



**Trait Union Européen®**  
**Paris - Madrid en vélo**  
**Journal de voyage**  
du 14 juin au 28 juin 2010



*Les 2 participants*  
**Michel BONNARD et Michel CHEMINET**  
*michel.bonnard12@wanadoo.fr*

## SOMMAIRE

### **I – Les Traits d’Union Européens<sup>®</sup>**

### **II – C’est parti**

### **III – Descriptif de nos vélos**

### **IV – Les 11 étapes**

- 1) Nogent le Roi – Chartres – Chambord – Ecueillé.
- 2) Ecueillé – Oradour sur Glane – Cognac la Forêt - Montpoutier
- 3) Montpoutier – Grottes de Lascaux – Coux et Bigaroque.
- 4) Coux et Bigaroque – Belvès – Mauvezin – Saint-Orens.
- 5) Saint-Orens – Gimont – Samatan – Couladères.
- 6) Couladères – Rabastens – Vic-en-Bigorre – Sauvagnon.
- 7) Sauvagnon – Pau – Nay – Laruns – Col du Pourtalet – Jaca.
- 8) Jaca – Ayerbe – Ardisa – Ejea de Los Caballeros – Tudela.
- 9) Tudela – Tarazona – Agreda – Jaray – Gomara – Almazan.
- 10) Almazan – Barahona – Cogolludo – Uceda – Torrelaguna.
- 11) Torrelaguna – Guadarrama – El Escorial – Madrid.
- 12) Visite de Madrid.

### **V – C’est fini.**

## ANNEXES

**Annexe 1** : Itinéraire en vélo.

**Annexe 2** : Budget du voyage.

### **I – Les Traits d’Union Européens<sup>®</sup>**: Historique – Objectif.

Les randonnées permanentes **Traits d’Union Européens<sup>®</sup>**, (création par l’ASPTT CNET Issy les Moulineaux en 1983) vous proposent, dans un sens indifférent, de relier Paris aux autres capitales européennes.

Ces **Traits d’Union Européens<sup>®</sup>** avec des points de contrôles 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 Européens<sup>®</sup>** 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,

Les 27 **Traits d'Union Européens**® ouverts au départ de Paris (au 01/08/2008) :

PARIS LONDRES 337 km	PARIS DUBLIN 1 542 km
PARIS BRUXELLES 343 km	PARIS BRATISLAVA 1 577 km
PARIS LUXEMBOURG 376 km	<b>PARIS MADRID 1 582 km</b>
PARIS BONN 529 km	PARIS BUDAPEST 1 617 km
PARIS BERN 598 km	PARIS ROME 1 692 km
PARIS AMSTERDAM 600 km	PARIS VARSOVIE 1 743 km
PARIS VADUZ 743 km	PARIS LISBONNE 2 023 km
PARIS ANDORRE 918 km	PARIS BELGRADE 2 142 km
PARIS EDIMBOURG 1 027 km	PARIS VILNIUS 2 270 km
PARIS MONACO 1 032 km	PARIS RIGA 2 593 km
PARIS BERLIN 1 128 km	PARIS SOFIA 2 616 km
PARIS PRAGUE 1 182 km	PARIS TALLINN 3 019 km
PARIS VIENNE 1 513 km	PARIS ATHENES 3 678 km
PARIS COPENHAGUE 1 532 km	

Sont à l'étude et seront ouvertes dans les années futures après reconnaissance et inauguration, les autres liaisons vers les capitales de l'Union Européenne (en 2010 et 2011 seront ouvertes les liaisons vers les capitales des autres pays de l'Union Européenne non reliées à ce jour).

Pour toutes infos sur **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](mailto:patrice-godart@orange.fr)

Site : [www.uect.org](http://www.uect.org) chapitre « Traits Union Européens ».

## II – C'est parti.

Lundi 14 juin, 7 h 30 :

Pour des raisons de commodités et afin d'éviter le flot des voitures, nous avons prévu de partir non pas de Paris, mais de Nogent le Roi où habite Michel. Cela décale le parcours vers le sud-ouest de l'Île de France mais nous accomplirons la partie Paris – Nogent au retour en descendant du train Madrid – Paris depuis la gare de Paris Austerlitz.

La veille au soir, Martine m'avait amené en voiture chez Michel sans oublier bien entendu le plus important : le vélo et le peu de bagages avec lesquels nous subsisterons pendant une quinzaine de jours. Nous avons la semaine précédente vérifié mécaniquement nos vélos en changeant les pneus et en contrôlant les roulements, les visseries, les câbles et les éclairages.

Nous avons, quelques semaines auparavant, déterminé l'itinéraire de Paris - Madrid à partir de l'itinéraire type proposé par l'organisateur et d'un site de référence car 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 la page précédente).

Cette préparation est essentielle parce que les routes principales et secondaires sont 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 nous savons aussi cette année qu'en traversant la France et l'Espagne, nous devons redoubler de vigilance parce que ces 2 pays sont moins accueillants pour les vélos que des pays comme la Hollande, l'Allemagne, le Danemark et la Suède qui possèdent un vrai réseau de pistes cyclables et qui facilitent la circulation des vélos, en particulier en milieu urbain.

Nos bagages se limitent à une sacoche guidon pour nos affaires courantes, une sacoche triangle pour le vêtement anti-pluie et une sacoche de selle pour notre petit outillage, l'ensemble pesant de 5 à 6 kg supplémentaires.

Comme tout cyclotouriste digne de ce nom, notre sacoche guidon est équipée d'une pochette transparente pour visionner la carte et l'itinéraire choisi. Ce routage par carte « à l'ancienne » est important parce qu'il nous permet en temps réel de lire les panneaux indicateurs tout en repérant le tracé sur la carte.

Nous avons aussi installé un petit drapeau français à l'arrière du vélo, non pas parce que nous sommes chauvins, mais pour indiquer à nos amis étrangers que nous venons visiter leur pays en bicyclette qui est un moyen de locomotion idéal et écologique pour rencontrer les gens et apprécier les paysages.

Nous quittons Nogent le Roi à 7 h 30 après un petit déjeuner copieux pris chez Michel.

Lundi 14 juin, jour J : prêts pour le départ



### III – Descriptif de nos vélos.

#### Michel CHEMINET : vélo de randonnée.



- Vélo cadre carbone Look VHM 54 cm de 2008.
- Fourches carbone HSCS – Potence et jeu de direction Campagnolo.
- Freins Campagnolo Chorus - Levier de vitesse Campagnolo.
- Roues Campagnolo Zonda – Pneus Continental Grand Prix (section 24).
- Pédales Campagnolo Centaur double plateaux (50 – 36).
- Cassette arrière Campagnolo 9 vitesses : 12 – 25.
- Dérailleur arrière Campagnolo Record.
- Dérailleur avant Campagnolo Chorus.
- Pédales Look Delta.
- Poids du vélo : 8 kg – Poids avec les sacoches et le bidon : 13 kg.
- Chaussures Carnac et cales Look Delta.
- Sacoche guidon Chapak avec clic-fix.

## Michel BONNARD : Vélo de randonnée.

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



- Vélo cadre acier Motobécane Columbus 58 cm de 1981.
- Fourches Columbus chromées – Potence FSA – Jeu de direction Spidel.
- Freins Campagnolo Centaur – Leviers de vitesse Campagnolo Centaur.
- Roues Campagnolo Vento – Pneus Continental GP 4000.
- 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.
- Poids du vélo : 11 kg – Poids avec les sacoches et les bidons : 17 kg.
- Pédales Look Kéo – Chaussures Sidi et cales Look Kéo.
- Sacoche guidon Chapak avec clic-fix.

Michel BONNARD : Vélo d'entraînement.

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



- 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 GP 4000.
- 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.

#### IV – Les 11 étapes.

### 1) Nogent le Roi – Chartres – Chambord – Ecueillé.

Lundi 14 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
198 km	700 mètres	23,5 km/heure	18°

Nous sommes prêts pour entamer notre périple. Nous avons effectué les mois précédents un bon entraînement physique en alignant les km (environ 6 500 km depuis le 1<sup>er</sup> janvier) et nous avons durci l'entraînement en programmant des randonnées de 200 km et quelques journées en montagne (Jura – Beaujolais).

Nous quittons Nogent pour une longue étape qui va nous permettre de contourner tout le sud du bassin parisien. Nous traversons dans un premier temps la Beauce et ses grandes exploitations agricoles et nous voyons de nombreuses éoliennes qui se sont implantées dans le paysage puisque le relief est plat et peu arboré, ce qui explique ce choix d'énergie renouvelable. Nous rejoignons rapidement Chartres et sa magnifique cathédrale. Nous avons la chance d'être poussés par un vent du nord-ouest favorable ce qui nous permet de tenir une moyenne de 25 km/h les 100 premiers kilomètres. Nous faisons une halte pour pique-niquer devant le château renaissance de Chambord.



Le château de Chambord

Le château de Chambord était jusqu'à présent le lieu des chasses présidentielles avec des invités triés sur le volet. Avec la crise, ces chasses donnaient l'image d'un privilège hérité de l'ancien régime. Le 28 juin de cette année, le Président de la République française a annoncé la fin des chasses présidentielles.

Après la traversée de la forêt de Chambord, nous poursuivons la route des châteaux de la Loire en voyant sur les panneaux les noms évocateurs de Beaugency, de Blois avant d'atteindre la ville de Cheverny.

Nous rejoignons ensuite la Sologne, autre lieu de villégiature connu pour ses étangs, ses forêts et possédant une forte tradition de pêche et de chasse, avant d'atteindre la ville de Saint-Aignan célèbre pour son château, son église et son zoo. En fin d'après-midi, nous parcourons la forêt de Brouard avant de rejoindre notre petite ville étape, Ecueillé où nous avons réservé dans le seul hôtel de la ville.

Ce sera un hébergement modeste mais bien apprécié après cette étape de près de 200 km.



## 2) Ecueillé – Oradour sur Glane – Cognac la Forêt - Montpoutier

Mardi 15 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
175 km	1 649 mètres	23 km/heure	17°

En nous levant, nous constatons que le temps est incertain et que la météo annonce une journée pluvieuse dans l'après-midi. Comme les jardiniers, nous sommes attentifs aux prévisions météo, parce que ce n'est pas la même chose de rouler par temps sec que de rouler sous la pluie.

La matinée se déroule à travers le parc naturel de la Brenne, région réputée pour ses étangs. Les routes sont droites mais avec un relief de montagnes russes qui explique le dénivelé en fin de journée : 1 649 mètres. Avec plus de 2000 étangs, la Brenne est l'une des plus importantes zones humides continentales françaises, reconnue au niveau international pour la richesse exceptionnelle de sa faune et de sa flore aquatique.



Etang dans le parc de la Brenne

En quittant ce parc, nous entrons dans une région d'élevage bovin et ovin dont Montmorillon est l'un des centres économiques. Le parcours de l'après-midi est plus accidenté et s'étire dans le haut limousin. Le crachin limousin nous oblige à « bâcher » une bonne heure avec notre vêtement anti-pluie.

Nous arrivons en fin d'après-midi à Oradour-sur-Glane, petite ville tristement célèbre pour son village martyrisé suite à un massacre des nazis pendant la 2<sup>ème</sup> guerre mondiale. Les ruines du village et un mémorial rappellent le souvenir de ce drame.



### Oradour-sur-Glane

Nous rejoignons ensuite Cognac la Forêt et le hameau de Montpoutier où nous avons réservé un gîte chez Jacques et Patricia. L'accueil est très sympathique et la table d'hôte excellente avec une cuisine de terroir.

### Mercredi 16 juin : changement de programme.

Ce mercredi 16 juin, le temps est exécrable partout en France et en particulier sur la côte d'azur, où il y aura de graves inondations et de nombreux morts. Par sagesse et par expérience, Michel propose de ne pas partir et d'avancer une journée de repos que nous avions prévue en fin de semaine chez notre ami Roger. Nous téléphonons pour avertir l'hôtel et le gîte où nous avons réservé les jours suivants et nous décalons nos réservations.

Nous sommes donc cloués au sol, non pas par un nuage de cendres, mais par des pluies diluviennes. Nous restons à la « niche » en début de matinée et Jacques et Patricia nous prêtent gentiment une voiture pour aller à Limoges. Mais Limoges sous une pluie battante avec 11° de température, ce n'est pas la joie et nous revenons en début d'après-midi pour faire une petite sieste réparatrice.

### 3) Montpoutier – Grottes de Lascaux – Coux et Bigaroque.

#### Jeudi 17 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
155 km	1 800 mètres	22,8 km/heure	19°

Après cette journée de repos forcé, nous partons avec le soleil de Cognac la Forêt mais l'atmosphère est chargée d'humidité ce qui exhale les bonnes odeurs de la campagne.

Nous retrouvons les paysages vallonnés du Limousin en traversant des villages et des petites villes où subsistent encore des foirails qui témoignent des anciennes foires à bétail. L'agneau signé « le baronet » est produit par 1 200 éleveurs du Limousin, un terroir réputé pour la qualité de ses élevages. La limousine est une race bovine rustique originaire du Limousin, qui est principalement vouée à la production de viande.



La race Limousine

Le relief est légèrement accidenté sans dépasser l'altitude de 400 m. Les panneaux routiers indiquent la route du haut limousin mais cela n'a rien à voir avec le relief alpin

À la mi-journée, nous prenons un menu du jour à base de raviolis dans le seul restaurant du coin à Saint Agnan. Nous entrons ensuite dans le Périgord et les paysages changent, en particulier avec la culture des noyers (les noix du Périgord concurrencent les noix de Grenoble), avec les arbres fruitiers et bien sûr avec l'élevage des canards et des oies pour la fabrication du foie gras et du confit.

La fin de parcours chemine à travers les sites des grottes dont les célèbres grottes de Lascaux. Nous faisons pointer nos feuilles de route aux Eyzies.

Les rivières sont en crue et chargées de boue. La route s'est même effondrée avant notre arrivée à Coux et Bigaroque, mais nous parvenons à passer avec nos montures à 2 roues. Au final, 1800 mètres de dénivelé tout de même et un repos apprécié à La Faval à l'hôtel restaurant du petit chaperon rouge.



En cheminant le long des grottes



#### 4) Coux et Bigaroque – Belvès – Mauvezin – Saint-Orens.

Vendredi 18 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
167 km	1 570 mètres	23 km/heure	21°

Ce sera une étape riche en terroirs puisque nous traverserons successivement le Périgord, le Quercy, l'Agenais et la Lomagne.

Nous quittons en début d'étape le Périgord pour entrer dans le Quercy autre région de polyculture et d'élevage. Le relief ne change guère et nous montons et descendons sans arrêt. A la sortie de Fumel, nous nous égarons sur des routes de campagne et nous arrivons dans une cour de ferme où nous sommes accueillis par un gros chien qui montre les crocs. Ce chien nous accompagne un bout de chemin mais soudainement attaque la roue avant de Michel en mordant dans le pneu sans dommage. Nous pique-niquons le midi dans un petit village.



Village dans le Quercy

Les arbres fruitiers et en particulier les pruniers cultivés pour la confection des pruneaux nous indiquent que nous sommes dans l'Agenais. La viticulture s'est aussi développée autour du célèbre raisin blanc de Moissac.



Pruneau d'Agen



Chasselas de Moissac

Nous traversons dans l'après-midi la Garonne qui est à son plus haut niveau et qui charrie de la terre et de la boue suite aux pluies diluviennes qui se sont abattues les jours précédents. Dans la vallée de la Lomagne, nous commençons à apercevoir des villages typiques du sud-ouest avec des constructions en briques rouges du pays. Notre étape se termine près de Mauvezin, à Saint-Orens dans un gîte magnifiquement rénové.



Devant le gîte de Saint-Orens

Cette étape de près de 170 km aura été difficile, avec du dénivelé (1 570 m), de la chaleur et du vent de face.

### 5) Saint-Orens – Gimont – Samatan – Couladères.

Samedi 19 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
74 km	1 069 mètres	23 km/heure	16°

Nous avons prévu aujourd'hui une petite étape de transition sur la matinée afin de revoir notre ami Roger Bernard, un ancien collègue de travail et un grand cyclotouriste ayant à son actif 5 Paris-Brest-Paris (comme Michel), toutes les diagonales et flèches de France et de nombreux traits d'union européens.

Nous traversons la Gascogne et des villes typiques comme Samatan et Lombez dans le Gers avant d'entrer en Haute Garonne.



La cathédrale de Lombez

Nous sommes accueillis vers 13 h à Couladères chez Roger qui nous concocte un repas régional avec du foie gras et de l'agneau de pays. L'après-midi étant pluvieuse, nous évoquons de nombreux souvenirs de randonnées et de travail qui nous rappellent le bon temps.

Nous découvrons aussi que notre ami Roger s'est lancé dans la sculpture sur métaux, en détournant des anciens outils agricoles ou artisanaux, en les polissant et en imaginant de nouvelles formes. Encore merci Roger pour ton accueil.

## 6) Couladères – Rabastens – Vic-en-Bigorre – Sauvagnon.

**Dimanche 20 juin.**

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
152 km	2 090 mètres	21 km/heure	18°

Nous quittons Couladères dans la banlieue de Toulouse pour rejoindre Pau et le Béarn. Roger propose gentiment de nous accompagner pendant quelques kilomètres pour nous mettre sur la bonne route. Avant de franchir les Pyrénées, ce sera l'étape la plus accidentée avec plus de 2 000 mètres de dénivelé. Tout au long du parcours, nous ne ferons que monter et descendre autour de 200 et 400 mètres avec de forts pourcentages (7 à 10%).



Vic-en-Bigorre

Nous parcourons la Bigorre et le Béarn, avec leurs maisons typiques et une agriculture tournée vers la culture du maïs et des céréales et l'élevage des bovins, des ovins, des oies et des canards. Les Béarnais ont aussi développé quelques spécialités comme la poule au pot, la garbure, le fromage de brebis (ex : Ossau-Iraty) et la viticulture avec le vin blanc moelleux de Jurançon. Le tourisme reste également un atout majeur dans ce développement économique.

Nous déjeunons simplement à Rabastens avant d'atteindre Vic-en-Bigorre et Morlaas (anciennes villes de foirail) mais qui ont conservé une dynamique commerciale. Nous arrivons au terme de notre étape, à Sauvagnon, petit village résidentiel situé à 13 km de Pau et tout près de l'aéroport de Pau Uzein. Nous retrouvons à Sauvagnon, Martine mon épouse qui est originaire de ce village béarnais.

### **Lundi 21 juin : journée de repos avant de franchir les Pyrénées.**

Nous avons prévu cette journée de repos à mi-parcours avant de franchir les Pyrénées le lendemain. Nous avons déjà parcouru plus de 900 km en 6 étapes et il est important de faire une petite coupure, un peu comme les coureurs du Tour de France qui bénéficient de leur journée de repos. La différence est que nous roulons moins vite qu'eux, que nous portons nos bagages et notre outillage et que nous « carburons » à l'eau claire ou éventuellement gazeuse.

Nous partons visiter la belle ville de Pau, chargée d'histoire, riche en patrimoine et célèbre parce qu'en 1553 Jeanne d'Albret donne naissance à Henri de Navarre, futur roi Henri IV. La légende dit que les lèvres du futur roi furent baptisées avec du vin de Jurançon et de l'ail. Pau devient, entre 1830 et 1914, une des stations climatiques et sportives les plus réputées d'Europe occidentale et la ville est connue pour être un lieu de villégiature prisé des Britanniques.



Pau, son château et le gave de Pau.

## 7) Sauvagnon – Pau – Nay – Laruns – Col du Pourtalet – Jaca.

Mardi 22 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
138 km	2 000 mètres	20,50 km/heure	25°

Cette étape à travers les Pyrénées françaises et espagnoles nous permet de renouer avec un temps superbe et ensoleillé, ce qui est parfait pour une étape de montagne. Nous partons de Sauvagnon à 8 h et faisons un petit détour par Nay pour un nouveau pointage.

Nous traversons la ville de Jurançon avant de rejoindre Gan et de passer devant la cave coopérative qui commercialise le Jurançon (cépage manseng). Nous remontons ensuite la vallée d'Ossau en passant successivement à Rébenac, Louvie Juzon et en laissant à notre droite le col de Marie Blanche, puis Laruns, village typique situé à 500 m d'altitude et qui est le point de départ des randonnées cyclistes vers l'Aubisque ou le Pourtalet.



**Laruns,  
point de départ des randonnées  
cyclistes vers l'Aubisque ou le  
Pourtalet**





Nous attaquons le Pourtalet et ses 29 km d'ascension mais avec des pentes régulières qui ne dépassent jamais les 8 ou 9%. Le revêtement routier est excellent et nous remontons tranquillement le col par Gabas et Artouste avant de parvenir au sommet à près de 1 800 m.



Le Pourtalet



Les paysages sont typiques des montagnes avec les torrents, les troupeaux de vaches, de moutons et de chevaux et les cimes enneigées. Après une petite collation prise en haut du col nous descendons à plus de 73 km/heure la vallée de la Tena versant espagnol sur de très belles routes. La température atteint 30° et Michel subit une petite crevaison que nous réparons très vite.

Nous arrivons à Jaca vers 16 h en espérant regarder le match France – Afrique du Sud mais les chaînes espagnoles ne daignent pas diffuser ce match. Finalement, nous ne manquons rien, vu la médiocrité du jeu de l'équipe de France.

## 8) Jaca – Ayerbe – Ardisa – Ejea de Los Caballeros – Tudela.

Mercredi 23 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
164 km	1 156 mètres	24,3 km/heure	30°

Nous partons de Jaca situé à 700 m d'altitude pour grimper immédiatement un petit col (Puerto de Oroel) culminant à 1 080 m.



Puis nous descendons progressivement dans la vallée de la Pena qui ressemble à la vallée d'Ossau mais en plus sec. Ce sont les Pyrénées méridionales, la végétation est moins verdoyante et le niveau des cours d'eau est beaucoup plus bas qu'en France. Cette aridité ne favorise pas les cultures à part les céréales, les oliviers et les amandiers et quelques arbres fruitiers.

Nous traversons l'Aragon et après Ayerbe, nous rencontrons les paysages typiques de l'Espagne : massifs rocailloux, campagnes désertiques, blés déjà mûrs et soleil de plomb (plus de 35° dans l'après-midi).

Dans l'Aragon, pour peu que l'on s'écarte des centres urbains, on se sent rapidement seul, parce que les villages semblent endormis et inhabités. Lorsqu'on cherche à se ravitailler en eau, il n'est pas facile de trouver des fontaines où l'eau coule.

Nous faisons tamponner notre carte de contrôle à Ejea de Los Caballeros avant de parcourir les 40 derniers km en direction de Tudela, ville moyenne située à mi-distance de Pampelune et Saragosse. A l'entrée de Tudela, nous traversons le plus grand fleuve d'Espagne : le Rio Ebro (l'Ebre) qui se jette au sud-est en Méditerranée.

Nous sommes hébergés dans un hôtel 3 étoiles où nous avons réservé et nous mangeons dans un très bon restaurant asiatique (5 plats + 1 dessert + 1 bière pour 24 euros à 2).

## 9) Tudela – Tarazona – Agreda – Jaray – Gomara – Almazan.

Jeudi 24 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
117 km	1 300 mètres	21,2 km/heure	33°

Après un très copieux petit-déjeuner pris dans cet hôtel 3 étoiles à Tudela, nous sommes prêts pour une petite étape de montagne. Nous partons de Tudela qui se situe à moins de 300 m d'altitude pour grimper progressivement jusqu'au puerto la Carrasca qui culmine à près de 1 200 m.



Auparavant, nous avons emprunté involontairement une autoroute pendant 2 km entre Tarazona et Agreda suite à l'aménagement routier d'une nationale qui devient subitement une autoroute sans avertissement pour les cyclistes ! De plus en plus, nous constatons au fil de nos périples (en Italie, en France, en Espagne) que l'espace pour les vélos se restreint de plus en plus aux abords des grandes villes. On développe en milieu urbain l'utilisation des vélos mais l'accès aux villes devient problématique.

Après avoir franchi ce col, nos compteurs altimètres nous indiquent que nous roulons en permanence à une altitude de 1 000 m ce qui traduit le relief montagneux de l'Espagne. On l'ignore, mais l'Espagne est le pays d'Europe le plus élevé en altitude moyenne, plus que l'Autriche.

Au fil de la route, on constate dans certaines villes, que des logements ont été construits récemment mais sont inoccupés suite à la grave crise de l'immobilier qui a touché le pays. Ces dernières années, l'Espagne à elle toute seule, avait plus consommé de ciment dans le secteur du bâtiment que la France, l'Italie, la Grande Bretagne et l'Allemagne réunis.

Nous arrivons en milieu d'après-midi à Almazan, petite ville fortifiée, rafraichie par le Rio Duero (qui se jette dans l'Atlantique en devenant le Douro au Portugal).

#### Eglise d'Almazan



## 10) Almazan – Barahona – Cogolludo – Uceda – Torrelaguna.

Vendredi 25 juin.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
155 km	1 500 mètres	22 km/heure	35°

Après un petit déjeuner léger, nous quittons Almazan vers 7 h 45' mais nous nous trompons d'itinéraire dès le départ, ce qui nous oblige à revenir sur nos pas (10 km en supplément et 1 crevaison en prime).

Après avoir retrouvé le bon chemin, nous grimpons un petit col (Altos de Barahona) qui culmine à 1 140 m d'altitude et nous resterons toute la journée pratiquement à ces altitudes de 900/1 000/1 100 m, en montant et en descendant continuellement. Nous contournons la vieille ville d'Atienza avant de longer le lac d'Alcorlo.



Vue sur la ville d'Atienza

Nous nous arrêtons déjeuner dans un restaurant à Cogolludo où nous faisons pointer nos cartes de route. Au menu, salade mixte – poulet ou poisson – glace ou flan – bière – café, le tout pour 20 euros à 2. La vie semble un peu moins chère en Espagne qu'en France, c'est bon et copieux, mais les clients sont rares.

Avec les déjeuners et les dîners, nous avons compris que les espagnols ont des horaires de repas décalés par rapport à nous. Le déjeuner est plutôt servi à partir de 13 h – 14 h et le dîner pas avant 20 h – 21 h.

Lorsque nous repartons à 14 h, la température est à 36°. Nous ferons rapidement en cours d'après-midi une halte pour boire un rafraîchissement. La température atteint progressivement 40° avant de descendre vers Torrelaguna où nous avons réservé la veille par téléphone. Nous nous trouvons à 40 km au nord de Madrid, mais nous prévoyons de faire un détour le lendemain par l'ouest de Madrid afin de voir l'Escorial.



Les cigognes nichées sur les vieux remparts de Torrelaguna

## 11) Torrelaguna – Guadarrama – El Escorial – Madrid.

**Samedi 26 juin.**

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 12 h
138 km	1 260 mètres	21,7 km/heure	32°

C'est la dernière étape de notre périple qui va nous faire contourner Madrid par l'ouest pour aller à El Escorial.

Nous traversons la région des lacs (Pedrezuela et Santillana) avant d'approcher « El Valle de los Caidos ». Ce monument religieux a été commandé par le général Franco pour rendre hommage aux combattants morts pendant la guerre civile espagnole (1936 – 1939).

Le gouvernement actuel en Espagne prévoit de dépolitiser le monument afin de le consacrer uniquement à sa vocation religieuse.

## El Valle de los Caidos



En arrivant près de la ville « El Escorial », on aperçoit l'imposant palais situé à près de 1 200 m d'altitude. Nous demandons à un cycliste en VTT la meilleure route pour accéder au site et il propose de nous accompagner jusqu'au palais. La route est très pentue et se termine par un raidillon avec de gros pavés, ce qui m'oblige à mettre mon 30/29 (triple plateau à 30 dents devant – 29 dents à l'arrière).

Le monastère monumental « El Escorial » domine les contreforts de la Sierra Guadarrama. C'est un monument de granit plutôt austère, construit à la demande du roi Philippe II. Les travaux n'ont duré que 21 ans, d'où l'exceptionnelle unité de style de l'édifice aux formes rectangulaires et symétriques.



Le palais « El Escorial »

Nous pique-niquons en recherchant un coin d'ombre et nous reprenons la route par plus de 35° en descendant vers Madrid qui se situe à 700 m. L'approche de Madrid est difficile, parce qu'il y a de nombreux touristes et que les routes sont étroites. Nous regardons précisément nos cartes et nos guides afin de repérer la bonne route qui nous conduira au centre de Madrid. Madrid est une grande ville (5 millions d'habitants avec sa banlieue) et de nombreuses autoroutes quadrillent cette capitale qui est au centre de l'Espagne.

Nous parvenons à entrer dans Madrid, mais contrairement à d'autres capitales européennes (Paris – Amsterdam – Copenhague – Stockholm – Berlin – etc....), rien n'est prévu pour la circulation des vélos et nous sommes 2 martiens au milieu du flot de la circulation. Heureusement, les avenues sont très larges et nous finissons par trouver notre hôtel en plein centre ville, à la plaza del Angel.



Repos bien mérité à Madrid

## 12 Visite de Madrid.

### Dimanche 27 juin

Nous avons samedi soir dîné dans un restaurant typiquement espagnol en dégustant une paella bien garnie. La nuit nous a permis de digérer ce repas bien copieux.

Notre retour en train étant programmé pour dimanche soir 19 h, nous décidons de faire le matin un tour de ville en bus ce qui nous évitera de trop marcher ou de perdre du temps à rechercher notre chemin.

Nous petit-déjeunons copieusement à l'hôtel Persal où le service est parfait et nous nous dirigeons vers la place de la Puerta del Sol d'où partent les bus qui proposent un tour de ville en 1 h 30 pour 35 euros. Le ciel est couvert mais il fait tout de même 20° à 10 h du matin ce qui nous permet de monter sur la plateforme du bus à l'air libre et de prendre des photos. Des écouteurs permettent de suivre en français les commentaires associés à la visite et d'identifier les principaux monuments.



La place Mayor et la statue équestre de Philippe III





Le palais royal construit en 1764



Une des nombreuses portes d'entrée de Madrid



Telefonica : 1<sup>er</sup> gratte-ciel de Madrid construit en 1929, haut de 81 mètres

A 13 heures, nous décidons de pique-niquer dans le jardin botanique qui est un havre de paix proche du centre ville et qui abrite d'innombrables arbres et plantes d'Europe, mais également d'Amérique et du Pacifique, que ce soit en plein air ou dans les 3 serres.

Ce jardin botanique a été créé en 1755 par le roi Ferdinand VI et a été successivement enrichi au fil des années.



### Le jardin botanique de Madrid

Après ce pique-nique champêtre, nous faisons une petite sieste avant de rejoindre l'hôtel et récupérer nos vélos pour nous rendre à la gare de Chamartin distante de 8 km au nord de Madrid.

**V – C'est fini.**

**Dimanche 27 juin au soir – Lundi 28 juin matin**

### Retour Madrid – Paris – Plaisir – Nogent le Roi.

Distance	Dénivelé	Moyenne horaire	Température à 11 h
90 km	320 mètres	22 km/heure	28°



Gare Chamartin à Madrid



Gare d'Austerlitz à Paris

Nous parcourons tranquillement ces 8 km et nous arrivons vers 17 heures à cette gare complètement rénovée et climatisée où nous prenons nos repères. C'est surtout une gare pour les destinations nationales et le seul train qui part pour l'étranger est celui de Paris qui est affiché pour 19 h.

Nous avons prévu notre retour par le train en réservant un compartiment T2 couchette en 1<sup>ère</sup> classe, ce qui permet en même temps de ranger nos vélos. Pour les cyclotouristes, le train est très pratique parce qu'il n'y a pas d'exigence particulière pour faire suivre les vélos. Lorsqu'on prend l'avion, on nous demande d'emballer nos vélos soit dans des cartons, soit avec du papier bulle. Nous quittons donc Madrid dimanche soir vers 19 h pour un trajet de nuit qui nous conduira à Paris le lendemain matin à 10 h avec un retard de 1 h 30'.

Arrivés à Paris Austerlitz lundi matin, nous renfilons nos habits de cycliste, pour franchir les 90 derniers km. Nous nous échappons de Paris assez facilement en passant par la place d'Italie, Denfert-Rochereau et la Porte de Vanves. Il faut reconnaître qu'avec la mise en place des vélos en libre service à Paris, la municipalité a aménagé de nombreuses infrastructures pour les vélos : couloirs séparés spécifiques aux vélos – couloirs de bus autorisés pour les vélos – marquages au sol. C'est un progrès notoire mais il reste encore des zones à risques : le passage des ronds points et les camionnettes de livraison qui encombrant souvent les couloirs de bus.

A Clamart, nous empruntons les petites routes qui serpentent à travers la forêt de Meudon, de Chaville et de Viroflay avant de rejoindre Versailles. A partir de Versailles, nous allons au plus droit en passant par Saint-Cyr l'École, Fontenay le Fleury, les Clayes sous Bois et Plaisir où nous faisons une halte pour déjeuner chez moi : foie gras – abattis de canards et pâtes au blé dur – salade du jardin – fromages de brebis et de chèvre (St Maure) – pâtisserie – ananas, le tout arrosé d'un blanc moelleux des coteaux de Gascogne (cépage Manseng).

J'accompagne ensuite Michel qui rentre chez lui à Nogent le Roi. La boucle est ainsi bouclée et nous avons réussi notre objectif. Le dénivelé supérieur à 16 000 mètres et la distance de plus de 1 700 km exigent toutefois un entraînement sérieux les mois précédents et une bonne préparation psychologique. Il faut avoir aussi le goût de l'effort et savoir se dépasser, mais ce qui compte également, c'est l'amitié qui nous lie et qui est la meilleure garantie de réussite.

C'est la raison pour laquelle, je tiens à remercier à nouveau mon ami Michel CHEMINET, compagnon agréable et expérimenté qui rassure pas sa science du vélo et toujours aussi performant sur son vélo. [Michel possède à son actif 5 Paris-Brest-Paris, a parcouru la plupart des Traits d'Union Européens<sup>®</sup> et a sillonné la France dans tous les sens. Tout mon respect et toute mon admiration, cher Michel.](#)

Pour ma part, j'utilise des braquets plus petits que lui, un triple plateau 50-40-30 devant et 13-29 à l'arrière, alors qu'il enroule un double plateau 50-36 devant et 12-25 à l'arrière. Mais en moulinant, on parvient tout de même à rouler convenablement et sans doute à s'économiser sur le plan physique.

Merci aussi à nos épouses qui, en dépit de leur inquiétude, nous ont laissé mener à bien notre projet.

[Au revoir amis français et espagnols, nous avons vraiment apprécié dans chacun de vos pays, les magnifiques paysages, les exceptionnels sites historiques et culturels et la chaleur de votre accueil.](#)



[Nous réfléchissons en cours d'année 2010 à notre prochain périple. Après les pays du sud comme l'Italie et l'Espagne, nous irons peut-être vers l'est pour de nouveaux Traits d'Union Européens<sup>®</sup>.](#)

[A suivre donc ...](#)

## ANNEXE 1

### Traits d'Union Européens<sup>®</sup> Paris – Madrid en vélo du 14 juin au 28 juin 2010

Michel BONNARD – Michel CHEMINET

Ville contrôle

Départ le lundi 14 juin 2010

Date	Itinéraire	Km	Autres caractéristiques
Lundi 14 juin	<b>Nogent le Roi</b> – Chartres – Dammarie – Patay – Chambord – Cheverny – <b>Ecueillé</b>	<b>198</b>	Moyenne : <b>23,5</b> - Dénivelé : <b>700 m</b> Température : <b>18°</b>
Mardi 15 juin	<b>Ecueillé</b> – Magnac Laval - Oradour sur Glane – Cognac la Forêt – <b>Montpoutier</b>	<b>175</b>	Moyenne : <b>23</b> - Dénivelé : <b>1 649 m</b> Température : <b>17°</b>
Mercredi 16 juin	<b>Journée de repos</b> à cause d'une pluie battante toute la journée		Température : <b>11°</b>
Jeudi 17 juin	<b>Montpoutier</b> – Hautefort - Grottes de Lascaux - <b>Les Eyzies -Coux et Bigaroque</b>	<b>155</b>	Moyenne : <b>22,8</b> - Dénivelé : <b>1 800 m</b> Température : <b>19°</b>
Vendredi 18 juin	<b>Coux et Bigaroque</b> – Belvès – Beaumont de Lomagne – Mauvezin – <b>Saint-Orens</b>	<b>167</b>	Moyenne : <b>23</b> - Dénivelé : <b>1 570 m</b> Température : <b>21°</b>
Samedi 19 juin	<b>Saint-Orens</b> – Gimont – Samatan - Le Fousseret – <b>Couladères</b> (près de Cazères)	<b>74</b>	Moyenne : <b>23</b> - Dénivelé : <b>1 069 m</b> Température : <b>16°</b>
Dimanche 20 juin	<b>Couladères</b> – Aurignac – Castelnau – Rabastens – Vic - Moorlas – <b>Sauvagnon</b>	<b>152</b>	Moyenne : <b>21</b> - Dénivelé : <b>2 090 m</b> Température : <b>18°</b>
Lundi 21 juin	Journée de repos dans le Béarn à <b>Sauvagnon</b>		Température : <b>24°</b>
Mardi 22 juin	<b>Sauvagnon</b> - Pau – <b>Nay</b> -Laruns - Col du Pourtalet (1 794 m) – <b>Jaca</b>	<b>138</b>	Moyenne : <b>20,5</b> - Dénivelé : <b>2 000 m</b> Température : <b>25°</b>
Mercredi 23 juin	<b>Jaca</b> – Puerto de Oerel (1 080 m) Ayerbe Ardisa - <b>Ejea de Los Caballeros - Tudela</b>	<b>164</b>	Moyenne : <b>24,3</b> - Dénivelé : <b>1 156 m</b> Température : <b>30°</b>
Jeudi 24 juin	<b>Tudela</b> – Tarazona - Agreda – Jaray – Gomara - <b>Almazan</b>	<b>117</b>	Moyenne : <b>21,2</b> - Dénivelé : <b>1 300 m</b> Température : <b>33°</b>
Vendredi 25 juin	<b>Almazan</b> - Barahona – Congostrina - <b>Cogolludo</b> – Uceda - <b>Torrelaguna</b>	<b>155</b>	Moyenne : <b>22</b> - Dénivelé : <b>1 500 m</b> Température : <b>35°</b>
Samedi 26 juin	<b>Torrelaguna</b> – Cerceda – Guadarrama – <b>Los Caidos</b> -Escorial - <b>Madrid</b>	<b>138</b>	Moyenne : <b>21,7</b> - Dénivelé : <b>1 260 m</b> Température : <b>32°</b>
Dimanche 27 juin	<b>Repos à Madrid</b> et visite de la ville la journée - Départ du train à Madrid à 19 h		Température : <b>30°</b>
Lundi 28 juin	Arrivée à Paris à 9 h puis retour <b>Paris Austerlitz</b> → Plaisir → <b>Nogent le Roi</b>	<b>90</b>	Moyenne : <b>22</b> - Dénivelé : <b>320 m</b> Température : <b>28°</b>

**Distance parcourue** : 1 723 km - **Dénivelé** : 16 414 m

**Moyenne** : 22,47 km/heure - **Temps total** : 77 heures

**Départ de Madrid le dimanche 27 juin 2010 à 19 h pour Paris Austerlitz**

**Retour sur Plaisir – Nogent le Roi le lundi 28 juin**

## ANNEXE 2

### Budget de voyage

Dépenses		Montant en €	en %	Commentaires
Hébergement		565	37%	9 nuits à 56,50 euros en moyenne
Alimentation		594	39%	Restauration le soir + pique-nique le midi + cafés et boissons
Billet de train		238	15%	Retour Madrid - Paris par train de nuit en 1ère T2
Visites touristiques		75	5%	Madrid : Tour de ville - Jardin botanique
Frais divers		60	4%	Téléphone
<b>Dépenses</b>		<b>1 532</b>	<b>100%</b>	<b>soit 1 532 euros / 2 = 766 euros chacun</b>
Hôtels ou Gîtes	Note	Type	Prix en €	Ville - Pays
Hôtel le lion d'or *	AB	Hôtel	52,00	Ecueillé (France)
Chambre d'hôte chez l'habitant	TB	Chambre et table d'hôte	90,00 (2 nuits)	Cognac la Forêt / Montpoutier (France)
Hôtel le petit chaperon rouge **	TB	Très bonne table	45,00	Coux et Bigaroque (France)
Gîte chez l'habitant	TB	Gîte + table	45,00	Mauvezin / Saint Orens (France)
1 nuit chez Roger	TB	Chez l'habitant	-	Couladères (France)
2 nuits chez Martine	TB	Chez l'habitant	-	Sauvagnon (France)
Hôtel Jacques **	B	Hôtel	70,00	Jaca (Espagne)
Hôtel Bardenas ***	TB	Hôtel	64,00	Tudela (Espagne)
Hôtel Puerta de la Villa **	AB	Hôtel	43,00	Almazan (Espagne)
Hôtel Posada del Camini Real ***	B	Posada	72,00	Torrelaguna (Espagne)
Hôtel Persal **	TB	Hôtel situé centre ville	84,00	Madrid (Espagne)
<b>Total 13 nuits dont 10 payantes</b>			<b>565</b>	<b>environ 56,50 euros par nuit soit 565 euros pour 10 nuits payantes</b>