous reste encore à vivre une aventure qui ne figurait pas au programme.

Le logement est composé de plusieurs bâtiments entourés par un haut grillage. Nous déchargeons nos vélos et nous installons paisiblement dans nos chambres. Certains prennent leurs douches, d'autres se détendent... soudain un cri! Céline a vu un groupe de jeunes escalader le grillage et essayer de s'emparer d'un de nos vélos. Tel l'éclair elle se rue dehors et seule escalade le grillage et parvient à attraper le vélo et à faire fuir les voleurs. Nous la retrouvons juchée sur le grillage, tenant le vélo à bout de bras et avons un peu de mal à comprendre comment tout cela a pu se produire si vite. Nous lui faisons une ovation bien méritée. Le propriétaire du vélo sort alors calmement de sa douche... et se demande quelle est la source de toute cette agitation (par discrétion nous ne le nommerons pas, contentons-nous de préciser qu'il est passionné d'Histoire et excellent orateur). Cette anecdote va bien sûr largement alimenter notre soirée.

## **19 août : Le Portel/Berck-sur-Mer**

La plus longue étape et une des plus difficiles. Martine allège son vélo au maximum en laissant une partie de ses bagages au gîte, et avec René ils choisissent de rejoindre Berck-sur-Mer en longeant la côte afin d'éviter les difficultés. Nous les retrouverons au soir.

Thérèse nous présente Desvres, ville qui doit sa renommée à la production de porcelaine.

La région traversée est superbe mais la distance et les difficultés commencent à épuiser le petit groupe et l'allure s'en ressent. Au terme d'une montée périlleuse nous arrivons à Montreuil-sur-Mer. Christophe nous y parle en particulier des Misérables car Victor Hugo y a situé de nombreuses scènes de son roman. Il y a aussi une terrasse très accueillante sur la place de Montreuil, mais nous ne pourrons l'admirer que de loin...

C'est avec un peu de retard que nous arrivons au logement du soir à Berck où nous attendent Martine et René, l'air beaucoup plus reposé et détendus que nous. Le bâtiment où nous logeons est magnifique: il s'agit d'un ancien casino situé au milieu d'un magnifique parc fleuri. Les chambres sont nombreuses et confortables.

A Berck nous retrouvons également Michelle et Claude qui sont de la région et qui sont venus pédaler une journée avec nous.

Après le repas, quelques infatigables décident de faire une petite sortie en ville afin de se détendre après cette longue journée.

## **20 août : Berck-sur-Mer/Saint-Pol-sur-Ternoise**

Cette fois nous quittons définitivement la côte d'Opale pour traverser l'Artois en trois jours et rejoindre Tournai. Le parcours nous donnera l'occasion d'admirer et de photographier quelques très beaux sites. Tout d'abord un bref arrêt à la baie d'Authie, grande réserve naturelle à la limite entre le Pas-de-Calais et la Somme. Nous ne nous attardons pas trop longtemps pour ne pas déranger les pêcheurs. Ensuite c'est le moulin de Maintenay, vrai décor de carte postale. Puis l'Abbaye de Valloires.

Entre Maintenay et Valloires l'itinéraire comprend une ascension et la traversée de la forêt d'Olhain. Comme il est possible d'éviter ce détour, Vincent propose sagement de séparer le groupe en 2 afin de ménager les plus fatigués. Après un vote à main-levée il paraît plus raisonnable que tout le monde prenne le raccourci (sur simple demande nous pouvons fournir les noms des 2 seuls volontaires pour le détour).

Nous faisons un petit arrêt-détente à l'Abbaye de Valloires et écoutons Christine nous parler de l'histoire de cette abbaye cistercienne et surtout de ses magnifiques jardins ainsi que des possibilités de logement. Micheline avoue y avoir pensé en préparant l'itinéraire...avant de voir les tarifs.

Nous redémarrons (sans Christophe et Aline qui nous rattraperont après avoir réparé leur crevaison) et c'est sous un soleil généreux nous arrivons sur la place d'Hesdin où nous envahissons une petite terrasse pour prendre notre repas de midi. Pendant le repas, Michelle nous présente la ville et est intarissable sur cette région qu'elle connaît très bien.

Après-midi la "caravane" continue à suivre nos guides, Vincent s'étant déguisé en Cheikh arabe pour se protéger du soleil. Au terme de cette belle journée, nous arrivons aux logements constitués de 3 jolies petites maisonnettes et d'une pelouse pour les campeurs. Après une séance d'étirements bienfaiteurs animée par Michelle, tout le monde s'active pour la préparation du repas. Ce soir Micheline et Vincent sont à la fête car le groupe leur a préparé quelques petites surprises... Pressés de questions, ils nous livrent aussi quelques scoops sur leur rencontre. Après ce moment d'émotion nous dévorons le repas sur une grande table installée en plein air.

## **20 août : Saint-Pol-sur-Ternoise/Liévin**

L'étape la plus "dénivellée". Encore de très beaux points de vue sur des tours et châteaux médiévaux.

Nous pique-niquons devant une chute d'eau, Claudy amuse la galerie en y prenant une douche, puis Céline nous parle du Château d'Olhain. Nous redémarrons en laissant une fois de plus Marie-aline et Christophe derrière nous le temps d'une réparation. Albert nous racontera plus tard l'aide de ce riverain leur proposant de tester la chambre à air dans un bassin d'eau sentant le purin d'ortie.

Après-midi la traversée d'un bois s'avère beaucoup moins praticable que prévu et à sa sortie nous entrons dans une autre page de l'histoire, celle de la première guerre mondiale. Tout d'abord le grand cimetière de Notre-Dame de Lorette, ensuite le cimetière canadien de Givenchy-en-Gohelle et enfin l'imposant mémorial canadien de Vimy dont Etienne nous raconte l'histoire devant un magnifique point de vue sur la plaine d'Artois.

Le logement se fait dans un centre sportif hyper-moderne: le Stade Couvert Régional de Liévin. Outre de nombreux meetings sportifs internationaux, ce site a aussi abrité des concerts aussi prestigieux que Tina Turner, Miles Davis, Johnny Hallyday et maintenant son Livre d'Or s'enrichit de la visite de Rando-Vélo!

## **21 août : Liévin/Tournai**

Enfin une étape de longueur et de dénivelé raisonnables pour terminer le voyage.

A la gare de Lens nous prenons congé de Marie. La suite du voyage nous emmène le long d'un canal dont les berges s'effondrent à plusieurs endroits. C'est assez dangereux et pas du tout sécurisé. Ensuite le rythme se fait plus détendu, nous traversons Mons-en-Pévèle où nous ne trouvons pas d'endroit pour pique-niquer, c'est donc un peu plus loin au milieu d'un champ que nous nous installerons. C'est de là que Christine nous quitte pour rentrer chez elle.

Encore quelques coups de pédale et nous entrons en Belgique et descendons en droite ligne vers les 5 clochers de Tournai.

Arrivés sur la place de Tournai, des félicitations bien méritées sont adressées à Micheline pour l'organisation et à Vincent pour la qualité de ses cartes et surtout son talent pour les lire en roulant sans jamais se tromper. Nous félicitons aussi Albert et Philippe qui ont souvent joué le rôle de vélo-balai ce qui n'a pas été une mince affaire vu les différences de niveau dans le groupe et les nombreuses crevaisons. Enfin tout le monde se félicite d'avoir surmonté les difficultés, et d'avoir contribué à l'excellente ambiance dont les voyages de Rando-Vélo ont le secret.



Un super-photo a réuni le samedi 27 novembre dernier tous les participants des deux groupes dans une ambiance chaleureuse et festive. Chacun avait mis les petits plats dans les grands pour se concocter un délicieux repas bien apprécié par tous. Merci encore à tous.

## Le dossier du mois

# ***Le vélo à assistance électrique uniquement pour les vieux ?***

### **INTRO**

Notre "petite reine" porte bien son nom et nous en sommes plus ou moins amoureux : légèreté, maniabilité, convivialité, effort récompensé, écologie, santé..

Las, les commerces que je fréquente quotidiennement ne sont pas tous de ce côté de la vallée et les côtes pour quitter la Lasne sont telles que ma voiture me tend trop souvent les bras !!! Je me suis donc intéressé au VAE et en ai acheté un. Et, séduit, j'ai même fait un petit exposé à ce sujet pour promouvoir l'usage du vélo à Rixensart. Voici, à la demande de Marc Vangénéberg et avec quelques commentaires, les notes que j'avais préparées

Je me présente: cycliste régulier et ingénieur électronicien. Simplement pour vous dire que je vais essayer de donner des infos correctes mais en n'utilisant que des mots... courants...!!.

**DÉFINITION** : C'est un vélo. Pas une moto. Donc pas de taxes ni d'assurance obligatoire, usage des pistes cyclables et code de la route comme en vélo.

L'appellation légale (européenne) de " ***vélo à assistance électrique***" veut dire que

1-Le moteur aide uniquement si on pédale.

2-la puissance du moteur ne dépasse pas 250 Watts

3-L'aide se coupe à partir de la vitesse de 25 Km/H. Libre au cycliste d'aller plus vite à la force des mollets ou dans les descentes.

**DESCRIPTION**: C'est évident, par rapport à un vélo habituel, la structure diffère essentiellement par son équipement électrique. Commençons par là.

### **La partie électrique :**

trois éléments principaux: le moteur, la batterie, et entre les deux, l'électronique qui laisse passer plus ou moins de courant.

#### **Le moteur :**

-3 emplacements sont utilisés. Dans la roue avant, ou dans la roue arrière ou en position centrale (pédalier).

-Fournit une aide variable qui est déterminée par l'électronique.

-Moteur sans entretien et silencieux (certains plus que d'autres)

-Roue libre sauf exception

#### **La Batterie :**

- plusieurs emplacements aussi, sous le porte- bagages, entre le tube de selle et la roue arrière ou sur le cadre.

-La tension (voltage) en volts, entre 24 et 40 volts.

-La capacité en ampères-heures (Ah) de 6 à 15 Ah, souvent 10 Ah.

Chose à savoir dont ne vous parleront généralement pas les marchands : la quantité d'énergie qu'on emporte, c'est ce qui compte pour l'autonomie, se détermine en multipliant la tension (les volts) par la capacité (Ah) . Cette quantité d'énergie s'exprime en Watt-heures. Par exemple 24 volts x 10Ah = 240 Wh. Pas de panique cette notion vous est très familière, c'est en kWh (mille wattheures) qu'on paye nos factures de gaz et d'électricité.

-Toutes les batteries actuelles sont à base de Lithium et ceci a changé le problème du poids. Il y a cinq-six ans, elles étaient encore au plomb. Le poids a été divisé par 3 mais le prix a augmenté d'autant.! Poids actuel environ 3 –4 kg

### L'Electronique :

L'électronique de commande est située dans un mini tableau de bord fixé au guidon.

Ce petit boîtier comprend :

-un écran (affichage de la vitesse, de la distance, du niveau de charge de la batterie etc..)

-les boutons marche/arrêt, choix du niveau d'assistance, d'allumage des feux s'ils sont alimentés par la batterie, (ce n'est pas toujours le cas) et d'autres selon les modèles...

-Fonctionnement de l'électronique (inutile de lire ce paragraphe si cela ne vous intéresse pas)

Pour faire passer le courant et régler son intensité, l'électronique tient compte des éléments suivants :

-de la détection du pédalage et éventuellement de la vitesse de pédalage

-du niveau d'assistance demandée par le cycliste. Faible, moyenne, ou forte

-de l'effort fourni par le cycliste.

-d'autre données éventuelles, le frein par exemple

Le contrôleur électronique digère ces données et donne plus ou moins de courant au moteur. Chaque marque a ses petits secrets pour cette digestion. Par exemple, on donne un bon coup au démarrage ou bien on apporte une aide très progressive.

De plus certaines marques adaptent le programme aux caractéristiques du cycliste. Cela se fait à la livraison par internet.

### La partie vélo.

Quelques éléments (pour plus d'infos, voyez les catalogues)

#### Cadre

souvent 'dame'' plusieurs dimensions. Mon sentiment est qu'on est plus à l'aise sur un cadre assez petit et des roues de 26 pouces type VTT plutôt que les roues de 28.

Mais j'ai acheté un 26 pouces 42 cm et je crois que c'est un peu trop petit pour moi.

Il faut **essayer, c'est le mot-clé.**

Freins, toute la diversité qu'on trouve sur les vélos habituels.

Changement de Vitesses,

plusieurs systèmes :

- un dérailleur à l'arrière. C'est le plus simple et le plus courant. Le moins cher et le plus léger. On est presque tout le temps dans la longue vitesse. Qui est un peu courte...

-un changement de vitesses dans le moyeu (7ou 8 vitesses) pour qui n'aime pas les dérailleurs. Dans ce cas, le moteur est central ou dans la roue avant.

-certains offrent aussi les deux dérailleurs (24 vitesses) avec le moteur à l'arrière.

Suspension

-A l'avant généralement une fourche suspendue.

-A l'arrière, rien ou ressort dans le tube de selle.

Poids :en général 25 kg batterie comprise

Eclairage : sur piles, ou sur dynamo dans le moyeu, ou sur la batterie

## **PERFORMANCES**

Vitesse. On va évidemment beaucoup plus vite dans les côtes et le plat.

Autonomie :en moyenne 50 Km très variable (de 25 à 70km) selon, le parcours, le modèle et le niveau d'aide choisi par le cycliste. Une marque propose deux batteries (dissimulées dans les fontes) ce qui double évidemment l'autonomie.

Question fréquente : **La batterie se recharge-t-elle** dans les descentes ?A ma connaissance un seul fabricant canadien ( Bion X) produit des Kits qu'on peut se procurer et adapter à son propre vélo. Mais cela coûte presque aussi cher qu'un VAE complet. Ces roues ont été adoptées par différentes marques de Vae. Matra depuis plusieurs années qui semble se tourner maintenant vers autre chose sans récupération.

Trek a également adopté ce produit dans une version exclusive de 40,7 volts/ 6,4 Ah. J'avais remarqué qu'en récupération le moteur sur Matra faisait du bruit....

Le trek est un modèle connu mais je n'ai pas d'expérience personnelle.



La presse émet souvent la remarque que la quantité d'énergie récupérée est négligeable mais si cela fait gagner par exemple 10 km d'autonomie je trouve que c'est appréciable. Consulter les utilisateurs car en commerce on ne reçoit évidemment que des avis intéressés dans un sens ou l'autre selon qu'on vend ou non le produit.

Consommation électrique : Le coût est négligeable. Une recharge complète coûte de 5 à 10 Eurocents! Il faut remarquer que cette économie est due au principe génial du vélo en général et pas à l'électronique. En voiture, on déplace en moyenne 1200kg de poids mort. En VAE c'est 25 kg .

## **COMMENT ACHETER**

### lire et essayer.

Le comportement est très variable d'un modèle à l'autre et je suggère de bien étudier son achat. Ce n'est pas du tout aussi standard que les voitures par exemple. Plus vous en essayez, (trois c'est un minimum, cinq c'est mieux) au besoin certains à plusieurs reprises, plus vous serez satisfaits. Impossible de se faire une idée sur un seul essai, le comportement varie du tout au tout. Lisez les essais comparatifs et comparez les caractéristiques. Les marchands de vélos sont en général compétents en mécanique mais pour ces VAE, je trouve que c'est dur dur....Voir soi-même !

Avant d'acheter examiner la sécurité, le confort, l'aide en côtes, l'agilité, la précision, l'équilibre des masses, la stabilité quand on lève un bras, le silence etc. Il y a des revues qui se sont spécialisées dans les VAE et dans les nombreuses revues vélos on trouve parfois aussi des essais de VAE.

Une revue belge\* qu'on trouve chez tous les marchands de journaux a publié une synthèse et des tests comparés. C'est déjà une base. On voit la diversité, les prix, les adresses et certaines caractéristiques à examiner Ne pas prendre toutes les appréciations au pied de la lettre, certains détails ne sont pas corrects à mon avis. Mais c'est beaucoup mieux que de commencer son enquête sans rien connaître

### Savoir ce qu'on veut en faire :

aller au boulot, courses en ville, promenade, , relief de la région, allure sportive...

### Voir son budget

les grandes marques entre 1400 et 3500 Euros. On en trouve de bien moins chers mais je n'ai pas d'expérience. Il semble qu'un même modèle coûte moins cher en France que chez nous..

## **QUELQUES RÉFLEXIONS**

Assez comiquement, les gens qui me disent c'est bon pour les vieux sont ceux qu'on ne voit jamais sur une bécane. Ce n'est pas un engin qui supprime l'effort mais qui le rend plus efficient. On fait des déplacements plus rapides et plus lointains. On s'inscrit d'avantage dans le trafic auto aussi. On se passe d'avantage de la voiture et on garde le plaisir de pédaler. Pour les courses et les déplacements vers le travail, si le chemin n'est pas trop dangereux, c'est le pied.

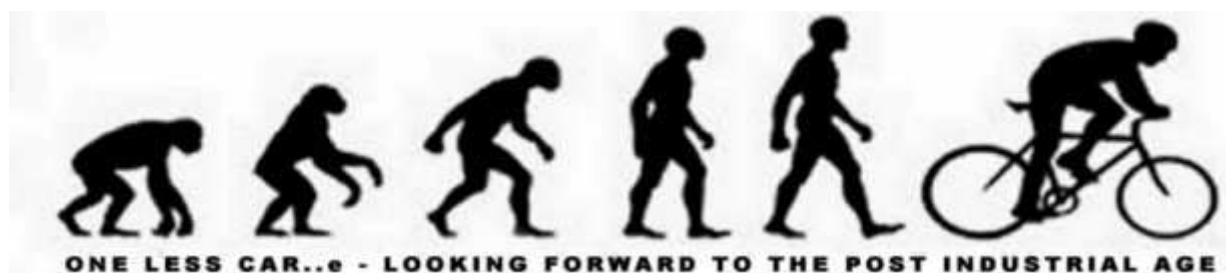
Contrairement à ce qu'on pourrait penser, ce n'est pas dans les pays montagneux que le VAE se fait une place. Dans nos régions, en Hollande ou en Flandre soit là où la culture vélo est bien implantée.

Ce petit article n'épuise évidemment pas le sujet, on peut y trouver sur le net des tas de renseignements techniques ou autres. Sur les batteries lithium par exemple.

Un petit souhait pour terminer : plusieurs membres de Rando-Vélo ont acquis un tel engin et pour mieux éclairer la lanterne de chacun, il serait intéressant d'échanger nos expériences en organisant au début de la bonne saison une rencontre où nous pourrions essayer les différents modèles et partager nos avis.

Joseph Lecloux

\*E-bike, le guide du vélo électrique, chaussée romaine 77 à 5030 Gembloux 081/62 57 57



# VELO PÊLE-MÊLE.

## France

### **En roue libre de l'Atlantique à la Mer Noire un beau livre de M. Bonduelle pour les fêtes**

Michel Bonduelle, auteur de nombreux ouvrages sur les Voies Vertes (La Bourgogne à vélo, La Bretagne par les voies vertes, L'Aquitaine par les voies vertes, L'intégrale de la Loire à vélo de Nevers à la mer et La France par les voies vertes), publie en Novembre 2010, un « Beau livre » aux Editions Ouest France, consacré à l'Eurovélo 6, ou Eurovéloroute des Fleuves. Ce livre grand format illustre, avec de magnifiques photos, un texte clair et documenté, et quelques cartes, l'itinéraire de 3000km qui relie Nantes à Budapest en traversant la France, la Suisse, l'Allemagne, la Slovaquie, la Hongrie, la Croatie, la Serbie, la Bulgarie et la Roumanie. La partie française (Loire à Vélo + Bourgogne+ Franche-Comté+Alsace, représente près de la moitié du livre. Cartonné. Format 26,5X29. 144 pages. 30 euros.

En vente notamment à la FNAC, qui lui a attribué un « coup de cœur ».

Voir ici : <http://livre.fnac.com/a3000129/Michel-Bonduelle-En-roue-libre-de-l-Atlantique-a-la-mer-Noire>

### **Parution du second Atlas des VVV de France édition 2010**

L'association des Départements et Régions Cyclables vient de publier le second Atlas des VVV de France, édition 2010. L'atlas 2010 est le fruit de l'Observatoire national des Véloroutes et Voies Vertes (ON3V), système d'information géographique dédié. Ce SIG est porté et réalisé par le réseau des Départements et régions cyclables et financé par le MEEDDM . Ce document synthétise par région les données disponibles sur les itinéraires retenus au schéma national des VVV. Il présente également l'état d'avancement de 11 grands itinéraires nationaux, dont les 7 eurovéloroutes traversant la France. Ce document a une vocation "technique" pour les collectivités et les services de l'Etat. Pour chaque région et itinéraire nationaux, il présente une carte et des tableaux des kilométrages aménagés, des % de nature de voie (VV, voie partagée, ...) et de type de revêtement. L'AF3V est partenaire de l'ON3V.

Voir : <http://www.departements-cyclables.org>

### **Loire-Atlantique**

#### **Loire à vélo : le Pont de Saint-Nazaire amélioré pour les cyclistes, les navettes bus plus nombreuses, et une navette fluviale prévue**

L'EuroVelo 6 démarre à Saint-Brévin-les-Pins mais, dans la pratique, beaucoup de cyclistes partent de la gare de Saint-Nazaire, de l'autre côté du fleuve, et, jusqu'à présent la traversée du superbe pont sur l'estuaire de la Loire était une vraie galère sur d'étroites bandes cyclables. Depuis le 25 août 2010, et après un an de travaux, les conditions de trafic sur le pont de Saint-Nazaire ont été réaménagées. Dorénavant, sur les 6 km du pont et sur ses voies d'accès, la vitesse des véhicules est réduite à 70 km/h (au lieu de 90) et la largeur des bandes cyclables a été portée de 75 cm (!) à 1,25 m. Cela dit, les vélos ne sont encore autorisés à emprunter le pont qu'en observant "une grande prudence", et ils sont interdits en cas de vent supérieur à 80 km/h.

Le conseil général de Loire Atlantique est conscient du problème et a augmenté la fréquence de la ligne de bus n°17 entre la gare de Saint-Nazaire et Saint-Brévin : un bus toutes les 30 minutes depuis le 1er septembre. On peut accrocher jusqu'à huit vélos à l'arrière des bus. C'est une solution alternative pour les cyclotouristes en famille.

Le conseil général prévoit enfin de mettre en service une navette fluviale réservée aux piétons et cyclistes à l'horizon 2012. Cette navette permettra une jonction tout à fait sécurisée entre l'EuroVelo 6 et le réseau Vélocéan (qui, de Saint-Nazaire, permet de rejoindre notamment La Baule et Guérande).

Voir : <http://www.eurovelo6.org/actualites/le-pont-de-saint-nazaire-securise>

## Informations diverses et liste d'adresses Internet.

Une sortie intéressante qui m'a été renseignée pas plus tard que ce matin : la visite de Paris en vélo électrique, ça se trouve sous la place Vendôme (oui môôôseur), en hiver ils prévoient même des gants et vestes chauffantes pour les frileux. La personne qui m'a renseigné ça était enchantée. ==>  
<http://www.neo-planete.com/2010/09/21/decouvrez-paris-en-velo-electrique-2/>

Pour suivre le voyage de Geoffroy

Voilà déjà de quoi vous faire une idée : <http://eurasia.cyclic.eu/>

Bonjour à tous,

Oups ! Il semble pour le moment y avoir un petit problème avec le fietsnet (22/10/2010 17:31) surement petit travail de maintenance ?

Non, juste ce petit mail pour vous donner l'adresse du nouveau planner vélo du tourisme néerlandais. Wouah ! Fietsnet c'était déjà pas mal, mais ça c'est encore une couche au-dessus.

(fietsnet à l'avantage de ne pas s'arrêter aux frontières)

Sinon ce truc c'est super sublime cela ne se limite pas aux points-nœuds cela intègre les longues distances les points-nœuds les régionaux

Extra

Quand je vois ça cela me fait penser à mes rêves sur le réseau idéal global wallon.:-)))) Ici c'est du réel.

Bravo messieurs les hollandais.

<http://www.nederlandfietsland.nl/fietsrouteplanner/>

Liste des modifications des itinéraires RANDO-VELO disponibles sur le site  
[www.randovelo.org](http://www.randovelo.org)

RV 1 : Carte 1 fiches 1 et 2

RV 2 : Carte 5 fiche 5 – cartes 9, 12 et 13

RV 3 : Rien

RV 4 Est : Rien

RV 4 Ouest : Rien

RV 6 : Cartes 7 et 10

RV 7 : Cartes 4, 6 et 11

RV 8 Est : Cartes 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17 et 18

RV 8 Ouest : Cartes 3, 14, 15, 16 et 19

RV 10 : Cartes 2, 3, 4 et 8 + Carte 1 et 2 fiches 1B, 2A et 2B (Namur)

RV U : Carte 5 (Gentilles)

### AGENDAS DES SORTIES.

Vous pouvez proposer des balades vous-même.  
Envoyez vos suggestions avant le 15 mars 2011 par mail  
[marcvangeneberg@hotmail.com](mailto:marcvangeneberg@hotmail.com)

PETITES ANNONCES.

# Vélo volé à Bruxelles.



## Tourisme / Cadeau : faites-lui un "bon" vélotour

Un "bon" pour suivre un de nos vélotours guidés de Bruxelles 2011, c'est une idée originale, non? Ils sont disponibles à la [Maison des Cyclistes](#) et sur commande par [mail](#) ou au 02 502 73 55.

Une autre idée cadeau ?

Dans le "Brussels by Bongo" (50€/valable pour 2 personnes), vous pouvez, entre autres activités, offrir une visite guidée de Bruxelles à vélo complétée par une pause goûter à l'Amour Fou : très sympa !



**Vous pouvez proposer des annonces vous-même.  
Envoyez vos annonces avant le 15 mars 2011 par mail à  
[marcvangeneberg@hotmail.com](mailto:marcvangeneberg@hotmail.com)**

## COURRIER DES LECTEURS.

Merci, c'est une mine d'excellents articles, amitiés

\*\*\*\*\*

J'espère que ces quelques renseignements pourront vous être utiles. Bonne continuation pour les newsletters suivantes! :-) Cordialement,

\*\*\*\*\*

Merci en tout cas pour cette lettre d'infos ! Bonne journée, et excellent week-end!

\*\*\*\*\*

Merci beaucoup : cela semble très intéressant.

Quel bonheur que nul ne soit parfait... Bon week-end

\*\*\*\*\*

Version longue ou courte, bravo pour ce 7<sup>o</sup> numéro !!! ...

\*\*\*\*\*

Au fil du temps, les RV\_INFOS deviennent d'excellents outils d'information/communication au sein de l'association ... Et tant mieux si leur parution s'annonce plus régulière ...JP

\*\*\*\*\*

J'ai consulté le rv infos...c'est tellement complet que je l'imprimerai pour le lire. Bravo.

\*\*\*\*\*

Beau travail !!!

\*\*\*\*\*

Merci beaucoup pour cette mine d'information.

Très intéressant. Meilleures salutations,

\*\*\*\*\*

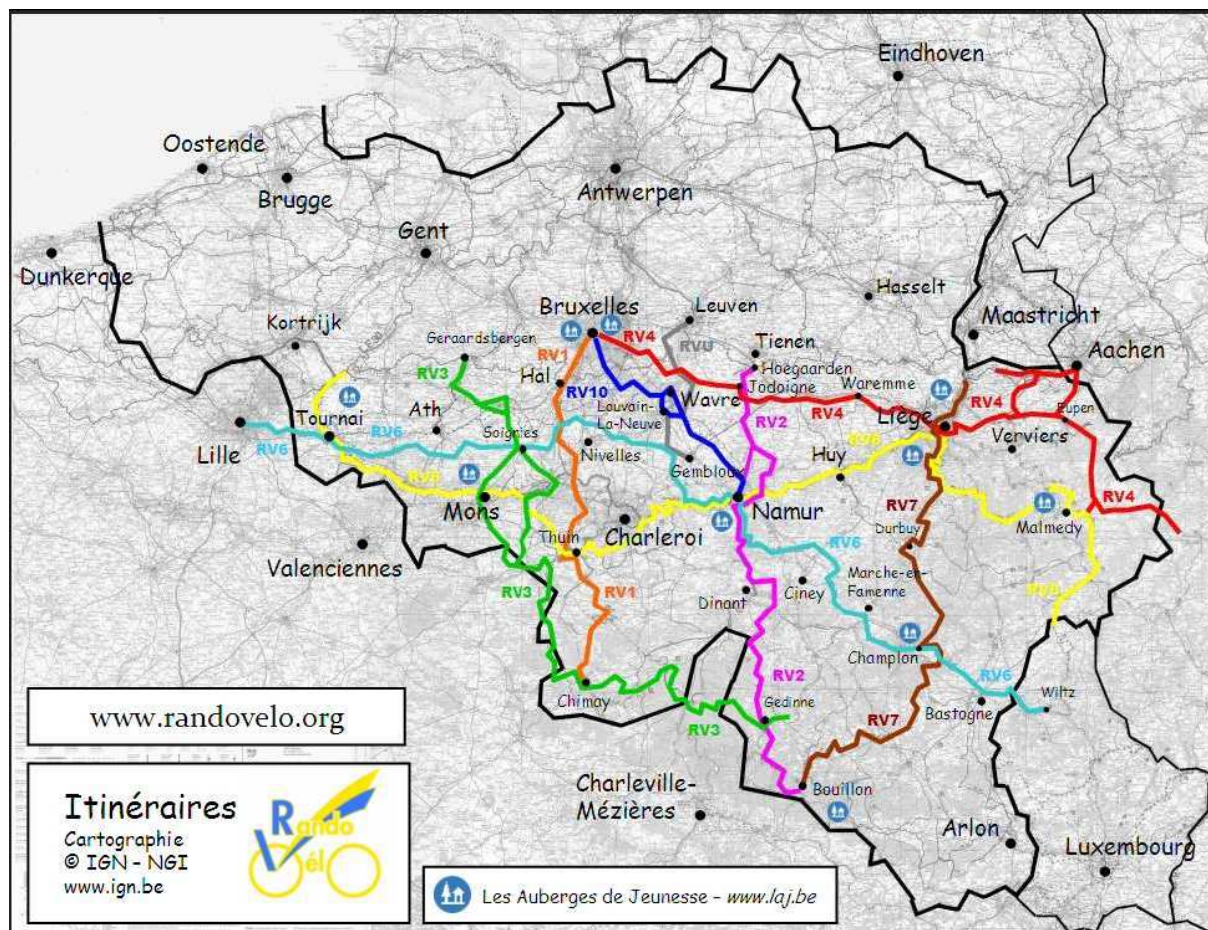
Super! Un énorme merci de m'avoir envoyé tout cela en pièce jointe. Je suis membre du Gracq (peu actif, je l'avoue) et collègue d'Albert Mahieu (merci Albert si c'est toi qui as eu l'idée qu'on m'envoie ce fascicule). Et surtout je fais plus de 5500 km en vélo par an, vélo de course, randos le plus souvent en solitaire à une moyenne assez élevée, allure plutôt sportive donc. Je viens de parcourir votre guide, et je découvre que vous mettez au point des circuits avec points-noeuds en Brabant Wallon. Génial! Je connais sur le bout des pneus toutes les petites routes et les chemins de remembrement sur une zone qui va de Wavre (où j'habite), à Sombreffe, puis jusque Eghezée (et même plus loin) en passant par Perwez, et la zone entre Ramillies, Jodoigne et Beauvechain. Bref tout l'est du BW, et une très grande partie du Centre BW. Je suis prêt à vous aider dans l'élaboration de trajets, de panneaux indicatifs, de cartes géographiques. Les modèles flamands, ainsi que la carte cyclable des Cantons de l'est, sont à suivre. Mais ce n'est pas encore parfait. Dites-moi comment faire, et je verrai si je suis apte à vous aider. J'ai une très bonne connaissance du terrain, je suis un passionné de cartes géo, je ne prends que les chemins à revêtement correct puisque vélo de course. Bien à vous. Et merci d'avance.

\*\*\*\*\*











UN TRES GRAND BRAVO pour ton boulot dans ce RV INFOS N°7 ! Amicalement

\*\*\*\*\*

Vous pouvez proposer du courrier vous-même.  
Envoyez vos suggestions avant le 15 mars 2011 par mail  
[marcvangeneberg@hotmail.com](mailto:marcvangeneberg@hotmail.com)



## ITINERAIRES RANDO-VELO : 2018 kms balisés

	RV 1 : <b><u>Au fil de l'eau</u></b> <i>Bruxelles – Chimay : 129 kms</i>
	RV 2 : <b><u>La Namuroise</u></b> <i>Hoegaarden – Bouillon : 196 kms</i>
	RV 3 : <b><u>La Hennuyère-Fagne-Famenne</u></b> <i>Overboelaere - Gedinne : 286 kms</i>
	RV 4 Ouest : <b><u>Mannekenpis – Tchanchès</u></b> <i>Bruxelles – Liège : 114 kms (balisage : 2010)</i>
	RV 4 Est : <b><u>Herve – Fagnes</u></b> <i>Liège vers l'Allemagne : 182 kms</i>
	RV 6 : <b><u>Picardie – Ardennes</u></b> <i>Tournai – Namur – Wiltz (GDL) : 330 kms</i>
	RV 7 : <b><u>L'Ardennaise</u></b> <i>Bouillon – Maastricht (Pays-Bas) : 211 kms</i>
	RV 8 Ouest : <b><u>La Transwallonne (1)</u></b> <i>Mont de l'Enclus – Namur : 205 kms</i>
	RV 8 Est : <b><u>La Transwallonne (2)</u></b> <i>Namur – Troisvierges (GDL) : 222 kms</i>
	RV 10 : <b><u>Les Capitales</u></b> <i>Bruxelles Namur : 82 kms</i>
	RV U : <b><u>L'Universitaire</u></b> <i>Leuven-LLN-Gembloux : 61 kms</i>

## **Dans votre prochain RV-INFOS** **du mois de Mars 2011.**

### **Dossier du mois : l'éclairage du vélo.**

Ainsi que bien d'autres articles choisis parmi les suivants :

#### **A VOTRE SANTE (LE POINT DE VUE MEDICAL).**

Ici se retrouveront des articles comme :

Le poids de forme  
La cadence de pédalage  
Les douleurs à vélo (réglages de la bicyclette)  
Le cycliste et ses yeux  
Le cyclisme et les enfants  
25 raisons de faire du cyclisme  
Le cyclisme dans le froid  
Le cyclisme dans le chaud  
Haro sur la graisse corporelle  
...

#### **LA SECURITE.**

Ici se retrouveront des articles comme :

La piste cyclable  
Le casque du cycliste  
Rendez-vous visible  
Rouler la nuit  
...

#### **LES ECRITS POETIQUES.**

Ici se retrouveront des articles poétiques comme :

I have a dream  
L'éloge de la main  
...



## **LA TECHNIQUE.**

Ici se retrouveront des articles comme :

Les portes-vélos  
Les vélos électriques  
Le colson  
Sacoches ou remorque  
VTT ou VTC  
Tandem ou vélo-couché  
La selle  
Les roues  
Le cadre  
Le guidon droit ou non  
Les chaussures  
L'entretien du vélo  
...

## **LES CIRCUITS ET RANDONNEES.**

Ici se trouvera la description de circuits touristiques.

## **CONCOURS ET PHOTOS INSOLITES.**

Un jeu de questions-réponses s'installera ici.

Vous pouvez proposer des articles vous-même.  
Envoyez vos propos avant le 15 mars 2011 par mail à  
[marcvangeneberg@hotmail.com](mailto:marcvangeneberg@hotmail.com)