

<https://staarp.org/spip.php?article136>

La Staarp dans le Vaucluse

- Notre Club - Nos Activités - Nos Séjours - 2020 - 2024 -

Publication date: jeudi 30 janvier 2020

Copyright © STAARP Tandem - Tous droits réservés

[La Staarp au sommet du Ventoux Â©staarp][Gordes au fond avec maillot Staarp][La Staarp et nos amis Belge au sommet du Ventoux Â©staarp] .cycle-paused:after { display:none; } .texte_infobulle { text-align:left; }

Dimanche 6 juin : rassemblement de l'équipe dans une magnifique maison avec jardin et piscine sur les hauteurs **d'Apt** :

Audrey et Olivier, Cécile, Christian, Rodolphe, Yahia, Nabil, Alain et l'équipage belge de Bernadette et Robert qui a terminé le "*Septuaraid*" (*raid des septuagénaires*) Namur - Gordes deux jours avant.

Lundi 7 : mise en jambes. **Les Vauclusiens du Cyclo Tandem Vaucluse, avec le président Jean-Paul Imbert** à leur tête, viennent nous chercher pour un parcours de 8 tandems dans la plaine avec quelques petites montées jusqu'à **Fontaine-de-Vaucluse**. Déjeuner en terrasse d'un restaurant au bord de la **Sorgue**, avant de monter à la "source" du cours d'eau. Retour à Apt par des portions de vélo-route. Passage au joli pont Julien, pont romain du début de notre ère. Baignade à la piscine de la maison avant dîner en terrasse. 70km - 380m de dénivelé positif.

Mardi 8 : entraînement intensif. Parcours vallonné vers les villages perchés de **Lacoste** et **Bonnieux** puis sur les contreforts du **Luberon**. Picnic. Descente dans la vallée puis montée à **Caseneuve**. Retour à **Apt**. 66 km - 850m.

Mercredi 9 : le grand jour. Transfert jusqu'à **Sault** pour le départ de la **montée du Ventoux : 26 km** avec environ 1200 m de dénivelé positif. Chaque tandem monte à son rythme ; pause au Chalet Reynard avant d'attaquer les 6 derniers kilomètres, les plus difficiles. Le Mont chauve est couvert, mais se découvre partiellement à notre arrivée. On a réussi ! Il ne fait pas très chaud à 1910m d'altitude ! Descente jusqu'à Sault sur un bitume impeccable. Déjeuner tardif au bar-tabac des Sports qui voit débarquer 18 clients sur sa terrasse. Pendant le repas, énorme orage, avec même de la grêle ! Retour du peloton partiel jusqu'à Apt par une jolie route, au milieu des chênes (le reste de l'équipe en voiture). En fin de dîner, surprise pour Cécile et Alain dont les anniversaires sont programmés pour des jours proches. La programmation musicale est marquée notamment par "les démons de minuit" et "la chenille" ... 88 km - 1400m.

Jeudi 10 : décrassage intense. En route vers **Roussillon** et ses roches de couleur ocre, puis les superbes sites de **Gordes** et l'abbaye de Sénanque, avant d'attaquer une montée sévère avant le picnic. Descente dans de jolies gorges, montée par d'autres gorges aussi jolies jusqu'à Murs, puis descente à **Gordes** pour dégustation de vin dans la cave du neveu de Jean-Paul Imbert.

Retour à Apt pour une soirée pizzas à la maison avec quelques membres du Cyclo Tandem Vaucluse, dont Jean-Paul et Jean-Claude, pilote de la voiture d'assistance qui nous suit sur tous les parcours ! Soirée ponctuée de chansons de Jean-Paul et Olivier. Belle ambiance entre Vauclusiens, Belges et Parisiens. 77 km, 1110m.

Vendredi 11 : dernière journée pas tout-à-fait en roue libre. Forte chaleur. Direction le Colorado de **Rustrel**. La visite serait trop longue, alors on ne fait qu'une pause boisson avant une longue montée vers le joli village de Viens pour le picnic. Retour à **Apt** avant un orage. Un dernier pot est offert à nos gentils organisateurs locaux pour les remercier. 60 km, 780m.

- .mejs-audio-wrapper-skin-mejs { } .mejs-audio-wrapper-skin-mejs > audio{ height:40px !important; display: block; width: 100% !important; background: #666; }
une chanson pour la Staarp par Jean-Paul Umbert président de AVH Vaucluse
avh vaucluse

**Total : 361 km, 4520m de dénivelé positif en 5 jours.
On ne s'attendait pas à de tels performances avant
notre séjour !**

article de Alain Okerman

La Staarp a participé à ce séjour dans le Vaucluse du 7 au 11 juin 2021.