

## Le Team CVC à La Ronde Castraise 2013

[Site de La ronde Castraise](#)

La Castraise : 127 km, 2118 m de dénivelé

scratch	NOM	PRENOM	TEMPS	VITESSE	Pl/cat	CAT
94	PUECH	Gilles	04:01:46	31,52	12	G
159	FAVIER	Eric	04:14:57	29,89	65	F
169	ROLLAND	Jean-Marc	04:15:20	29,84	57	G
184	BRUNET	Jean-Louis	04:19:20	29,38	78	F

La Sidobre : 97 km, 1585 m de dénivelé

scratch	NOM	PRENOM	TEMPS	VITESSE	Pl/cat	CAT
414	ALESINA	Adolphe	04:02:29	24,00	57	H

La Crouzétole : 57 km, 900 m de dénivelé

scratch	NOM	PRENOM	TEMPS	VITESSE	Pl/cat	CAT
41	LANET	Robert	02:14:27	24,00	6	H

La météo annonçait la pluie. Finalement les averses promises ont attendu la fin de la course mais nous avons été cueillis par une température hivernale : 5 degrés en moyenne, 2 degrés mini et 8 maxi. C'est peu dire que les descentes étaient rafraichissantes.

Nous sommes bien placés dans le sas de départ, ce qui nous permet de franchir les premiers kilomètres protégés des soubresauts du peloton. Je réussis même à rouler à l'avant jusqu'à Burlat pour aborder la montée de la Crouzette en bonne position. C'est maintenant qu'il faut rester devant pour basculer dans le bon groupe. Les trois premiers kilomètres de la montée se passent bien, je tiens le tempo rapide avant de sentir que je ne suis pas dans un grand jour. J'ai été dans le rythme en tout et pour tout pendant 25 minutes depuis le départ. Il reste deux kilomètres d'ascension à tenir mais je commence à manquer d'oxygène et les jambes ne répondent pas comme cela serait nécessaire. Je dois laisser filer les premiers et me recalcr pour basculer. Dans la descente, cela semble aller mieux et je me porte en tête pour essayer de boucher le trou. Gilles qui a réussi à passer la première montée juste derrière moi fait la descente et vient me relayer. Il a l'air bien et fait progresser le groupe rapidement. La difficulté suivante, c'est 1,5 km à 8% suivis de 5 km à 2%. J'arrive à passer à peu près bien les 1,5 km mais au-delà, je recommence à m'asphyxier, le palpitant ne veut plus monter dans les tours, les jambes refusent de pousser. Gilles essaie de me soutenir et de m'encourager mais je tiens encore une montée et je dois laisser partir le groupe. La suite sera une course contre nature, avec une seule envie : rallier l'arrivée. J'attendais les descentes avec impatience et j'essayais d'arriver en haut des côtes en comptant les hectomètres. J'ai ainsi vu défiler des pelotons revenus de l'arrière sans pouvoir accrocher leurs roues. Pendant ce temps, Gilles fait une belle course dans son groupe. Il aura toutefois une courte baisse de régime dans la dernière difficulté (la montée vers Fialessuch), ce qui lui fera perdre quelques places. C'est souvent dans cette avant dernière montée que les plus frais arrivent à faire une dernière différence.

Gilles franchit la ligne en à peine plus de quatre heures. Il met dix minutes de moins qu'en 2012 et termine premier du Team CVC. Il tient une belle forme sur son nouveau vélo.

Pendant ce temps, Eric me rejoint juste avant la dernière bosse de 1,5 km à 4%. J'ai bien essayé de rester avec lui mais mes jambes ne répondent pas. Je le laisse filer et ce n'est pas dans la dernière descente que je reviendrai sur lui. A l'arrivée, il m'a pris 25 secondes. Eric fait deuxième du Team. Je suis troisième et Jean-Louis arrive juste quatre minutes après Eric et Jean-Marc. Il progresse à chaque course.

Adolphe et Robert font également un beau parcours. Tous les membres du CVC obtiennent le diplôme d'or.