

les Rouleurs de Mécaniques

Monts et Tour des Flandres
du mercredi 27 mars au lundi 1er avril 2024





Tous les cyclistes savent intuitivement ce que signifie « Flandriennes ». Ce nom exprime en eux la vision des courses dures où le vent, les pavés, le froid, la pluie, assomment au fil des heures les coureurs les plus athlétiques.

Grimper, descendre, sprinter, tourner, se replacer, rouler face au vent, vent de dos ou de côté, dans les bordures, sur les pavés, dans le froid ou la pluie, ...
Les Monts des Flandres c'est ça. L'expérience d'un cyclisme total.

Mais considérer la Flandre à une seule entité serait réducteur. D'ailleurs ne dit-on pas souvent « les Flandres » ?

Je vous propose la Flandre occidentale qui égraine son chapelet de Monts. Du Mont Cassel, juge de paix des 4 jours de Dunkerque et du Championnat de France 2023, au fameux Kemmelberg du Gand Wevelgem, avec ses deux faces pavées à presque 20% de moyenne. Et entre les deux, le Monts des Cats, le Mont Noir, Kokereel, le Vert Mont, Baneberg, Rodeberg, Sherpenberg, Monteberg...
La Flandre occidentale, c'est aussi la campagne d'Ypres, où les cicatrices indélébiles des champs de batailles de la première guerre mondiale ont laissé place aux champs de mémoire.

Plus loin, vers l'est, une autre Flandre, celle des Ardennes Flamandes, nous accueillera pour vivre en direct le Tour des Flandres la veille de la course pro. Le Molenberg, le Paterberg, le Kopenberg, le Vieux Quaremont,... Tous ces noms qui résonnent en nous et évoquent le nom des illustres cyclistes qui s'y sont distingués. Ce Tour des Flandres nous donnera à vivre une expérience inoubliable sur l'un des plus grands événements cyclistes du monde.

Mais les Flandres, c'est avant tout les hommes qui ont façonné la terre, les villes et les routes sur lesquelles le vélo y a écrit ses lettres de noblesse.

Dans ce terreau, une identité a grandi, une force, un caractère, un esprit, un accueil...



Encadrement

Fred Merpoel

Les Monts des Flandres. C'est mon pays, ce sont mes routes, j'en connais les moindres virages, les moindres gravillons.
Les Monts des Flandres, je les comprends, on parle le même langage, on vit le même vélo, celui qui ne s'arrête jamais et qu'il ne faut pas prendre à la légère.
En Flandres, si tu forces tu te crames. Si tu ne forces pas tu recules. Alors comment faire ?
Tout est dans l'abandon, tout est dans l'instinct, dans une certaine volonté de tout donner à chaque coup de pédale mais aussi dans un dosage millimétré de l'énergie qu'il nous reste.

Un conseil, oubliez les notions de pentes, de kilomètres, de dénivelés. Ici ça ne compte pas.
Dites vous qu'à chaque montée succèdera un coup de vent, à chaque coup de vent un faux plat, à chaque faux plat un virage, puis un autre virage et puis un autre encore, une descente trop courte, une route cachée, un pavé cabossé,... et vous verrez qu'au bout du compte, vous ressentirez la satisfaction d'une ivresse passagère. Vous oublierez, vous serez libres.

Olivier Dulaurent

« Force, grandeur et capacité d'analyse »
Il saura mieux que quiconque vous proposer le tempo qui convient. Votre rythme sera le sien. L'analyse est sa force, la connaissance du corps son cheval de bataille. Que boire, que manger, que faire pour mieux faire, pour mieux être... Il aura toujours une attention personnalisée et un conseil pertinent et précis. Toutes vos questions trouveront une réponse... même celles que vous ne vous posez pas.
Olivier n'est pas du Nord ni de Belgique, il est de partout, tant que c'est à vélo et en bonne compagnie.





Monts et Tour des Flandres en 5 jours

Mercredi 27 Mars

-Arrivée au gîte en milieu de journée.

Petit décrassage d'1h30 dans la région d'Ypres.

Entrer tout doucement dans la matière. Sentir le vent, ressentir l'ambiance. Monter à peine, descendre vite, tourner sur des petites routes et rentrer.

Jeudi 28 Mars

-2h30 à 3h pour apenter les routes de Gand Wevelgem. Monts des Cats, Mont Noir, Mont de Kokereel, le Baneberg, Rodeberg, le Sherpenberg, le Monteberg, les Plugstreet et bien sûr le Kemmelberg. Histoire d'avoir un avant goût du lendemain.

Vendredi 29 mars

-3h à 4h vers le Mont Cassel, passer la ligne d'arrivée des 4 jours de Dunkerque, découvrir la Flandre française en passant par l'un des plus beaux villages de France. Prendre les premiers pavés, simples. Monter par la porte d'Aire, bordurer un peu dans le vent d'ouest, rentrer et boire une bière.

Samedi 30 mars

Tour des Flandres (144 ou 177 km, c'est vous qui voyez, en fonction de notre nombre nous pourrons faire 2 groupes)

Les inscriptions sont à faire sur :

<https://werideflanders.com/fr/>

Le matin, départ vers Audenarde en voiture.

Et pourquoi ne pas prolonger le Dimanche 31 mars

Vivre le Tour des Flandres avec les flammands, dans le village de Vieux Quaremont. La plus grande fête du cyclisme du monde.

Lundi 1 avril

Départ.

Une voiture d'assistance sera présente lors de toutes nos sorties.



Le Tour des Flandres

-Côté matériel :

Privilégiez une section de pneu assez large, 26 ou 28 ce sera très bien pour toute la semaine.

Privilégiez également un développement adapté aux pentes raides. Dans la région et notamment sur le Tour des Flandres, certains monts ont des pentes qui avoisinent régulièrement les 20%.

Un développement type «montagne» (34/30 ou 36/32) sera parfait.

-Côté vêtements :

Le temps du début du printemps dans le Nord et en Belgique, c'est tout ou rien! Il peut faire très beau et la température peut avoisiner les 15 à 20° en milieu de journée et il peut neiger (même si c'est rare, c'était le cas en 2022).

Il faut donc être prêt à toutes les éventualités.

Donc, n'oubliez pas:

- les surchaussures - les gants - une veste chaude - une veste moins chaude
- des manchettes et des jambières - un imperméable...





Hébergement

Nous serons logés en gîte 4 étoiles, équipées de tout le confort.

« Gîtes des 5 Monts »,
485 Guesne Straete, 59270 Bailleul

Le gîte peut accueillir 14 personnes pour 10 lits.

Bailleul est situé au arrefour de tous les monts, au coeur du sujet. Voici le lien pour visualiser l'emplacement du gîte « Gîtes des 5 Monts »

<https://maps.app.goo.gl/d6iByS5FNK5phyT9A>

(Le linge de lit est fourni)

(Le linge de toilette est à prévoir)

Restauration

Côté repas, la cuisine sera assurée par Fred et Olivier (ils adorent ça) et tous ceux qui voudront mettre la main à la pâte. L'ambiance sera familiale et conviviale.





Tarifs

530€ par cycliste

Le stage comprend :

- 4 jours de vélo
- 5 nuitées
- Le coaching avec présence d'un coach diplômé d'Etat à vélo
- L'assistance et conseils mécaniques
- La pension complète avec des repas adaptés à la pratique du cyclisme

310€ par accompagnant

Le séjour comprend :

- 5 nuitées
- La pension complète
- Des conseils touristiques



Les Rouleurs de Mécaniques
14 allée des Platanes
59117 Wervicq-Sud, France

Fred Meerpoel
+33 6 70 79 58 34

lesrouleursdemecaniques@gmail.com
www.lesrouleursdemecaniques.fr

