

## TAT sur l'anneau de Longchamp : merci à la FFC

*Elles ont l'habitude de se retrouver dans les rallyes, mais cette fois elles ont profité de l'opportunité qu'offrait la FFC aux femmes pour aller s'essayer sur le légendaire anneau de Longchamp.*

*C'était samedi 19 septembre, un an avant « Toutes à Toulouse » ; quelle belle préparation.*



Les femmes sont à l'honneur ce samedi 19 septembre sur l'anneau cyclable de Longchamp. 3 créneaux horaires sont proposés par la FFC pour faire découvrir aux femmes le plaisir de tourner en peloton sur une boucle d'un peu moins de 4km.

Toujours partantes les TATs, surtout quand elles n'ont pas pu rouler ensemble depuis si longtemps.

Claudie de Plaisir et Cathy de Rambouillet s'élancent les premières sur le créneau de 15h. Les filles de Maisons Laffitte (Claire, Sandrine et Anne) retrouvent Christiane, Séverine de Croissy, et Céline de Bailly pour le créneau de 16h. Elles croisent les 2 premières qui reviennent tout sourire de leur séance. Claudie a profité de la présence d'Alain, mari de Christiane, pour un réglage de cassette. Nous aurons vraiment besoin de l'aide masculine pour la logistique et la mécanique sur le TAT.

Quelques minutes suffisent à Alain pour prendre le groupe en photo avant la session de 16h. Le tirage au sort est favorable à Céline : la chanceuse gagne le droit de rouler sur les Champs-Élysées le lendemain, avant l'arrivée des coureurs du Tour de France.

Chacune choisit son groupe suivant son niveau, confirmé, moyen ou débutant, et revêt le maillot « 100% féminine » qu'elle gardera en souvenir. Chaque groupe est composé d'une bonne dizaine de cyclistes, encadrées par deux jeunes ambassadrices FFC. Chez les confirmées du créneau de 16h, le premier tour se fait à allure tranquille. Puis quelques hommes, qui se sont immiscés dans le groupe, font éclater le peloton. Christiane, de sa poigne de fer, les remet en place. Le peloton se reforme et termine à une allure que toutes peuvent suivre.

Une fois la séance terminée, certaines regrettent de ne pas avoir fait d'exercices de relais. On n'est jamais mieux servi que par soi-même : un peloton composé uniquement des TATs repart pour un exercice d'entraînement de relais courts sur 2 tours. C'est déjà presque au point pour Toulouse 2021!

**Info de dernière minute** : Marie-Françoise POTEREAU (<http://excellenceensemble.com/qui-sommes-nous/portrait-mfp/>) ex-sportive de haut niveau en cyclisme, aujourd'hui Vice-Présidente de la FFC et Présidente de Femix'Sports a accueilli nos sportives et dialogué avec Christiane Thibault, participante

à TAT et ancienne sportive de haut niveau qui a roulé avec Jeannie Longo et Isabelle Gautheron entre autres.

Christiane a dialogué avec Marie-Françoise sur notre projet TAT... à suivre peut-être une concentration des TAT au vélodrome.

## L'anneau de Longchamp



Piste réservée aux cyclistes autour de l'hippodrome de Longchamp, entre le Bois de Boulogne et la Seine, l'anneau de Longchamp est l'endroit idéal pour les Parisiens et Hauts-séquanais (des Hauts de Seine) qui souhaitent faire quelques tours de roues.

Mais au-delà d'un simple lieu d'entraînement, « Longchamp », « LonLon » ou « L'anneau », comme le nomment certains, est aussi une institution du cyclisme du sud-ouest francilien. Il n'y a qu'à aller y faire un tour un samedi ou un dimanche pour s'en rendre compte.

Oui ! Parce que Longchamp les samedis et dimanches matin, c'est tout un rituel, presque une pièce de théâtre, avec sur l'affiche :

- **Le groupe qui roule fort** : le Canyon blanc, le Kuota noir, le Look rouge, le Mathot Rose... toujours les mêmes à vous mettre à l'agonie dans le faux plat.
- **Les groupes qui roulent au train** : maillot bleu et jaune, bleu et blanc, orange... A croire qu'ils sont là pour une balade de santé et pour papoter entres copains.
- **Le club du 3<sup>ème</sup> âge** : en général sur un vieux cadre acier ou une randonneuse et roulant tout seul dans le vent avec le nez qui coule. Respect de continuer à tourner ici malgré les années.
- **Les touristes** : en général, le n° de dossard du triathlon de Paris est resté accroché au vélo. Selle trop basse, zigzaguant sur le circuit, il vaut mieux s'en méfier et prendre large lorsqu'on les double.
- **Les pignons fixes** : décidément, mêmes les hipsters viennent à Longchamp. Sans frein, sans casque, avec la moustache et la chemise à carreaux, j'oserais pas !
- **Les retraités de Longchamp** : debout à côté de la fontaine, ils passent leur matinée à regarder les autres tourner, commentent et divulguent leurs conseils.

**Source : Le triple effort**