

Récit de course du 17.07.2022

E-Bike région Fribourg



Un nouveau rendez-vous CAVN parc de Grangeneuve d'une belle équipe top motivée, tous au guidon de leur e-2 roues pour la sortie à vélo annuelle prise de relève par Alain et Francine.

Claude K, Michel G, Francine H, Pascal, Fabie, Daniel, Christiane, Toni, Cello, et nos candidats Simon et Maeva. Soit 13 paires de mollets à l'air qui ne tardent pas à activer les pédales, salués d'abord par une élégante biche qui nous a montré le chemin avant de faire une petite halte devant une procession de vaches traversant la route. Ceci pour annoncer que notre parcours dominical sera à la fois urbain et champêtre ! C'est en tenant un bon rythme, au bruit des changements de vitesses, des sonnettes, klaxons et bonjours aux marcheurs que toutes ces couleurs de maillots traversent les prés en direction de Nonan pour se diriger vers Villars-sur-Glâne, Villars-Vert, Guintzet, avec, pour les téméraires, la descente des escaliers vers Gambach pour traverser l'enceinte l'Uni avant de prendre le sentier du Nord qui nous amène vers St-Léonard. Etonnante traversée de ville

pour retourner dans les espaces verts direction pont de Grandfey (à la grande tristesse de Michel à qui le bistro a refusé de nous servir un petit café coup de pouce...) alors on poursuit vers Tavel. Pause pipi, banane, susucre et barres énergétiques près des antennes où Alain en profite pour exhiber « son rouleau de printemps » devant une promeneuse qui lui confirme en avoir déjà vus beaucoup d'autres ! Nous choisissons cet endroit avec un magnifique point de vue pour l'indispensable photo de groupe.



C'est reparti, vers Bourguillon puis Marly pour rejoindre Nénette, Marie-Hélène et Brigitte qui nous attendent impatiemment pour le repas au restaurant Buffet d'Asie. Les mégas panachées et sportifs XXL descendent les gosiers avec un



« haaaaaaaaaaaaa » de bonheur désaltérant par cette grande chaleur de midi. Simon ne tient plus en place et se précipite à l'intérieur où le buffet à gogo nous ravit. Sushis, rouleaux de printemps (autres que celui d'Alain), beignets, raviolis, samoussas, canard laqué, bœuf, potages, nouilles et riz cantonnais rassasient les clubistes dans une ambiance de club med ! Quel plaisir pour tous de se retrouver attablés sous les parasols pour un moment de partage de belles et bonnes choses de la vie. Michel savoure enfin son café (avec des biscuits qu'il n'aime bien entendu pas...) Addition, on remplit nos gourdes, un mimi au à ceux qui rentrent





directement (là je ne connais pas le récit de leur retour !) Michel, Claude, Francine et Daniel suivent à nouveau les chefs de course pour le retour à Posieux avec, comme dernière animation, un passage dans les copeaux qui a provoqué une crevaison de pneu pour montrer la technique d'un changement de chambre à air express, Incroyable démonstration de savoir-faire d'Alain qui nous a épaté !



37 kms, 610 m dénivelé pour cette rencontre de l'été à bord de nos supers engins à batterie. Bienvenue à Maeva et Simon qui ont brillamment réalisé leur mission d'entrée au CAVN.

Au programme de ce dimanche, une traversée au cœur de notre région avec des panoramas et des chemins encore inconnus, de nombreux sentiers amusants, ludiques, techniques, de la campagne en traversée de la ville pour rejoindre la Sarine, un pont, des forêts puis des courses d'immeubles. Une météo au top, un groupe âgé de 25 à 82 ans, unis par ce besoin de vivre et de profiter de ce que l'on a à portée de main. Aujourd'hui nous avons simplement participé à notre présent, il a été plus-que-parfait !

Merci à vous tous, amis clubistes, pour ce partage.

Vos chefs de course,



Francine et Alain 🌞

