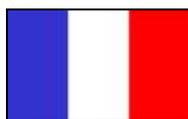


Paris-Venise-Ljubljana-Zagreb en vélo
Journal de voyage du 09 juin au 24 juin 2014



Michel BONNARD (à mon arrivée à Zagreb devant le Théâtre National)
michel.bonnard12@wanadoo.fr

SOMMAIRE

I – Les traits d’union européens.

II – C’est parti.

III – Descriptif de mes vélos.

IV – Les 14 étapes.

- 1) Plaisir - Etampes - Malesherbes - Villeneuve-sur-Yonne.
- 2) Villeneuve-sur-Yonne - Chaource - St-Seine-l'Abbaye.
- 3) St Seine l'Abbaye - Nuits-Saint-Georges - Louhans.
- 4) Louhans - Pont-de-Vaux - Montmerle-sur-Saône - Arnas.
- 5) Arnas - Pont-d'Ain - Cols de la Berche et de la Lebe - Aix-les-Bains.
- 6) Aix-les-Bains - Aiguebelle - St Jean de Maurienne - Modane.
- 7) Modane - Lanslebourg - Col du Mont-Cenis - Italie - Suza - None.
- 8) None - Alba - Nizza - Monferrato - Cantalupo - Tortona.
- 9) Tortona - Godiasco - Nibiano - Cortemaggiore - Busseto.
- 10) Busseto - Brescello - Sermide - Badia Polesine - Masi.
- 11) Masi - Rottanova - Martinelle - Chioggia.
- 12) Chioggia - Mira - Mestre - San Giorgio di Nogaro.
- 13) San Giorgio di Nogaro - Gorizia - Slovénie - Ljubljana.
- 14) Ljubljana - Hrastnik - Croatie - Zagreb - Vélica Gorica

V – C’est fini.

ANNEXES

Annexe 1 : Itinéraire en vélo.

Annexe 2 : Budget du voyage.

I – Les traits d’union européens : Historique – Objectif.

On parle souvent de l'Union Européenne au niveau politique, économique ou social, mais on ignore que l'Union Européenne existe aussi au niveau cyclotouriste : c'est L'Union Européenne de CycloTourisme (UECT). L'UECT organise des randonnées permanentes appelées **TRAITS D'UNION EUROPEENS** (créés par l'ASPTT CNET Issy les Moulineaux en 1983) et propose, dans un sens indifférent, de relier Paris aux autres capitales européennes.

Ces **TRAITS D'UNION EUROPEENS** avec des points de contrôle très espacés et des itinéraires aussi tranquilles que touristiques (qui ont été reconnus à bicyclette lors des inaugurations), ont été particulièrement étudiés. Ils évitent les grandes routes et même les grandes villes, cheminent à travers les petites routes sinueuses de la France profonde et des pays voisins et vous offrent la possibilité de découvrir à vélo les pays de l'Union Européenne.

Ces **TRAITS D'UNION EUROPEENS** s'adressent à tous les fanatiques du vélo, les amateurs de grand air, désireux d'échapper aux contraintes de la vie polluée et qui veulent visiter l'Europe en dehors des autoroutes. Ils ont aussi pour objectif de pratiquer le cyclotourisme, formidable moyen de rencontres et d'échanges avec les peuples, tout en véhiculant l'esprit d'amitié et solidarité entre les peuples. Les 35 **TRAITS D'UNION EUROPEENS** ouverts au départ de Paris depuis 2014 sont :

PARIS LONDRES 337 km
PARIS BRUXELLES 360 km
PARIS LUXEMBOURG 390 km
PARIS BONN 517 km
PARIS BERN 630 km
PARIS AMSTERDAM 635 km
PARIS VADUZ 943 km
PARIS ANDORRE 1 019 km
PARIS EDIMBOURG 1 027 km
PARIS MONACO 1 083 km
PARIS BERLIN 1 194 km
PARIS PRAGUE 1 218 km
PARIS COPENHAGUE 1 464 km
PARIS SAINT MARIN 1 524 km
PARIS VIENNE 1 557 km
PARIS MADRID 1 608 km
PARIS BRATISLAVA 1 630 km

PARIS LJUBLJANA 1 672 km
PARIS BUDAPEST 1 774 km
PARIS ROME 1 799 km
PARIS ZAGREB 1 834 km
PARIS VARSOVIE 1 852 km
PARIS DUBLIN 1 882 km
PARIS BELGRADE 2 209 km
PARIS STOCKHOLM 2 275 km
PARIS VILNIUS 2 374 km
PARIS OSLO 2 556 km
PARIS LISBONNE 2567 km
PARIS SARAJEVO 2 640 km
PARIS SOFIA 2 684 km
PARIS RIGA 2 717 km
PARIS PODGORICA 2 757 km
PARIS TALLINN 3 192 km
PARIS BUCAREST 3 217 km
PARIS ATHENES 3 724 km

En 2014, un nouvel itinéraire de Paris - Rome sera révisé pour sa partie italienne entre Florence et Rome en passant par Pise. L'itinéraire validé en 1987 n'est plus adapté à la sécurité et à la pratique du vélo. Un autre itinéraire franco-italien sera actualisé, celui de Paris - San Marin.



[Pour toutes les infos sur les traits d'union européens, vous pouvez contacter :](#)

Patrice GODART 18, résidence du Moulin – 80470 ST SAUVEUR

Tél : 06.81.11.11.37

E-mail : patrice-godart@orange.fr

Site : www.uect.org page **EVENEMENTS** « Traits Union Européens ».

II – C'est parti.

Lundi 9 juin, 6 h 00 :

Cette année, je m'engage à nouveau sous les couleurs de mon club, l'ACTP (Association Cyclotouriste de Plaisir dans les Yvelines) et nous devons former un binôme ACTP avec un ami cyclotouriste expérimenté, Claude D. Nous étions heureux d'entreprendre ensemble cette nouvelle randonnée, mais malheureusement un problème de santé a touché Claude, la priorité étant maintenant qu'il se rétablisse progressivement. Je pense donc très fort à lui en partant et je lui dédie ce reportage - photos. Toutefois, l'expérience acquise ces dernières années sur diverses randonnées européennes me permet de partir sereinement.

Randonnées réalisées	Année	Distance	Dénivelé
- Tour de Croatie	2006	826 km	8 122 m
- Lyon - Venise	2007	1 267 km	15 269 m
- Paris - Copenhague - Stockholm	2008	2 300 km	11 500 m
- Paris - Rome	2009	1 900 km	15 500 m
- Paris - Madrid	2010	1 723 km	16 414 m
- Paris - Prague	2011	1 320 km	11 121 m
- Paris - Vienne	2012	1 770 km	14 100 m
- Paris - Budapest	2013	1 940 km	16 700 m
- Paris - Venise - Ljubljana - Zagreb	2014	2 135 km	14 120 m

J'avais, quelques semaines auparavant, étudié l'itinéraire de Paris - Venise - Ljubljana - Zagreb que m'avait transmis mon ami **Patrice GODART**, représentant des cyclotouristes français à l'UECT. La plupart des capitales européennes sont accessibles en vélo et tous les trajets reliant Paris à ces capitales sont documentés et homologués par l'ASPTT de Saint-Quentin dans l'Aisne, sous la houlette de **Patrice GODART** son responsable (voir les 2 pages précédentes). Ce parcours se prolonge en Croatie, de Zagreb jusqu'à Dubrovnik, pour atteindre les bouches de Kotor puis Podgorica (capitale du Monténégro).

J'ai prévu de partir de Plaisir où j'habite dans les Yvelines à l'ouest de Paris en passant par Versailles puis en contournant le sud de Paris pour rejoindre l'itinéraire prévu.

J'avais, la semaine précédente, vérifié mécaniquement mon nouveau vélo de randonnée en l'équipant de pneus de 700 en section 25 mm et en contrôlant les roulements, les visseries, les câbles et les éclairages.

Cette préparation est essentielle parce que les routes principales et secondaires sont parfois dangereuses (vitesse excessive des voitures et des camions – réseau routier pas toujours bien entretenu – très peu de 2 roues sur les routes et encore moins de vélos, ce qui nous fait apparaître comme des intrus). Mais je sais que cette année, en parcourant la France, l'Italie, la Slovénie et la Croatie, je n'aurai pas la même quiétude que les précédentes années en matière de pistes cyclables. L'Allemagne et l'Autriche sont des pays cyclables exemplaires qui facilitent la circulation des vélos, en particulier en milieu urbain. La France et l'Italie possèdent un réseau dense de routes secondaires mais en ville, les cyclistes doivent cohabiter avec les voitures et les camions, d'où une vigilance accrue.

Mes bagages se limitent à une sacoche guidon pour les affaires courantes qui repose sur un porte-bagage avant, une sacoche triangle pour le vêtement anti-pluie, une sacoche de selle pour le petit outillage, 2 bidons, l'ensemble pesant de 6 à 7 kg supplémentaires. Comme tout cyclotouriste à "l'ancienne", ma sacoche guidon est équipée d'une pochette transparente pour visionner la carte et l'itinéraire choisi. Ce routage par carte est important parce qu'il permet, en temps réel, de lire les panneaux indicateurs tout en repérant le tracé sur la carte. Je sais qu'aujourd'hui, de nombreux cyclotouristes utilisent des GPS très performants pour se guider, mais cela suppose un travail préparatoire important pour tracer les parcours et les télécharger. De plus, je préfère lire une carte que suivre une "trace" sur GPS.

Je quitte Plaisir à 6 h après un petit déjeuner copieux pris à la maison.



Lundi 9 juin, départ de Plaisir pour de nouvelles aventures, par un temps orageux

III – Descriptif de mes vélos.

Michel BONNARD : Vélo de randonnée.

(Randonneuse CYFAC Evasion, sur mesure).



- Vélo CYFAC cadre acier sur mesure Columbus Life 5/10ème de 2013.
- Fourche CYFAC carbone XC103 – Potence inversée Ritchey 70 mm.
- Jeu de direction intégré CYFAC - Selle Fi'zi:k Aliante.
- Freins FSA - SLK – Leviers de vitesse Campagnolo Centaur.
- Roues Mavic Aksium – Pneus Continental GP 4 season 25.
- Pédaalier Campagnolo Centaur triple plateaux (50 – 39 – 30).
- Dérailleur arrière Campagnolo Centaur.
- Dérailleur avant Campagnolo Centaur.
- Cassette arrière 10 vitesses : 13 – 29 Campagnolo Centaur.
- Pédales Shimano SPD - A520 – Chaussures Sidi et cales Shimano SPD.
- Sacoche guidon Berthoud GB 2586 10 litres - Porte bagage avant Netto.
- Sacoche triangle Vaudé - Sacoche de selle Bianchi.
- Poids du vélo : 10 kg – Poids avec les sacoches et les bidons : 17 kg.

Michel BONNARD : Vélos d'entraînement.

(Montage à la carte par Manuel du magasin Plaisir Cycles – 78).



Bianchi Infinito - Carbone



Bianchi Impulso - Alu

- Vélo cadre carbone Bianchi Infinito 59 cm – Année 2010.
- Fourches carbone et kevlar Bianchi.
- Potence 3T – Guidon 3T Rotundo – Jeu de direction FSA Orbit CE Plus.
- Freins Campagnolo Centaur – Leviers de vitesse Campagnolo Centaur.
- Roues Campagnolo Zonda argent – Pneus Continental 4000 4 saisons 23.
- Pédales Campagnolo Comp TM triple plateaux (50 – 40 – 30).
- Dérailleur arrière Campagnolo Comp TM.
- Dérailleur avant Campagnolo Comp TM.
- Cassette arrière 10 vitesses : 13 – 29 Campagnolo Centaur.
- Selle San Marco céleste – Tige de selle Campagnolo Record.
- Pédales Look Kéo – Chaussures Sidi et cales Look Kéo.
- Poids du vélo : 7,6 kg.

- Vélo cadre alu Bianchi Impulso C2C 59 cm – Année 2012.
- Fourche avant FC09 carbone et alu Bianchi.
- Potence FSA – Guidon Reparto Corse – Jeu de direction FSA.
- Freins Campagnolo Veloce – Leviers de vitesse Campagnolo Veloce.
- Roues Reparto Corse noires – Pneus Continental 4000 4 saisons 25.
- Pédales Campagnolo Comp TM triple plateaux (50 – 40 – 30).
- Dérailleur arrière Campagnolo Veloce argent.
- Dérailleur avant Campagnolo Veloce noir.
- Cassette arrière 10 vitesses : 13 – 29 Campagnolo Centaur.
- Selle San Marco new Ponza blanche – Tige de selle Reparto Corse.
- Pédales Look Kéo – Chaussures Sidi et cales Look Kéo.
- Poids du vélo : 9 kg.

IV – Les 14 étapes.

1) Plaisir - Etampes - Malesherbes - Villeneuve-sur-Yonne.

Lundi 9 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
185 km	1 720 mètres	22,4 km/heure	25°

Je suis prêt pour entamer mon périple. J'ai effectué les mois précédents un bon entraînement physique en alignant les km (environ 7 000 km depuis le 1^{er} janvier) et j'ai durci l'entraînement en programmant des randonnées de 200 km en Ile-de-France, un séjour en étoile avec le club ACTP à Rouffach en Alsace, sur les routes des Vosges et de la Forêt Noire, où nous avons parcouru de nombreux cols et quelques périples dans les cols du Beaujolais.

Je quitte Plaisir dans l'ouest parisien, pour une 1^{ère} étape qui me fera contourner le sud du bassin parisien, afin de rejoindre en fin de journée le département de l'Yonne. Le trafic est calme parce qu'il est 6 heures, que c'est lundi de Pentecôte et que les gens font la grasse matinée. L'étape sera longue avec un relief relativement accidenté puisque je démarre par la vallée de Chevreuse (Dampierre - Senlisse - Bullion - Dourdan). Au bout d'une heure, un orage violent éclate à Dampierre et je préfère me mettre à l'abri, afin de ne pas être trempé. Je redémarre sec au bout de 45 mn en me disant que cela commence bien, mais il s'agit de conserver son calme dans ces moments là. Les routes me sont familières, puisque je les emprunte souvent lors de nos sorties club en semaine. Je retrouve ensuite la plaine entre Etampes et Malesherbes. Je pique-nique le midi avec un sandwich maison, un gâteau de riz et une banane que j'avais emmenés avec moi le matin. Je reprends la route puis je récupère le parcours initial en Seine et Marne dans l'après-midi.



Abbaye royale de
Saint-Séverin à
Château-Landon
dans le Gâtinais.

Château-Landon est
une ville fortifiée
accrochée à des
falaises, on l'appelle
la "Rocamadour du
Gâtinais".

Le temps redevient orageux en milieu d'après-midi, le vent se lève et le tonnerre gronde en permanence. Je vois le ciel s'assombrir et j'aperçois au loin les éclairs qui accompagnent les orages. En arrivant à Courtenay, je suis accueilli par de gros grêlons et j'ai juste le temps de m'abriter sous un porche avant d'être canardé. Un quart d'heure après, le soleil revient et je rejoins Villeneuve-sur-Yonne, en parcourant une région vallonnée. J'en profite pour faire tamponner ma carte de contrôle à Villeneuve-sur-Yonne.



Comme c'est un lundi soir de Pentecôte, la ville n'est pas très animée et j'ai la chance de trouver une pizzeria ouverte pour dîner le soir. Je m'en contenterai et je me rattraperai en Italie pour manger de meilleures pizzas.

2) Villeneuve-sur-Yonne - Chaource - St-Seine-l'Abbaye.

Mardi 10 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
190 km	1 880 mètres	21,8 km/heure	36°

En quittant Villeneuve-sur-Yonne après le petit-déjeuner, j'ai gardé le souvenir d'une étape difficile vers Saint-Seine-l'Abbaye lors d'un précédent Paris - Rome.

Elle le sera par la distance (190 km), le dénivelé induit par un relief en montagnes russes dans l'Yonne puis en Côte d'Or et par une grosse chaleur (36°).



La porte de Joigny
fortifiée du XIIème
siècle à Villeneuve-
sur-Yonne

Je prends la route à 8 h ce qui est tard pour une journée annoncée chaude et longue. Je traverse dans la matinée le Chaourçois, région d'élevage et de céréales qui bénéficie de la renommée du fromage AOC : le Chaource. Les exploitations agricoles ont adhéré à un label, pour garantir la qualité et la traçabilité de leur production laitière et elles affichent ce label devant leur propriété.



Un label de qualité
pour la fabrication
du Chaource

Les fermes sont cossues et l'on constate que l'agriculture spécialisée qui mise sur la qualité des produits élève le niveau économique de la région.

Je déjeune à Chaource avec du jambon de pays, un fromage de Chaource et quelques abricots. En visualisant mon compteur, je me rends compte que je n'ai fait que 80 km ce matin, ce qui signifie qu'il m'en reste 110 à accomplir cette après-midi, sous la chaleur. Je veille à bien m'hydrater, à boire avant d'avoir soif, en alternant avec de l'eau gazeuse pour reconstituer l'apport en sels minéraux.

La campagne est peu peuplée et au delà de l'élevage laitier, on commence à voir des vaches de race charolaise élevées pour leur viande et les surfaces cultivées sont orientées vers le blé, le lin ou la vigne. La fin d'étape passe près de la source de la Seine, à Source-Seine en Côte d'Or sur le plateau de Langres, à 446 m d'altitude. J'arrive vers 18 h à Saint-Seine-l'Abbaye, dans une auberge où je vais prendre le dîner : salade, côte de porc avec tagliatelles, fromage blanc à la crème, salade de fruits.



Clocher de l'abbaye de
Saint-Seine-l'Abbaye

3) St-Seine-l'Abbaye - Nuits-Saint-Georges - Louhans.

Mercredi 11 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
131 km	890 mètres	22,9 km/heure	35°

J'ai prévu une étape plus courte afin de récupérer des efforts des 2 jours précédents. Après un petit déjeuner copieux, je parviens à partir à 7 h 45' de Saint-Seine-l'Abbaye qui se situe à 500 m d'altitude. Pendant 50 km, je reste sur ce plateau en alternant les montées et les descentes jusqu'à Urcy. En arrivant à proximité d'Urcy en Côte d'Or, j'aperçois un panneau signalant une pente à 18% pendant 2,5 km.



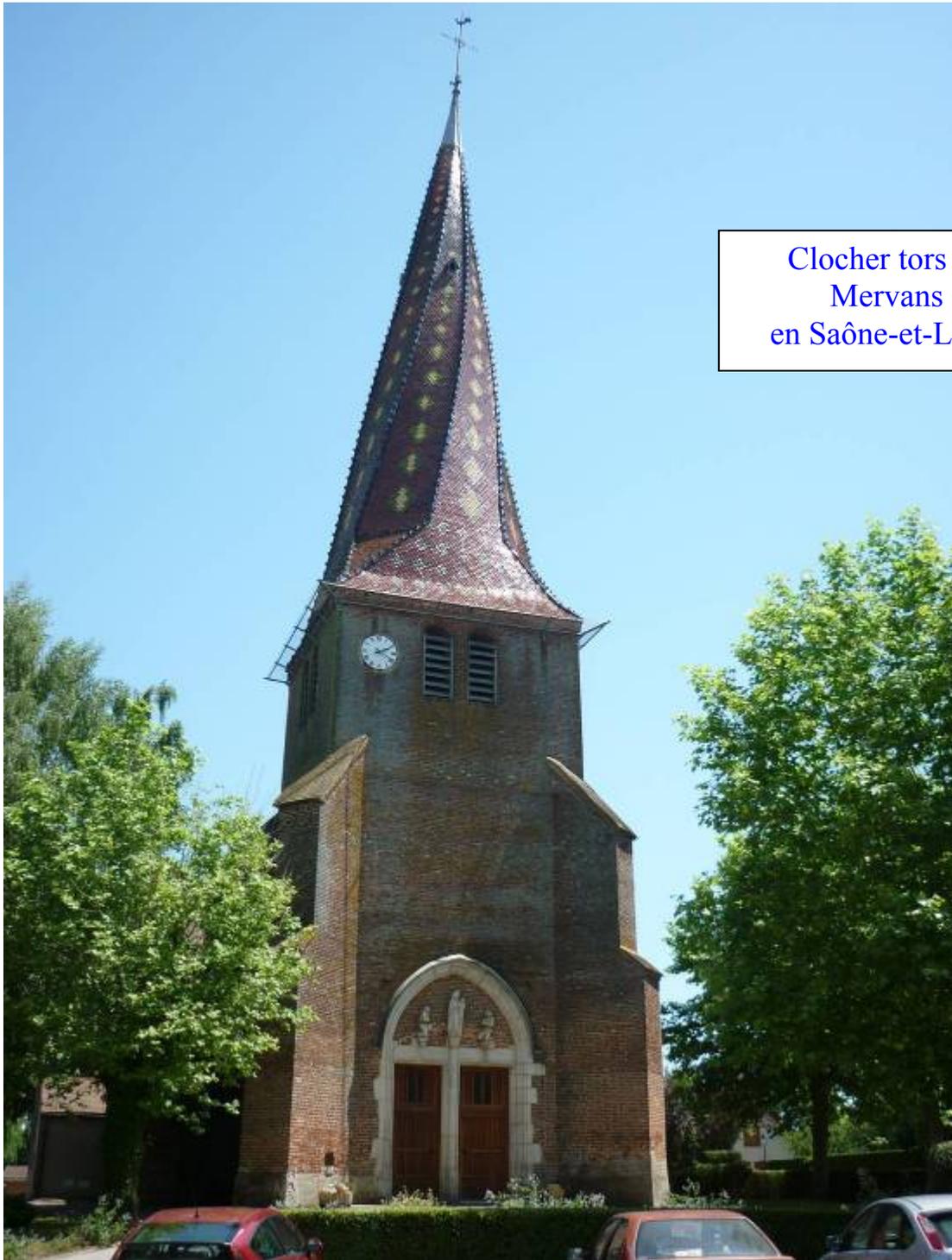
J'ai la chance de l'emprunter dans le sens de la descente, mais il faut actionner les freins pour ne pas se laisser emporter dans les virages. Depuis de nombreuses années, se déroule à Urcy une course de côte automobile inscrite au championnat de France de la montagne.

La descente me projette vers le vignoble bourguignon de la côte de Nuits avec ses vins rouges réputés : Gevrey-Chambertin, Chambolle-Musigny, Vougeot, Vosne-Romanée, Nuits-Saint-Georges. Après Nuits-Saint-Georges, je bascule progressivement en Bresse, région agricole peu habitée, identifiable par ses grandes fermes typiques.



Ferme typique de la Bresse, avec colombages et toiture avancée

En passant à Mervans, la curiosité touristique est le clocher de type "tors" à tuiles vernissées. Le clocher tors ou clocher flammé se caractérise par un clocher en spirale (8 pentes le plus souvent), couvert d'ardoises ou de tuiles. Le sens de la rotation peut varier de droite à gauche ou de gauche à droite. Il n'y a qu'une centaine de clochers de ce genre en Europe, dont une partie en France. Ils sont regroupés au sein d'une association européenne des villages à clocher tors.



Clocher tors de
Mervans
en Saône-et-Loire

J'arrive à Louhans en milieu d'après-midi, ce qui me permet, après une bonne douche, d'aller visiter cette ville à la croisée de nombreuses routes et qui possède de nombreux bâtiments à arcades.



Le dîner sera typiquement bressan : salade bressanne, émincé de volaille au bleu de Bresse et fromage blanc à la crème.

4) Louhans - Pont-de-Vaux - Montmerle-sur-Saône - Arnas.

Jeudi 12 juin (matin).

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
94 km	510 mètres	24,1 km/heure	35°

J'ai prévu une variante pour rendre visite à ma famille dans le Beaujolais par rapport au parcours initial qui devait me conduire directement de la Bresse au Bugey et à la Savoie. Cela rallonge la distance prévue, mais cela me donne l'occasion d'une après-midi de repos en famille.

Je prolonge la traversée de la Bresse avant de m'orienter plein sud dans la plaine de la Saône, en passant par Pont-de-Vaux, Pont-de-Veyle, Montmerle-sur-Saône.



L'horloge de la porte Manguet à Pont-de-Veyle dans l'Ain.

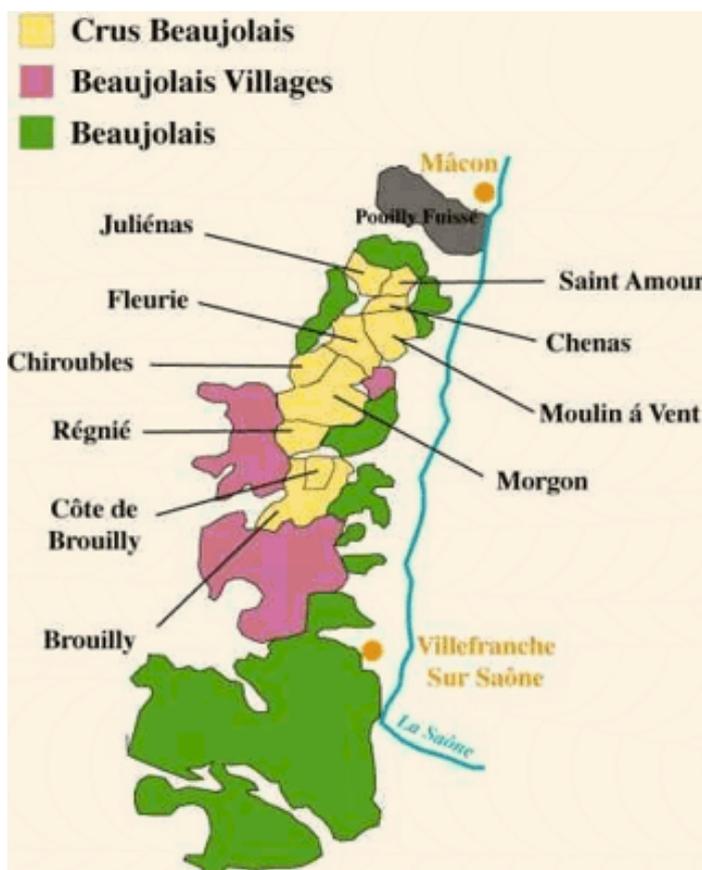
J'arrive en fin de matinée à Arnas, le village de mon enfance, qui est situé sur la route du Beaujolais, entre Villefranche-sur-Saône (capitale actuelle du Beaujolais) et Beaujeu (capitale historique du Beaujolais).



Village d'Arnas dans le Beaujolais

Les sires de Beaujeu constituaient au Moyen Age la seigneurie de Beaujeu dont le Beaujolais tire son nom. C'était l'une des 3 baronnies du royaume de France entre le XIème et XVème siècle. Les seigneurs du lieu contrôlaient l'une des routes de passage entre Paris et le sud de la France, via le Bourbonnais, avant que les vallées de la Saône et du Rhône ne les remplacent.

Le Beaujolais est aussi connu dans le monde entier pour ses vins à cépage gamay dont les 10 crus sont appréciés notamment au Japon et aux Etats-Unis : Saint-Amour, Moulin-à-Vent, Chénas, Juliéna, Fleurie, Chiroubles, Morgon, Régnié, Brouilly, Côte-de-Brouilly.



Carte du vignoble Beaujolais

Je suis accueilli en famille à Arnas, par ma soeur Monique et son mari Gérard, avec un repas copieux : salade du jardin, escalope de veau avec haricots verts et pommes de terre nouvelles, fromage blanc et clafoutis aux cerises. Rebelote le soir avec un dîner pour sportif : quenelles accompagnées de pâtes, fromage sec et fromage blanc, fraises, clafoutis.

Cette demi-journée de repos me sera bénéfique pour les 3 jours suivants où je dois franchir les Dombes, le Bugey, puis la Savoie et les Alpes, avant de basculer en Italie par le col du Mont Cenis.

5) Arnas - Pont d'Ain - Cols de la Berche et la Lebe - Aix-les-Bains.

Vendredi 13 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
152 km	1 580 mètres	21,6 km/heure	33°

Je me lève à 5 h 30 pour prendre le petit-déjeuner et partir à "la fraîche" à 6 h 30 parce qu'avec la chaleur, il est préférable d'accumuler de la distance le matin, pour s'économiser l'après-midi.



Je franchis la Saône à Beauregard avant de traverser la région plate des Dombes, connue pour ses nombreux étangs propices à la pisciculture, ainsi que pour son parc ornithologique (le parc aux oiseaux) de Villars-les-Dombes.

Les Dombes abritent plus de 15% de la surface des étangs exploités en France et les poissons sont approvisionnés par les meilleures tables de la région : Bocuse, Blanc, Troisgros, etc...

Un des nombreux étangs parsemant la région des Dombes (Ain)



Après la platitude des Dombes, j'arrive à Pont d'Ain puis Jujurieux et le paysage change puisqu'on entre dans le Bugey, subdivisé en Bas-Bugey et Haut-Bugey.

Jujurieux au pied du Bugey, village des châteaux. On en compte 13 !



Ma route va progressivement monter pendant 20 km jusqu'à Corlier (833 m d'altitude), avant de passer près des premières stations de ski de fond de la région que sont les Plans d'Hotonnes, le plateau de Retord ou le Brenod. Je franchis le 1er col (col de la Berche à 864 m d'altitude) avant de déjeuner à Lompnes avec une quiche lorraine, un flanc aux cerises et des abricots. Je reprends la route vers 13 h en suivant les crêtes avant d'arriver au 2ème col de la journée (le col de la Lebe à 914 m d'altitude).



Le Bugey est aussi une région de viticulture avec le Cerdon, la Roussette du Bugey, le vin de Seyssel. Puis je m'engage dans une descente de 25 km jusqu'à Culoz et Ruffieux (environ 250 m d'altitude). En milieu d'après-midi, je longe le lac du Bourget et j'aperçois sur l'autre rive, l'abbaye d'Hautecombe (construite durant le XII^e siècle par des moines cisterciens).

J'arrive à Aix-les-Bains vers 16 h et accède à l'hôtel que j'avais réservé.

6) Aix-les-Bains - Aiguebelle - St Jean de Maurienne - Modane.

Samedi 14 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
144 km	1 120 mètres	21,9 km/heure	25°

Ce sera une journée d'approche pour arriver à Modane, au pied du col du Mont Cenis. En petit-déjeuner à 6 h 30, je démarre à 7 h pour cette étape de transition qui me conduira d'Aix-les-Bains à Chambéry, puis de Chambéry à Modane par l'ancienne nationale 6, en empruntant la vallée de la Maurienne et en longeant la rivière l'Arc (affluent de l'Isère).

Après mon départ d'Aix-les-Bains, en moins d'une heure, j'arrive rapidement à Chambéry, distante d'une vingtaine de km. Chambéry est surnommée la « Cité des ducs » parce qu'elle devint au XIIIème siècle, la capitale politique des Comtes de Savoie, jusqu'au XVIème siècle.

Peu après Chambéry, je m'engage dans la vallée de la Maurienne qui est l'une des grandes vallées des Alpes. L'Arc a modelé cette vallée au fil des ans.



L'Arc coule pendant 120 km au coeur de la vallée de la Maurienne

La vallée de la Maurienne permet d'accéder aux mythiques cols alpins :

- l'Iseran (2 764 m) vers la Tarentaise.
- le Télégraphe (1 566 m) et le Galibier (2 645 m) vers le Briançonnais et l'Oisans.
- la Croix-de-Fer (2 067 m) et le Glandon (1 924 m) vers l'Oisans.
- la Madeleine (1 993 m) vers la Tarentaise.
- le Mont Cenis (2 081 m) vers le val de Suse.

C'est ce dernier col que j'emprunterai demain pour passer en Italie, vers Suze. Je déjeune à Saint-Jean-de-Maurienne, après 100 km parcourus le matin et pour avoir un avant-goût de l'Italie, je commande une salade composée, une pizza et une glace.

L'après-midi, je remonte tranquillement vers Modane qui se situe à 1 000 m d'altitude. C'est samedi, la nationale 6 est peu fréquentée et les camions sont déviés vers le tunnel de Fréjus.



L'entrée à Modane



Vue sur les sommets depuis Modane

7) Modane - Lanslebourg - Col du Mont-Cenis - Suza - None.

Dimanche 15 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
128 km	1 540 mètres	20,4 km/heure	16°

Alors qu'il faisait beau la veille, la matinée débute par la bruine. Cette bruine m'accompagnera pendant toute la montée du col du Mont Cenis. Après le petit déjeuner, je pars de Modane à 8 h pour le col annoncé à 32 km. Au début de la montée, on remarque des ouvrages de fortification dont le plus imposant est la redoute Marie-Thérèse. Ces fortifications ont été construites de 1817 à 1833. Leur mission principale était de surveiller la route du Mont Cenis parce que la Savoie faisait partie du royaume de Piémont-Sardaigne.



Au 22ème km de la montée, j'arrive à Lanslebourg Mont Cenis (1 450 m d'altitude) et je pointe ma carte de contrôle. Il continue de bruiner mais comme cela ne mouille pas trop, j'ai enfilé mon gilet de sécurité sur mon maillot à manches courtes, ce qui me permet de grimper tranquillement sans transpirer. Il reste 10 km à faire avant d'atteindre le col qui culmine à 2 083 m. Le col n'est pas trop difficile, la pente s'étirant entre 6 et 9%. Arrivé en haut du col, la température est de 7° et je m'arrête à l'auberge du col pour prendre un chocolat chaud et des viennoiseries avant de descendre côté italien vers Suze.



En haut du col
du Mont Cenis à
2 083 m
d'altitude

Ce col est de moins en moins emprunté par les cyclotouristes, parce que cela oblige à poursuivre sa randonnée soit en France soit en Italie, ce qui est rare. De plus, la route côté italien est dégradée. J'enfile mon vêtement anti-pluie parce que la bruine s'est transformée en pluie et cela sera ainsi toute l'après-midi. Toutefois, avant de descendre, le col se prolonge en faux plat montant sur 2 km et surplombe le lac du Mont Cenis.



La route longeant le lac du Mont Cenis, sous la pluie

J'entame la descente mais je redouble d'attention parce que la descente fait 30 km. Je ne regrette pas d'avoir choisi une randonneuse en acier qui est beaucoup plus stable qu'un vélo en carbone, l'acier ne répercute pas les vibrations et assure une meilleure tenue de route. La qualité des freins est aussi un point essentiel lorsqu'on descend à 60 ou 70 km/h.



La fin du parcours est plate, mais en arrivant à Avigliana, un tunnel interdit aux cyclistes, m'oblige à emprunter pendant 1 km une côte à 20% pour rejoindre le village de Buttigliera Alta.

J'arrive à None, à l'hôtel où j'ai réservé une chambre, avant de dîner rapidement en ville où il y a une fête populaire.

8) None - Alba - Nizza - Monferrato - Cantalupo - Tortona.

Lundi 16 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
176 km	960 mètres	20,8 km/heure	23°

Aujourd'hui, j'ai prévu de traverser le Piémont italien pour me rendre à Tortona, en passant dans la région l'Alba, puis dans le vignoble d'Asti. La ville d'Alba est renommée dans le domaine de la gastronomie, avec la foire à la truffe (fiera del tartufo), foire d'ampleur internationale attirant des milliers de visiteurs chaque année durant le mois d'octobre. Cette foire a pour principal objet la truffe blanche (tartufo bianco), connue pour être une des denrées alimentaires les plus chères au monde.



La truffe blanche d'Alba



La ville est aussi le théâtre de nombreuses animations culturelles telles que le Palio d'Alba, course d'ânes dans les rues de la ville, parodiant le Palio de Sienne où les chevaux courent autour d'une place sur une piste en terre.

Je rejoins ensuite la région d'Asti célèbre pour son vignoble et ses arbres fruitiers. Le vin le plus apprécié est un vin mousseux, l'Asti Spumante, doux et faible en alcool et vinifié à partir d'un cépage muscat blanc. La province d'Asti est aussi réputée pour ses vins commerciaux tels que Martini et Rossi, Gancia et Riccadonna. Je déjeune avec des spaghettis à la bolognaise et un tiramisù.



Exploitation viticole dans la région d'Asti.

L'après-midi, j'évite la grande ville d'Alessandria en la contournant par le sud, afin de rejoindre la ville de Tortona qui est ma fin d'étape. La ville de Tortona est connue parce que Fausto Coppi est né en 1919 à Castellania, sur les collines environnant Tortona et est décédé en 1960 à l'hôpital de Tortona, suite à une malaria contractée en Haute-Volta lors d'un voyage avec Raphaël Gémiani. Sa maison natale est devenue un musée et un centre de documentation, sur son palmarès et sur le cyclisme italien. Professionnel de 1940 à 1959, il est considéré comme l'un des plus grands coureurs de l'histoire du cyclisme, ce qui lui vaut le surnom de « campionissimo ». Il a remporté 5 tours d'Italie, 2 tours de France (1949 et 1952), 5 tours de Lombardie, 3 Milan - San Remo, 1 Paris - Roubaix, et plusieurs championnats d'Italie et du Monde.

Fausto Coppi en 1952, l'année où il a gagné son 2ème tour de France et sa maison natale de Castellania



9) Tortona - Godiasco - Nibiano - Cortemaggiore - Busseto.

Mardi 17 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
145 km	1 100 mètres	21,8 km/heure	21°

En examinant l'itinéraire et la carte lorsque je préparais la randonnée, j'ai vu que je devais passer par les villes de Piacenza et de Crémone, en empruntant la nationale P10. Sachant que cet axe est très fréquenté par les camions, j'ai adopté une variante au sud de la Lombardie, en passant par une route secondaire plus en relief, qui épouse les crêtes, à une altitude moyenne de 500 m.

J'ai prévu aussi une étape moins longue, en faisant une halte en fin d'étape à Busseto, commune de rattachement de Roncole et de naissance du compositeur Giuseppe Verdi.

Le temps est couvert mais sans pluie, ce qui m'évitera de subir la chaleur pendant la journée. Le matin, je ne fais que monter et descendre à l'image d'un toboggan, en passant par Godiasco, Montesegale, Ruino. Je déjeune à mi-parcours dans une auberge, avec une assiette de charcuterie et de crudités et avec du fromage italien parmesan (parmigiano reggiano) à base de lait de vache et à pâte pressée cuite.

Le grana padano est aussi un fromage au lait de vache a pâte pressée cuite mais avec un cahier des charges moins strict. Le parmigiano reggiano et le grana padano sont les rois des fromages italiens, que l'on confond souvent, mais il ont une saveur et une valeur nutritionnelle différentes, le parmesan étant aussi plus granuleux.



Les 2 fromages rois italiens

Le grana padano

Le parmigiano reggiano

Je poursuis l'après-midi en direction de Busseto, par des petites routes sinueuses, mais pratiquement désertes et j'arrive à Busseto vers 15 h, ce qui me laisse le temps de flâner dans cette belle ville historique.



La rocca (forteresse) Pallavicino dans laquelle se trouve le teatro Verdi et la statue de Verdi, monument de bronze du sculpteur Luigi Secchi

10) Busseto - Brescello - Sermide - Badia Polesine - Masi.

Mercredi 18 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
175 km	320 mètres	22,8 km/heure	26°

Ce sera une étape de plaine plus longue que prévue, parce que ma carte régionale de l'Italie du nord-est n'est pas suffisamment détaillée, ce qui m'a désorienté plusieurs fois. Le parcours sera presque plat, en traversant une région riche sur le plan agricole (l'Emilie Romagne puis la Vénétie) : viticulture, arboriculture et maïs. On connaissait l'expertise des romains en matière de transport d'eau, avec l'édification de nombreux aqueducs, dont les vestiges sont encore visibles en Italie, en France et ailleurs. Aujourd'hui, les italiens ont conservé cette expertise en la modernisant : ces régions du nord-est de l'Italie étant peu pluvieuses, elles sont irriguées par une infrastructure de canaux et aménagées de berges pour contenir l'eau. Dans la lagune de Venise, de nombreuses cultures maraichères et fruitières poussent en partie dans du sable et bénéficient de cette irrigation.

En milieu de matinée, je m'arrête à Brescello, où je pointe ma carte de contrôle. Brescello a été rendue célèbre au cours des années 1950 pour avoir servi de cadre aux démêlés de don Camillo et Peppone, les deux personnages principaux de la série de romans de Giovannino Guareschi et des films qui en ont été tirés.



A l'entrée de la ville, le panneau qui montre les personnages de Peppone et don Camillo, respectivement interprétés au cinéma par Gino Cervi et Fernandel, dans les années 1952 - 1953

Je visite rapidement cette petite ville de Brescello et je m'arrête boire un verre sur la place centrale au café don Camillo.



Sur la place centrale de Brescello en compagnie de don Camillo (statue de Fernandel)

La statue en bronze de don Camillo à l'entrée de l'église et celle de Peppone à l'entrée de la mairie sont les œuvres d'Andrea Zangani. Un itinéraire touristique amène les touristes dans chaque lieu cinématographique ayant survécu au temps, comme l'église avec le Christ de don Camillo, la maison de Peppone, la maison et la cloche de don Camillo, l'arrêt du train, la madonna du Borghetto.

Je poursuis ma route en Emilie Romagne. Après la pizza du midi, je m'oriente vers la Vénétie, mais un vent d'est se lève en provenance de la mer Adriatique toute proche et freine ma progression. J'enclenche un braquet plus adapté (39 X 18), en ne cherchant pas à lutter contre le vent et en restant fluide dans le pédalage.

De belles exploitations agricoles traduisent la vitalité du secteur, mais on constate comme partout en Europe un déclin rural, avec des bâtiments à l'abandon. Certains de ces corps de ferme ont été repris par des investisseurs et rénovés en auberge ou en hôtellerie de luxe.



J'arrive au terme de mon étape après 175 km parcourus à Masi et j'ai prévu pour demain une étape courte dans la matinée, afin de rendre visite l'après-midi à des amis italiens qui habitent à Chioggia dans le sud de la lagune de Venise.

11) Masi - Rottanova - Martinelle - Chioggia.

Jeudi 19 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
88 km	80 mètres	24,2 km/heure	29°

Après le petit déjeuner pris à 7 h, je m'échappe pour une mini-étape toute plate, puisque j'emprunte les berges de l'Adige presque jusqu'à son embouchure dans la mer Adriatique. L'Adige est l'un des quatre grands fleuves italiens (le second après le Pô) avec 410 km.

C'est une matinée très agréable parce qu'il y a peu de circulation automobile et je traverse des petits villages résidentiels. A 11 h, j'arrive à Chioggia, ville historique située dans la lagune de Venise, où je retrouve mes amis italiens.

Chioggia est une ville de 60 000 habitants qui passe à 200 000 habitants pendant la saison touristique avec la station balnéaire de Sottomarina.



Carte de la lagune sud de Venise, Chioggia en étant le port d'entrée avec la passe de Chioggia. Le nord de la lagune se termine à Lido di Jesolo

La pêche est l'activité économique historique de la ville et son port est très dynamique. L'infrastructure touristique est bien développée, avec une soixantaine d'hôtels et une vingtaine de campings.



Non ce n'est pas
Venise, c'est
Chioggia au sud de la
lagune de Venise.

Chioggia a fait partie
de la République de
Venise jusqu'en 1797.



C'est la 2ème fois que je viens à Chioggia en vélo, une 1ère fois lors d'une randonnée Lyon-Venise et aujourd'hui sur la route de Paris - Zagreb. Mais c'est une ville que je connais bien, pour y être venu en vacances en famille une vingtaine de fois



Les bateaux de pêche amarrés sur les quais, le long d'un des nombreux canaux de la ville



Le corso est le lieu de promenade privilégié des habitants et des touristes

Vue sur la mer Adriatique, depuis Sottomarina,
station balnéaire associée à Chioggia



grazie molte
ai miei
amici



Avec mes amis italiens que je connais depuis 28 ans, une partie de la famille De Ambrosi (Vittoria, Sylvana et Renzo), pour un dîner italien : Minestrone de flageolets et pâtes, brochettes de veau avec pommes de terre sautées, petits fours de Chioggia, fruits et glace

12) Chioggia - Mira - Mestre - San Giorgio di Nogaro.

Vendredi 20 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
164 km	310 mètres	23,9 km/heure	30°

Je quitte Chioggia après un petit-déjeuner pris à l'hôtel où je séjourne à Sottomarina, pour me rapprocher ce soir de la frontière italo-slovène à San Giorgio di Nogaro.

Pendant près de 80 km, je vais remonter l'ensemble de la lagune de Venise, en passant tout d'abord à Venise / Mestre près du pont de la liberté (ponte della libertà) qui conduit à Venise. Je n'ai pas prévu de m'arrêter à Venise, parce que j'y suis allé très souvent et j'ai préféré privilégier une halte à Chioggia, auprès de mes amis. Je pointe à Mestre comme convenu sur ma carte de contrôle et je remonte vers la lagune nord, jusqu'à la hauteur de Lido di Jesolo.

Je déjeune à midi dans une auberge, avec des spaghettis alle vongole (spaghettis aux palourdes) et une panna cotta aux fruits rouges.



spaghettis
alle
vongole

Après avoir longé la lagune, j'entre dans la région du Frioul qui était une terre rurale et pauvre, jusqu'à la moitié du XXème siècle, ce qui provoquait une immigration vers les autres pays européens, les Etats-Unis et l'Amérique du sud. Le développement débuta dans les années 1960 et entraîna la création d'un important tissu d'industries et d'entreprises artisanales, ainsi qu'un développement qualitatif de l'agriculture (viticulture - fruits et légumes).



Une exploitation viticole dans le Frioul

Les vins blancs du Frioul sont remarquables. Les cépages locaux tels que le malvasia, le tocai, le verduzzo, le ribolla gialla et le picolit ont trouvé dans cette région, protégée au nord par les Alpes et bénéficiant de l'influence de l'Adriatique au sud, un climat propice et un sol favorable, formé de collines marneuses et argilo-sablonneuses.

Les vigneron du Frioul ont su conserver et mettre en valeur aussi un riche patrimoine de cépages rouges.

J'arrive en fin d'après-midi à San Giorgio di Nogaro où j'ai réservé une chambre pour la nuit. Je dîne le soir dans le restaurant de l'hôtel, en prenant à nouveau des pâtes, parce qu'une journée de moyenne montagne m'attend demain en Slovénie.

13) San Giorgio di Nogaro - Gorizia - Slovénie - Ljubljana.

Samedi 21 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
148 km	1 490 mètres	21,8 km/heure	21°

Je quitte San Giorgio di Nogaro pour rejoindre la frontière entre l'Italie (Gorizia) et la Slovénie (Rožna Dolina).



J'entre en Slovénie qui a fait partie de l'ex-Yougoslavie, avant d'obtenir son indépendance le 25 juin 1991. Elle est devenue membre de l'Union Européenne en 2004 et a rejoint la zone euro en 2007. A l'époque de l'ex-Yougoslavie, on disait que la Slovénie était la "petite Suisse" de la Yougoslavie, parce que cette province vallonnée, montagneuse et verdoyante, avait une économie dynamique et une agriculture développée.

Suite à un référendum en 1990, la Slovénie a déposé une déclaration d'indépendance en 1991, contestée par le pouvoir central yougoslave. Pendant une dizaine de jours, un court conflit armé se déroula et prit fin avec le retrait de l'armée yougoslave. La Slovénie évita ainsi la guerre civile qui éclata quelques mois plus tard, entre la Serbie et la Croatie.

Je vais au cours des 2 étapes qui vont suivre traverser d'ouest en est la Slovénie qui est un pays de 20 000 km² et peuplé de 2 millions d'habitants. Je prends donc la route de Ljubljana, qui débute par une région légèrement vallonnée jusqu'à Ajdovscina (106 m d'altitude), avant de monter un col de 15 km jusqu'à 1 000 m d'altitude à Col, dans le massif du mont Javornik (1 240 m d'altitude).

Paysage typique de la Slovénie



Vue sur la vallée depuis le village de Col



Je m'arrête dans la petite épicerie du village de Col, pour acheter du jambon, du fromage, du pain et quelques fruits. Le magasin n'est pas très bien achalandé, mais il y a l'essentiel.

Je reprends la route des crêtes pendant une dizaine de km, puis je commence ma descente progressive vers Logatec puis Vrhnica. A Vrhnica je bifurque vers un itinéraire bis qui évite la route principale en direction de Ljubljana et qui me conduit en toute sécurité vers la capitale.



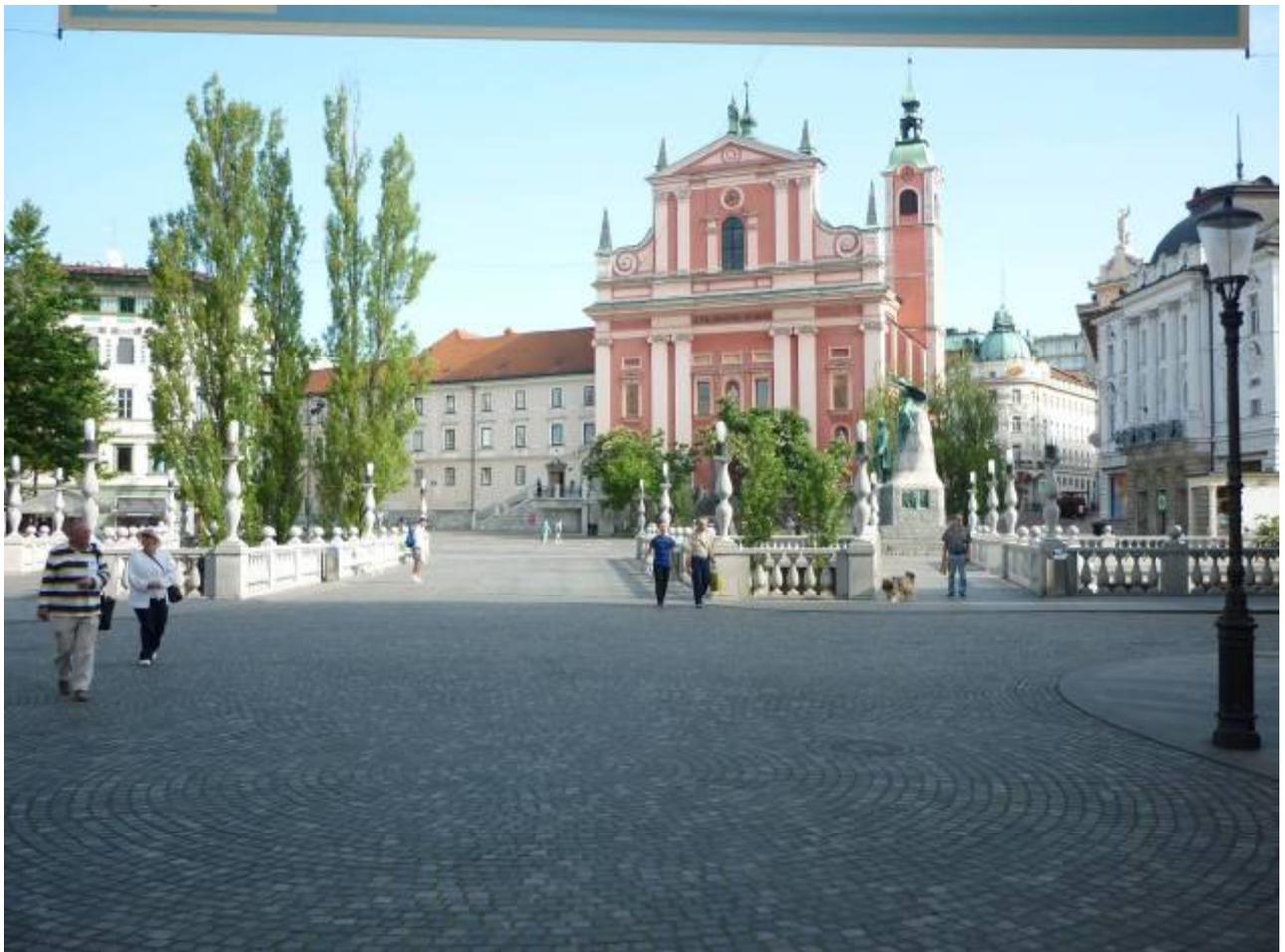
Arrivée à Ljubljana devant le château de Ljubljana (*Ljubljanski*)

13 bis : Visite de Ljubljana.

Dimanche 22 juin.

J'étais déjà venu en vacances en Slovénie, il y a plus de 30 ans, en particulier au bord du lac de Bled et j'avais gardé un bon souvenir de Ljubljana. J'ai donc pris une journée de repos, pour visiter cette belle ville de moins de 300 000 habitants, qui est très agréable à vivre avec son centre historique, où se mélangent les styles architecturaux baroque et art nouveau.

La ville s'est inspirée d'influences autrichiennes et se rapproche dans le style, de villes comme Salzbourg et Graz.



Le triple pont de Ljubljana (Tromostovje) frappe par son originalité : au delà du pont central datant de 1842, l'ouvrage a été complété par 2 passerelles latérales en 1932 et est devenu l'un des symboles de la ville

Le château de Ljubljana (Ljubljanski)



Les rives de la Ljubljanica





La statue de France Preseren grand poète slovène (1800 - 1849)



La rue Miklosceva qui représente le style sécession (art nouveau)



Le Parlement slovène (1991) compte 90 députés élus pour un mandat de 5 ans

14) Ljubljana - Hrastnik - Croatie - Zagreb - Vélica Gorica.

Lundi 23 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
182 km	540 mètres	23,2 km/heure	30°

Très belle étape qui va me conduire de Ljubljana (capitale de la Slovénie) à Zagreb (capitale de la Croatie), en suivant le cours de la Save sur la quasi totalité du parcours. En soirée, je rejoindrai l'hôtel que j'ai réservé près de l'aéroport de Vélica Gorica (à 17 km au sud-est de Zagreb).

La Save est un affluent du Danube qui coule pendant 1 000 km en Slovénie, en Croatie, en Bosnie Herzégovine et en Serbie, puis elle se jette dans le Danube à Belgrade.



La Save entre Ljubljana et Zagreb

Au gré de ces 2 journées à rouler en Slovénie, on peut affirmer que ce petit pays est très agréable à découvrir en vélo. Les routes sont bien entretenues, la circulation est tranquille, les camions sont peu nombreux, parce que c'est un pays montagneux et peu peuplé, les gens sont paisibles et les paysages sont verdoyants.



Village situé le long de la Save, près de Krsko

Je déjeune dans un restaurant slovène, avec une côte de porc panée et de la purée de pommes de terre. La gastronomie slovène est simple et adaptée aux approvisionnements de produits locaux. En fin d'après-midi, j'arrive en Croatie à Senkovec, petite ville située à une trentaine de km de Zagreb.



Entrée en Croatie (Hrvatska) à Senkovec.

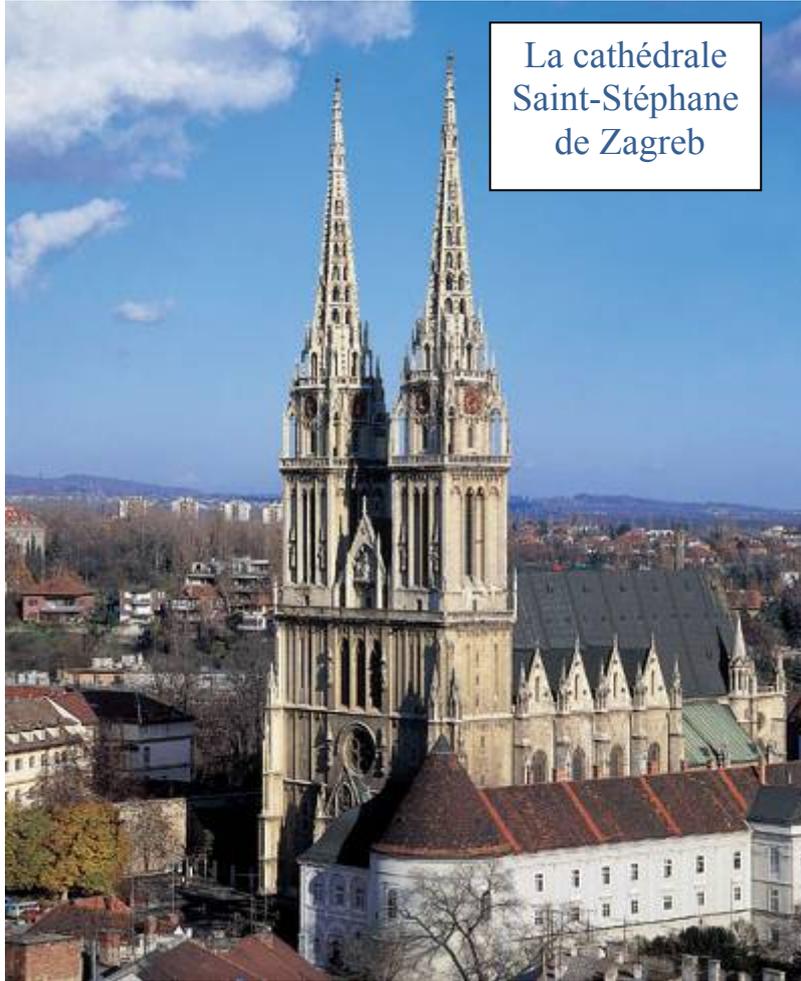
La Croatie a adhéré à l'Union Européenne en juillet 2013, soit 22 ans après son indépendance et est devenue le 28ème Etat membre.

Mais la Croatie n'est pas encore passée à l'euro, la monnaie locale étant le kuna. Avant l'euro, le kuna et le franc avaient la même parité (1 kuna valait 1 franc)

La Croatie est moins avancée sur le plan économique que la Slovénie, à part l'activité touristique sur la côte Adriatique. La guerre civile de 1991 - 1995 a beaucoup affaibli chacun des pays belligérants.

Je parcours rapidement les kilomètres qui me séparent de Zagreb, où j'arrive en milieu d'après-midi. Cela me laisse un peu de temps pour visiter la ville que je connais. Mais Zagreb (1 100 000 habitants) n'a pas le même attrait touristique par exemple que Prague, Salzbourg, Vienne, Budapest ou Ljubljana.





La cathédrale
Saint-Stéphane
de Zagreb



La place centrale de Zagreb : Place Ban-Jelačić
(vice-roi de Croatie en 1848)

V – C'est fini.

Mardi 24 juin.

Retour Zagreb - Vélica Gorica - Paris.

C'est le jour du départ, il me reste 4 km à parcourir, pour aller de mon hôtel à l'aéroport de Zagreb Pleso. Je déjeune bien, parce que la journée sera longue entre l'attente à l'aéroport, le vol de 2 heures en avion, le retour en RER jusqu'à Paris, puis le retour en vélo jusqu'à mon domicile à Plaisir. Au regard du prix de la chambre (26 euros la nuit avec petit-déjeuner compris), c'est le petit-déjeuner buffet le plus généreux que j'ai eu au cours de mon parcours, certains clients se faisant même servir des oeufs au plat. A 9 h, j'enfourche ma bicyclette en tenue civile, puisqu'une piste cyclable sécurisée me conduit directement à l'aéroport.



Lors de l'enregistrement, le comptoir Air France m'informe qu'il n'y a pas de carton pour emballer mon vélo, alors que je l'avais demandé. Après négociation, une solution est trouvée, avec une machine qui entoure de film plastique les bagages. Finalement, mon vélo est emmailloté comme une momie, mais l'essentiel est qu'il soit protégé pendant le transport. Le vélo est embarqué dans la soute et après un vol de 2 h, j'arrive à Roissy vers 15 h et je récupère mon vélo intact.

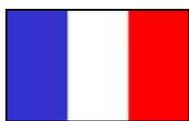
Plutôt que de faire le tour de l'Ile-de-France au milieu des voitures, je préfère prendre le RER de Roissy jusqu'à Paris. Les rames de queue et de tête du RER ont des compartiments prévus pour les vélos, ce qui est très pratique. Arrivé à Paris (Denfert-Rochereau), j'enfile mes habits de cycliste, pour franchir les 33 derniers km qui me ramènent de Paris à Plaisir, en passant par les bois de Clamart et Meudon, puis Viroflay, Versailles, Saint-Cyr-l'Ecole et Plaisir.

La boucle est ainsi bouclée et j'ai réussi mon objectif d'accomplir un nouveau trait d'union européen, en solo pour la quatrième fois. L'avantage est que l'on avance à son rythme au fil des journées. Mais le dénivelé de plus 14 000 mètres, la distance de 2135 km, les conditions météorologiques (chaleur - pluie - vent) et la qualité inégale du revêtement des routes, exigent un entraînement sérieux les mois précédents et une bonne préparation logistique et psychologique. Il s'agit de bien doser son effort et d'être capable de surmonter, sans stresser, les quelques difficultés qui peuvent surgir. Au niveau matériel, tout a été parfait : aucune crevaison, j'ai légèrement regonflé mon pneu arrière à mi-parcours.

Par ailleurs, j'ai l'habitude de "mouliner" et je suis un adepte du triple plateau 50-39-30 devant et 13-29 à l'arrière. Mais je n'ai jamais utilisé le grand plateau (50 dents) pendant toute la randonnée. Cela m'a permis de ne pas forcer, de rester en dedans de mes moyens, tout en roulant convenablement.

Merci enfin à mon épouse, qui était inquiète, comme à chaque fois, de me voir partir seul, mais qui m'a laissé mener à bien mon projet.

Au revoir amis français, italiens, slovènes, croates, j'ai vraiment apprécié dans chacun de vos pays, les magnifiques paysages, les exceptionnels sites historiques et culturels et la chaleur de votre accueil. On se rend compte que le vélo rapproche les gens et que l'on suscite la sympathie tout au long de son périple.



Je réfléchirai en cours d'année à une prochaine randonnée. Après les pays du nord de l'Europe comme la Belgique, le Danemark et la Suède, du sud comme l'Italie et l'Espagne, de l'est comme l'Allemagne, la République Tchèque, l'Autriche, la Hongrie, la Slovaquie et la Croatie, j'ai le choix, parmi les nombreuses destinations que propose l'UECT et que je n'ai pas encore réalisées. Tout dépendra de la forme du moment. A suivre donc ...

ANNEXE 1

Paris – Venise - Ljubljana - Zagreb du 09 juin au 24 juin 2014

Michel BONNARD

Ville contrôle

Départ de PARIS le lundi 09 juin 2014

Date	Itinéraire	Km	Autres caractéristiques
Lundi 09 juin	Paris – Villeneuve St Georges – Melun - Vallery - Domats - Villeneuve s/Yonne	185	Moyenne : 22,4 - Dénivelé : 1 720 m Température : 25° 
Mardi 10 juin	Villeneuve s/Yonne – Chaource – Saint Germain Source Seine- St Seine l'Abbaye	190	Moyenne : 21,8 - Dénivelé : 1 880 m Température : 36° 
Mercredi 11 juin	St Seine l'Abbaye – Nuits Saint Georges - Pierre de Bresse - Louhans	131	Moyenne : 22,9 - Dénivelé : 890 m Température : 35° 
Jeudi 12 juin (matin)	Louhans – Pont de Vaux - Pont de Veyle - Montmerle - St Georges - Arnas	94	Moyenne : 24,1- Dénivelé : 510 m Température : 35° 
Vendredi 13 juin	Arnas – Pont d'Ain – Col de la Berche 864 m - Col de la Lebe 908 m - Aix-les-Bains	152	Moyenne : 21,6 - Dénivelé : 1 580 m Température : 33° 
Samedi 14 juin	Aix-les-Bains – Apremont – Aiguebelle – Saint Jean de Maurienne – Modane	144	Moyenne : 21,9 - Dénivelé : 1 120 m Température : 25° 
Dimanche 15 juin	Modane – Lanslebourg Mt Cenis - Col du Mont Cenis (2 083 m) - Susa – None	128	Moyenne : 20,4 - Dénivelé : 1 540 m Température : 16° 
Lundi 16 juin	None – Carmagnola - Alba – Nizza Monferrato – Cantalupo - Tortona	176	Moyenne : 20,8 - Dénivelé : 960 m Température : 23° 
Mardi 17 juin	Tortona – Godiasco - Nibbiano - Rivalta Trebbia - Cortemaggiore - Busseto	145	Moyenne : 21,8 - Dénivelé : 1 100 m Température : 21° 
Mercredi 18 juin	Busseto - Brescello (ville de Don Camillo) - Moglia - Sermide - Badia Polesine - Masi	175	Moyenne : 22,8 - Dénivelé : 320 m Température : 26° 
Jeudi 19 juin (matin)	Masi - Rottanova - Martinelle - Chioggia (cité historique au sud de la lagune de Venise)	88	Moyenne : 24,2 - Dénivelé : 80 m Température : 29° 
Vendredi 20 juin	Chioggia - Mira – Mestre - (Venise) - Latisana - San Giorgio di Nogaro	164	Moyenne : 23,9 - Dénivelé : 310 m Température : 30° 
Samedi 21 juin	San Giorgio di Nogaro – Gorizia - Entrée en Slovénie - Ajdovscina - Ljubljana	148	Moyenne : 21,8 - Dénivelé : 1 490 m Température : 21° 
Dimanche 22 juin	Visite de Ljubljana		Température : 28° 
Lundi 23 juin	Ljubljana - Hrastnik - Krsko - Entrée en Croatie - Zagreb - Vélica Gorica (on longe pendant toute l'étape la Save, affluent du Danube)	182	Moyenne : 23,2 - Dénivelé : 540 m Température : 30° 
Mardi 24 juin	Retour Zagreb - Paris-Roissy Retour Paris - Plaisir	33	Moyenne : 23,1 - Dénivelé : 80 m Température : 28° 

Distance parcourue : 2 135 km - Dénivelé : 14 120 m

Moyenne : 22,28 km/heure - Temps total : 96 heures

Départ de Zagreb le mardi 24 juin 2014 à 12 h 40 pour Paris-Roissy

Retour sur Plaisir le mardi 24 juin

ANNEXE 2

Budget randonnée Paris - Venise - Ljubljana - Zagreb : du 9 juin au 24 juin 2014

Dépenses		Montant en €	en %	Commentaires
Hébergement		730	63%	14 nuits à 52 euros en moyenne la nuit avec petit déjeuner
Alimentation		250	22%	Restauration le soir + pique nique le midi + cafés et boissons
Billet d'avion		70	6%	Retour Zagreb - Paris par avion + emballage vélo
Visites touristiques - Divers		100	9%	Visites - Téléphone - etc...
Dépenses		1 150	100%	

Hôtels ou Gîtes	Note	Type	Prix en €	Ville - Pays
Auberge de la Porte de Joigny	B	Auberge	50,00	Villeneuve sur Yonne (France)
Auberge Campagnarde	TB	Auberge	50,00	Saint Seine l'Abbaye (France)
Hôtel du Jura	TB	Hôtel	50,00	Louhans (France)
Maison familiale	TB	Hébergement familial	-	Arnas (France)
Hôtel le Dauphinois	B	Hôtel	50,00	Aix-les-Bains (France)
Hôtel le Commerce	B	Hôtel	54,00	Modane (France)
Hôtel Quo Vadis	TB	Hôtel	40,00	None (Italie)
Villa Aurora Girarrostto	TB	Pension	63,00	Tortona (Italie)
Hôtel I Due Foscari	TB	Hôtel	62,00	Busseto (Italie)
Hotel Alla Nave	TB	Hôtel	42,00	Badia Polesine Masi (Italie)
Hôtel Ambasciatori	TB	Pension	55,00	Chioggia (Italie)
Hôtel Vittoria	TB	Hôtel	60,00	San Giorgio di Nogaro (Italie)
Hôtel Emonec (2 nuits)	TB	Hôtel	128,00	Ljubljana (Slovénie)
Rooms Bijela Ruža	TB	Pension	26,00	Vélica Gorica (Croatie)
Total 14 nuits			730,00	soit environ 52 euros par nuit