

LES MASTERS ET LA CIPALE :

UNE LONGUE HISTOIRE D'AMOUR

LORSQU'ILS ÉVOLUENT SUR L'ANNEAU MAGIQUE, LEURS JAMBES DONNENT CE QU'ELLES PEUVENT. LE SOUFFLE EST SOUVENT COURT ET LE CŒUR BAT AU MAXIMUM DE CE QU'AUTORISE LA FACULTÉ. À CHAQUE SPRINT, DES ACCLAMATIONS IMAGINAIRES RÉSONNENT SOUS LEURS CASQUES DE GAMINS HEUREUX.

Texte et photos : Jean-Michel Richefort



À l'orée du bois de Vincennes, en bordure de l'avenue de Gravelle, le lieu est resté bucolique avec ses tribunes 1900, style Eiffel. Construit en 1896, le vélodrome municipal de Paris est plus connu sous le nom de Cipale. Ici, s'est construit un pan de la grande histoire du vélo. À l'entrée, un bas relief en bronze est consacré aux trois frères Pélissier. Les plus grands champions du XX^e siècle ont « tourné » ici.

UN MONUMENT HISTORIQUE

Aujourd'hui, la Cipale se languit du Tour et des Grands Prix de Paris d'antan. L'endroit a été baptisé Jacques Anquetil à la mort du quintuple vainqueur du Tour, en 1987. Mais plus que « maître Jacques », c'est le champion belge Eddy Merckx qui a marqué les lieux de son empreinte, concluant sur la piste de béton ses cinq Tours victorieux (1969, 1970, 1971, 1972 et 1974). Récemment, non sans émotion, le roi

Eddy évoquait son premier succès en ces termes : « Cette victoire de 1969 reste mon meilleur souvenir. C'était un rêve de gosse. Petit, je jouais à Gaul, à Bobet. Quand je me suis retrouvé à la Cipale devant 30 000 personnes qui scandaient mon nom, j'ai eu la chair de poule et les larmes aux yeux. » C'est la démolition de l'ancien Parc des Princes qui permit à la Cipale d'organiser l'arrivée du Tour, de 1968 à 1974. L'aventure aurait pu se poursuivre si l'idée géniale d'une arrivée sur

TÉMOIGNAGES

Christian Bobet, vice-président du VCVP

UN NOM PRÉDESTINÉ

« Presque tous les samedis, de mars à octobre, le réveil sonne à 6 h.

Pourtant je ne travaille pas le week-end mais je me lève, d'un bond, déjà au taquet, heureux qu'il soit l'heure. Étonnant, non ? J'ai passé une partie de la nuit à gamberger, à échafauder des stratégies, à espérer avoir des jambes de feu... J'ai rêvé vélo, piste, déboulés fantastiques, victoires, bouquets, comme quand j'étais gamin. Exactement pareil. Je crois bien que c'est ça qui nous unit tous, au VCVP, nous qui participons aux réunions sur piste organisées à la Cipale par le VCVP toute la saison. Nous qui partageons cette passion commune pour la piste, nous vivons nos rêves de gosses.

Nos pères, nos oncles ou nos grands-pères nous ont emmenés voir les pistards, ces funambules de la petite reine, accomplir leurs exploits hallucinants. On a tous rêvé de plonger à notre tour, du haut du virage, en pignon fixe avec 47x14 en tournant les jambes à la vitesse de la lumière. Aujourd'hui, c'est ce qu'on essaie de faire ! »



Gérard Guillory, pratiquant assidu et passionné

DE L'IMPORTANCE DE L'ÉCHAUFFEMENT

« Du point de vue de la santé, le cyclisme sur piste obéit à certaines règles. La première se situe au niveau de l'échauffement, dont le rôle est primordial. Prenez soin de bien vous échauffer dès les premiers tours de roues. Il est nécessaire de préparer les muscles. L'échauffement doit commencer lentement, en souplesse.

Il s'oriente vers la recherche de la vitesse de jambes, grâce à l'utilisation du pignon fixe. Toute activité sportive sollicite l'organisme de manière plus ou moins importante, le faisant passer du stade de repos à celui de l'effort. L'augmentation du rythme cardiaque et respiratoire ne doit pas s'effectuer brusquement. C'est la raison pour laquelle l'organisme doit être préparé à fournir les efforts.

Puis avant et après chaque épreuve, il est conseillé de poursuivre sur home-trainer, ce que font la plupart des masters. De plus, quelques mouvements d'étirements avant chaque compétition aident à préparer la musculature à l'effort. »



les Champs-Élysées n'avait pas germé à partir de 1975.

Dès lors, la Cipale a continué d'accueillir de nombreuses épreuves mais reste absente sur le plan international. « Elle n'est plus aux normes », justifie Joël Boissin, le responsable du lieu. Mais l'an prochain, le mythique anneau de ciment parisien va subir un rajeunissement tant indispensable qu'inespéré selon Joël Boissin : « Cette seconde jeunesse, on la doit à la volonté de Jean Vuillemoz, maire adjoint chargé des sports à la Mairie de Paris et fervent amoureux du vélo. Puisse cette résurrection redonner une seconde vie à ce monument historique. »

LE TERRAIN DE JEU DES VÉTÉRANS PARISIENS

Aujourd'hui, la Cipale continue de vivre, au-delà de la nostalgie. Même si l'équipe de France sur piste dirigée par Florian Rousseau vient s'y entraîner à partir du printemps, c'est surtout le Vélo Club des Vétérans Parisiens (VCVP) et le Paris Cycliste Olympique (PCO) qui font perdurer la tradition. Le PCO y anime son école de cyclisme et le VCVP en a fait son terrain de jeu favori. Une aubaine pour les masters qui s'affrontent ici dans des joutes acharnées, chaque samedi matin, du mois d'avril à mi-octobre, sans compter quelques nocturnes estivales. Raymond Pellé, le sympathique président du VCVP, s'empresse de préciser : « Chaque réunion est agrémentée de différentes épreuves. Individuelle, vitesse, scratch, poursuite,

En 1^{re} catégorie, l'individuelle est toujours très disputée.



Ils sont présents, chaque samedi matin, heureux de se tirer la bourre.



DOCTEUR GÉRARD PORTE :

« Il ne faut jamais s'arrêter brutalement après un effort violent »

« Après un effort final intense, certains coureurs sont victimes d'un malaise entraînant parfois une chute ou une perte de connaissance. C'est le malaise lipothymique ou malaise vagal. Pendant l'effort, il existe une importante demande sanguine dans les membres inférieurs chez le cycliste, alors que la fréquence cardiaque et la tension artérielle augmentent. Lors de l'arrêt de l'effort, la demande sanguine est réduite, et les phénomènes de régulation interne font chuter la tension artérielle et baisser la fréquence cardiaque. La tension tombe parfois si bas que, pendant quelques secondes, le cerveau est insuffisamment irrigué, d'où l'apparition d'un malaise (vertige, étourdissement, chute) suivi ou non d'une perte de connaissance. C'est la raison pour laquelle il ne faut jamais s'arrêter brutalement après un effort violent mais continuer à pédaler pendant deux à trois minutes pour laisser le pouls et la tension redescendre progressivement. »

(Extrait du guide du cyclisme, Albin Michel)

élimination, américaine... Du Keirin aussi! Quatre catégories de valeur permettent à chacun de s'exprimer, en fonction de ses aptitudes physiques ou de son âge mais dans le plus grand respect du cyclisme sur piste, des règlements et toujours sous le signe du fair-play. »

Lorsque Raymond Pellé devient président, en novembre 2003, le club compte 49 membres et 52 honoraires qui participent aux réunions sur piste, ces dernières étant devenues la principale activité du VCV. Actuellement, le club compte 62 membres auxquels s'ajoutent 62 honoraires, soit 124 coureurs dont la majorité participe assidument aux 30 réunions annuelles organisées à la Cipale. Parmi eux, certains ont récemment décroché des lauriers européens et mondiaux en masters tels Michel Briat, Marcel Le Quéré, Adérito Da Cruz, René Grignon, Patrick Samson, Yann Dujarrier, Éric Morel, Jean-Paul Benvenuto, sans oublier le président Pellé, sacré champion du monde de poursuite, en 2011, à Manchester, pour la seconde année consécutive. Et Raymond Pellé d'affirmer :

« Le nombre des plus âgés prouve que le sport, et le cyclisme en particulier, participe à la bonne santé des personnes qui le pratiquent. Si le cyclisme masters était un

Toutes les disciplines sont représentées au VCV. Ici, l'américaine.



HISTORIQUE DU VC DES VÉTÉRANS PARISIENS

Les origines du club remontent à 1919, date à laquelle a été créé le Club des Ancêtres dont le président de 1932 à 1936 fut le légendaire Eugène Christophe, qui devint célèbre en réparant sa fourche dans une étape du Tour de France, à Sainte-Marie-de-Campan. En 1957, le Club des Ancêtres fusionne avec le Club des Vétérans et devient le Club des Vétérans et Ancêtres. C'est en 1977 qu'il prendra son appellation actuelle : Vélo Club des Vétérans Parisiens. De nombreux coureurs professionnels furent adhérents de ce club, tels Raymond Horner, Roger Riolland, Augustin Corteggiani, Pierre Jodet ou Robert Piel. Le VCVS compte également un adhérent de marque en la personne de Jean-Claude Lecante, médaillé d'argent en poursuite par équipes aux Jeux olympiques de Melbourne en 1956. Jean-Claude Drouet, lui, est champion de France handisport sur route. Des personnalités viennent parfois participer aux épreuves, comme Lucky Blondo, chanteur des années 60, Pierre Douglas, célèbre chansonnier, ou Xavier Louy, ancien directeur du Tour de France. Le livre d'or du club est édifiant.



Michel Briat, champion du monde masters, accroche le dossard à son équipier Adérito Da Cruz.



Gérard Guillory, la passion de la piste chevillée au corps.



peu plus connu, beaucoup d'autres sportifs, sans aucun doute, rejoindraient le Vélo Club des Vétérans Parisiens, pour leur plaisir et leur santé. »

SILENCE, ON TOURNE !

Ils sont là, chaque samedi de mars à octobre, heureux de se retrouver pour se tirer la bourre, s'encourager et se faire mal aux guiboles. À bien les observer sur leurs vélos à pignon fixe, ils sont heureux de se surpasser. Pour Pierre Douglas, célèbre comédien et fervent pratiquant de l'anneau parisien, « c'est le reflet d'une jeunesse éternelle où le corps se surpasse. Ici nous donnons toujours le meilleur de nous-même, dans la bonne humeur ». Vous avez dit masters ? Oui, ils ont entre 35 et 80 ans, mais sont restés des enfants dans leurs têtes ! Certains d'entre-eux sont même champions de

France, d'Europe ou du monde. Ceux-là ont atteint voire dépassé leurs rêves mais ils ne manquent pas une occasion de les faire partager aux autres... Sur la piste ou dans les tribunes, la motivation est restée intacte. Chapeau bas messieurs ! Ce sont des pistards, des « écureuils ». Ils en sont fiers, le revendiquent et ne céderaient leur place pour rien au monde. ■



Briefing avant d'en découdre.