



“L'ORANIE CYCLISTE”

COURRIER : *Jean-Marie BARROIS*
 «Le Saint-Germain» - Bât. D2
 693 Avenue de Mazargues
 13009 MARSEILLE
 Tél. 04 91 40 41 76

N° 110

OCTOBRE-NOVEMBRE-DECEMBRE 2001

Dans ce numéro

LES ANCIENS de l'ORANIE CYCLISTE ONT LEUR SITE INTERNET

26èmes RETROUVAILLES de l'ORANIE CYCLISTE

Samedi 1^{er} et Dimanche 2 Juin - SETE

Organisation: F.GIMENO - M.ROBLES - A BILLEGAS - G.BELZUNCES



**Meilleurs Vœux
de Bonne et
Heureuse
Année**



LA VRAIE LIBERTE C'EST D'ETRE SOI-MÊME . RIEN D'AUTRE NE COMPTE AU
MONDE (J. MOREAU)

LORSQUE L'ENFANT PARAIT.....

Je m'appelle William Jules WEINE-SEGURA . Je suis né dans un faubourg de Paris , le 22 septembre 2001 . Mes parents papa Yves SEGURA de Paris , maman Sara Maria FREDRIKSSON de Stockolm (Suède) , mes grands parents Papi Jules SEGURA d'Echirolles , Papi et Mami FREDRIKSSON - WEINE de Stockolm . Quel beau mélange , le Sud avec le Nord . Comme dit le proverbe : "En amour , il n'y a pas de frontière".

NOS PEINES...

+ **Charles VIVES** , le papa de Pierre , nous a quittés le 8 novembre 2001 , à l' âge de 88 ans . Certains d'entre vous l'ont peut être eu comme enseignant puisqu'il a été instituteur à Magnan , et professeur à Maraval.

+ Mme Suzanne OLIVA née CHARRON, Renée et Christian AYALA , Pierre OLIVA , Madeleine VERSAVAUD nous font part du décès , survenu le 10 septembre 2001 , à l'âge de 91 ans de leur époux et père , Monsieur **Paul OLIVA**.

Paul OLIVA est l'auteur du remarquable "ORAN SPORTIF" qui fait une large part au cyclisme oranien , et au Critérium de l'ECHO d'ORAN . Il était un ami de notre association et nous donnait régulièrement de ses nouvelles.

+ Autres décès : Gabriel BASCUNANA (de Canet Village) - Joseph JUAN (de La Valette).

L'Oranie Cycliste présente à toutes les familles dans la peine les plus sincères condoléances de ses membres .

ADRESSES...ADRESSES...ADRESSES...ADRESSES...ADRESSES...AD

Retours : Paul MANCHON (Martigues)

Nouvelles adresses et/ou corrections

François VALERO
Henri SEGURA

Laurent SAEZ

Gilles FIGARI

LES MALHEURS DE FELIX....

Félix VALDES était en danseuse , quand sa manivelle s'est brusquement cassée . Chute lourde , très lourde. C'était le 2 novembre 2001 . Fracture du bassin , trou dans la tête nécessitant 10 points....Comme dit Madame , nous allons lui offrir des stabilisateurs . C'est la deuxième chute sérieuse en dix ans de notre ami . La première , causée par une voiture , l' avait également condamné à une longue immobilisation . Allez Félix , courage et bon rétablissement....

N'OUBLIEZ PAS DE RENOUELER VOTRE ADHESION A
NOTRE ASSOCIATION

LES ANCIENS de l'ORANIE CYCLISTE **ONT LEUR SITE INTERNET .**

VOUS POUVEZ Y ACCEDER

www.multimania.com/oraniecycliste/

ATTENTION....le site est actuellement "en construction" et "en évolution" . 150 documents attendent d'y être insérés .Mais le concepteur du projet André ALLEGRET (ancien de la R.O.O. , 4^{ème} du Premier Pas Dunlop 1960) sera heureux si vous lui envoyez 2 ou 3 coupures de presse , 2 ou 3 photos d'époque que vous sélectionnerez parmi vos souvenirs (et qu'il s'engage à vous renvoyer après usage) . André (Tel 04.67.86.62.71) que tous, nous remercions , ayant prévu une rubrique "MAILLOTS" est à la recherche de maillots de "là-bas" (R.O.O. inutile , il l'a déjà) . Prendre contact avec lui pour éviter les envois inutiles

Vous dites "Moi l'informatique..." , vous peut être pas , mais vous avez certainement parmi vos enfants ou vos petits-enfants un "informaticien-maison" qui se fera un plaisir de vous guider.....

REFAISONS L' HISTOIRE...

CHAMPIONNAT d'ORANIE de CYCLO-CROSS 1960 : Attiré par cette discipline que je ne connaissais qu'à travers l'EQUIPE , le MIROIR des SPORTS ou BUT et CLUB , et aimant courir , j'avais préparé cette épreuve dans les dunes de la Tejera , sous Canastel . Comme le faisait le crossman ELLIOTT , je montais ces dunes , le vélo sur l'épaule , hum...disons que je poussais beaucoup plus souvent le vélo... Mon épaule droite était si meurtrie que maman m'avait cousu , sous le maillot , un espèce de rembourrage qui atténuait la douleur...

Les dirigeants du C.R.O. nous avait concocté un circuit entre le stade Montréal et le Vélodrome P. Gay où le caillou était roi . Averti M. BELAID , le vélociste du Bd Paul Doumer que tous les anciens d'Ardaillon connaissent bien (pour y avoir au moins une fois loué un vélo) me monta des roues avec pneus et chambre à air (les vététistes n'ont rien inventé...) et me voilà le samedi matin en reconnaissance sur le circuit . La descente qui mène au vélodrome , dans la caillasse , si elle plaît à Fernand SORO , mon pote de l'époque , m'effraie et Fernand GIMENO , présent , me chambre gentiment .Je descends au pas mais j'en profite pour reconnaître tous les rochers qui dépassent .

Le lendemain , nous partions derrière la Cité Petit et avec le vent je me paie un coup de 52 / 15 qui me permet de rentrer sur le circuit dans la roue du saint-eugénois...et dans la descente ce n'est plus le même Barrois .Un véritable cascadeur .Cela n'empêche pas Fernand de me larguer dans la montée qui va au château d'eau .Cinq fois (je dis bien cinq fois) Fernand va crever . A chaque fois je refais une partie de mon retard mais je ne suis jamais revenu à sa hauteur . Qu'importe Fernand était bien le plus fort et moi , je m'étais bien amusé.....

(J'ai donné l'exemple mais ce sera à vous d'alimenter cette nouvelle rubriqueJ.M. B.)

GRENOBLE : 4.11.2001

REUNION du BUREAU de l'ASSOCIATION

Etaient présents : J.CI ARCHILLA , M. ESCAMA
J.V MARTINEZ , P. VIVES , J.M. BARROIS , F.
GIMENO (retardé par des problèmes personnels ,
est arrivé en fin de réunion)

Invité : Jules SEGURA

Absents excusés : Alain LOPEZ (ennuis de voiture)
Lucien ANTON, Laurent SAEZ , Edouard TROUVE

Début de la réunion : 15 h 30

Parmi les derniers décès , est signalé celui de
Paul OLIVA , l'auteur d' ORAN SPORTIF ,
grand ami de notre association.

1. ACTIVITES de l'ASSOCIATION

+ RETROUVAILLES et A.G. 2001 : Une
petite participation. Les causes : le lieu ? les
âges de certains ? J.C. ARCHILLA rappelle
que l'objectif premier des retrouvailles est de
rassembler le plus de monde possible , sous "la
bannière ex C.R.O.", par dessus les
appartenances aux clubs dans lesquels nous
étions , les uns et les autres , licenciés . De la
discussion se dégage un accord général sur la
nécessité d'un lieu de regroupement le plus
central possible , dans le triangle Montpellier ,
Avignon , Aix en Provence .

+ ORANIE CYCLISTE N°109 -PLAQUETTE
Bon accueil.

+ Souvenir Anquetil à CARNON et Six jours
de GRENOBLE : Des journées qui permettent
de se retrouver dans une ambiance vélo . Pour
les 6 jours de Grenoble , sauf contretemps
exceptionnel , les personnes qui demandent à
faire partie du groupe , ne doivent pas se
désister à la dernière minute , les places ayant
été réservées et réglées depuis janvier.

2. FINANCES

Répercussion du petit nombre de participants
aux Retrouvailles : peu de chèques pour
alimenter les finances sont rentrés . J.CI.
ARCHILLA , le trésorier , tient à tirer le signal
d'alarme : l'association ne peut vivre sans un
minimum d'adhésions .

3. PROCHAINES RETROUVAILLES

Les participants ont examiné les réponses au
sondage concernant un éventuel déplacement
en Espagne pour les prochaines Retrouvailles .
Seules 14 personnes ayant exprimé valablement
leur avis (pour une réponse ayant valeur
d'engagement) , cette consultation n'est guère
considérée comme significative et ne peut donc
être prise en compte . A titre indicatif , elle a
donné le résultat suivant :

14 réponses

11 accords pour aller en Espagne,
3 contre.

Suite aux observations et aux remarques faites
précédemment , et sur proposition de J.V.
MARTINEZ (adoptée à l'unanimité) , il est
décidé que les RETROUVAILLES auront lieu
à Nîmes , tous les ans , au mois de Mai.

N.D.L.R. : A son arrivée, Fernand GIMENO a
regretté cette décision . Dans les jours qui ont
suivi , l'ASSOCIATION des AMIS de SANTA
CRUZ nous a proposé le 3^{ème} dimanche de Mai
tous les ans .

En l'an 2002 , ce dimanche correspond au
week-end de Pentecôte ... avec en parallèle , le
rassemblement des Scouts de France.

Alerté , Fernand GIMENO a pu en 48 heures
obtenir toutes les garanties pour des **RETROU
VAILLES à SETE les 1 et 2 JUIN 2002** . Les
amis de Santa-Cruz ont été avisés , mais nous
leur avons confirmé notre demande pour le
3^{ème} dimanche de mai , à compter de l'an 2003

4. CEREMONIAL des RETROUVAILLES

La randonnée cycliste à grande vitesse (termes
choisis pour ne plus dire course) n'ayant plus
lieu d'être , J.CI.Archilla propose que soit revu
le cérémonial des Retrouvailles :

-Médaille de la Reconnaissance: Une à deux
par Retrouvailles , à toute personne ayant
œuvré pour L'Oranie Cycliste ,

-Trophée "Coup de Cœur" : décerné à tout
descendant d'un membre de l'Oranie Cycliste
se distinguant dans le cyclisme (titre régional,
national , mondial , olympique ou record)

-Trophée Jeunesse: décerné à tout descendant
d'un membre de l'Oranie cycliste s'étant
distingué dans un autre sport que le cyclisme

5. QUESTIONS DIVERSES

+ SITE INTERNET : André ALLEGRET ,
ancien de la R.O.O. , 4^{ème} du 1^{er} Pas Dunlop

1960 (arrivée au sommet de St Anne) propose un site internet "ANCIENS de l'ORANIE CYCLISTE" dont il s'occuperait gratuitement Accord général.

N.D.L.R : Les contacts nombreux entre A. Allegret et JM Barrois ont permis au site de prendre forme. Il est bien entendu que les idées de chacun seront les bienvenues...et comme le dit l'un d'entre nous : L'ancien de l'OC est une espèce en voie de disparition , le site OC est en évolution.

+ REFAISONS l'HISTOIRE : Les anecdotes font le charme de nos réunions . Les courses de "là-bas" sont refaites et refaites...Il serait bon de les écrire...Soit nos amis "se sentent" et racontent , par écrit....soit , ils ne "se sentent" pas et ils s'enregistrent sur cassette-audio et tout sera mis en forme au reçu de cette cassette.

+ CRITERIUM de l'ECHO d'ORAN : Les classements parus dans le dernier Oranie Cycliste (sur une idée de Pierre VIVES) ont attiré pas mal de réactions favorables : Il est décidé dans la mesure du possible de publier le maximum de ces classements au fil des numéros à venir

+ COMPTE-RENDU des REUNIONS : Pierre VIVES est chargé de reprendre tous les compte-rendu de nos réunions (assemblées générales compris) sur un cahier spécial.

IX^{ème} CRITERIUM de l'ECHO d'ORAN .

27 février 1955.

1^{er} Miguel POBLET (Esp.) , les 102 km en 2h 38'15"
2^{ème} Jacques DUPONT (Fr) , à 30" - 3^{ème} Louison BOBET (Fr) , même temps

Classement des nords africains

1^{er} Marcel ZELASCO (Alger) - 2^{ème} Jean GARCIA (JSSE) - 3^{ème} Mhed BELKACEMI (USMO)

Classement des oranais

1^{er} Jean GARCIA (JSSE) , sur cycles Gitane - 2^{ème} Mhed BELKACEMI (USMO) - 3^{ème} Marcel FERNANDEZ (ROO)

X^{ème} CRITERIUM de l'ECHO d'ORAN.

26 février 1956.

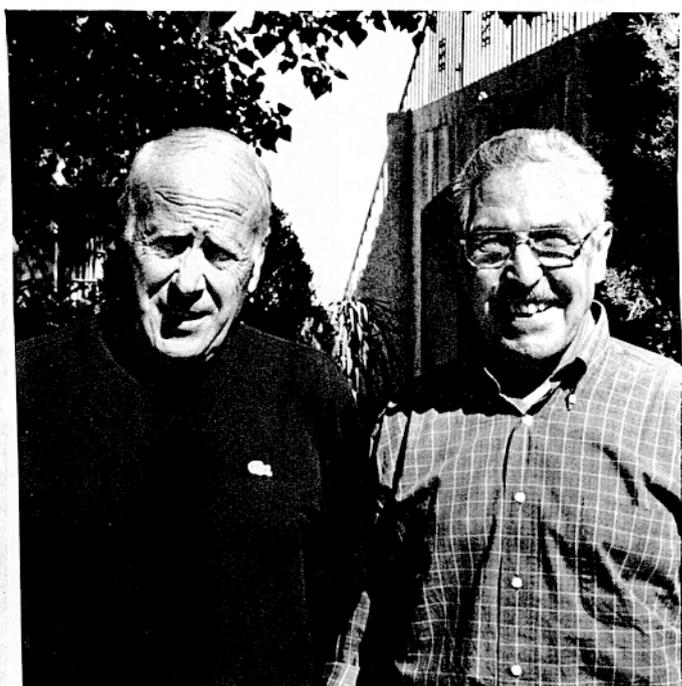
1^{er} Roger HASSENFORDER (France) sur Cycle Géminiani , les 101 km en 2h33'
2^{ème} Louis CAPUT (France) - 3^{ème} Mhed BELKACEMI (USMO) - 4^{ème} Bernard GAUTHIER (Fr) - 5^{ème} Albert BOUVET (Fr) - 6^{ème} André DARRIGADE (Fr) - 7^{ème} Jo PRIVAT (Fr) - 8^{ème} Jacques DUPONT (Fr) - 9^{ème} FOURNIER (Fr) - 10^{ème} CIELESKA (Fr) - 11^{ème} Jean BOBET (Fr) - 12^{ème} Guido MASSINA (It) - 13^{ème} René REMANGEON (Maroc) - 14^{ème} GELABERT (Esp) - 15^{ème} COLETTE (Fr).....

Classement des nords africains

1^{er} Mhed BELKACEMI (USMO) , sur cycles Alcyon - 2^{ème} René REMANGEON (Maroc) - 3^{ème} Jean HERNANDEZ (VCT) - 4^{ème} Antoine CANDELA (COB) - 5^{ème} AMOUHOUR (Alger) - 6^{ème} Gabriel CANO (VSBH) - 7^{ème} ROSSITO (Maroc) - 8^{ème} Ernest NIETO (VSBH) - 9^{ème} Albert CARILLO (ESO) - 10^{ème} Joseph CORDOBA (ESO)....

Classement des oranais

1^{er} Mhed BELKACEMI (USMO) - 2^{ème} Jean HERNANDEZ (VCT) - 3^{ème} Antoine CANDELA (COB) - 4^{ème} Gabriel CANO (VSBH) - 5^{ème} Ernest NIETO (VSBH) - 6^{ème} Albert CARILLO (ESO) - 7^{ème} Joseph CORDOBA (ESO) - 8^{ème} Fernand GIMENO (COB)



La médecine au cœur de la pratique sportive

À l'image de la société la population sportive à tendance à vieillir. Après 35 ans mieux vaut cependant reprendre le sport avec la bénédiction d'un cardiologue

Les sportifs sont à l'image de notre société, plutôt vieillissants. Il n'y a qu'à regarder passer les pelotons de coureurs à pied majoritairement garnis de vétérans 1, 2 voire 3 et 4, c'est-à-dire des personnes ayant dépassé la quarantaine, la cinquantaine et même parfois la soixantaine.

À l'origine de ce vieillissement, la pyramide des âges qui s'épaissit avec des personnes vivant de plus en vieilles et en bonne santé. Le temps libre et les 35 heures contribuent indéniablement à développer les activités de loisir. L'image dynamique et saine enfin que reflète le sportif dans une société fortement attachée au paraître à son importance.

"Il faut faire du sport, c'est indéniable et il n'y a pas d'âge pour en faire" conseille le Dr Claude Martinez, tempérant toutefois son propos, "mais at-

ention, après 35 ans et surtout s'il est sujet à risques, le sportif doit passer un test chez un cardiologue".

Sujet à risques, le mot est lâché. Il s'agit principalement des personnes ayant stoppé le sport durant plusieurs années et désirant en refaire. Louable mais pas sans danger car le cœur a perdu l'habitude. Surtout si cette personne a de surcroît fumé, si elle a bu de l'alcool, si elle souffre d'hypertension, de diabète voire de cholestérol.

Vieillir en bonne santé

"C'est bien simple, le mode de vie le plus dangereux c'est de rien foutre. Mais il ne faut pas exagérer dans le sens inverse" poursuit le Dr Claude Martinez considérant que quelques personnes peuvent parfois aller un peu loin en se lançant par exemple dans des raids aussi traumatisants pour les jambes et les articulations que le cœur.

Ces cas particuliers mis à part,

force est de constater que le sport reste un bon moyen de vieillir en bonne santé, mentale comme physique.

"J'ai remarqué que le sport est éducatif. En général les personnes se mettant ou se remettant au vélo ou à la course à pied après 35 ans sont raisonnables. Elles font même de la diététique, souvent sans le savoir" reconnaît le médecin.

Un bilan cardiaque en poche et un peu de jugeote en plus, on peut donc s'adonner aux sports sans limite d'âge. D'autant qu'en général le sportif dit âgé se tourne avec raison vers des sports d'endurance, dont la pratique idéale se situe autour d'au moins trois entraînements par semaine.

Bien entendu tous les sports n'engendrent pas les mêmes conséquences. La course à pied à une haute exigence cardio-vasculaire quelle que soit l'intensité alors que le vélo permet de moduler cette exigence. En moulinant avec un développement adapté, un cycliste

peut rouler des heures sans trop se fatiguer d'autant qu'il s'agit d'un sport porté, ne mettant pas en œuvre les articulations. On peut faire du vélo et de la marche à pied jusqu'à un âge véritablement avancé.

Certains enfin franchissent le pas pour se lancer dans la compétition. Pour cela, les centres médico-sportifs de Carpentras ou de la Souvine à Avignon propose des tests à l'effort.

Un vélo spécialement équipé ou un tapis roulant permettent d'évaluer la capacité du sportif. Ici on mesure le rythme cardiaque, les gaz rejetés et même le taux de lactate dans le sang par une série de prélèvements successifs.

"Ce test est totalement indépendant de celui du cardiologue. Il est plutôt réservé à des sportifs désirant évaluer leur forme, obtenir des données afin d'affiner leur entraînement. On fait un bilan bioénergétique, c'est un véritable test d'évaluation" ajoute le Dr Martinez.

Jean-Luc Parpaleix

Où s'adresser ?

► Pour les personnes désirant pratiquer un sport au delà 35 ans il est fortement conseillé d'entrer en contact avec un cardiologue apte et équipé.

Ce qui permettra de rechercher une affection latente pouvant se révéler lors d'un stress.

Pour les sportifs ayant passé ce stade, les centres médico-sportif



POUR QUE VIVE L'ORANIE CYCLISTE....POUR QUE VIVE L'ORANIE CYCLISTE...

Liste des membres bienfaiteurs (et adhérents de l'association), avec les remerciements du Trésorier et des chargés aux comptes

Jules MONTAVA-Hubert FERRER-André ALLEGRET-Henri SEGURA-
Claude MARTIAL-Antoine PASTOR-René JOLLY-Pierre VIVES-
Maurice LASSERRE-Jules SEGURA-Jean Vincent MARTINEZ- Lucien
ANTON-Paul GIMENEZ-Jean Louis CATABARD-Armand VALERO-
François VALERO-Gabriel BASCUNANA-Michel ESCAMA

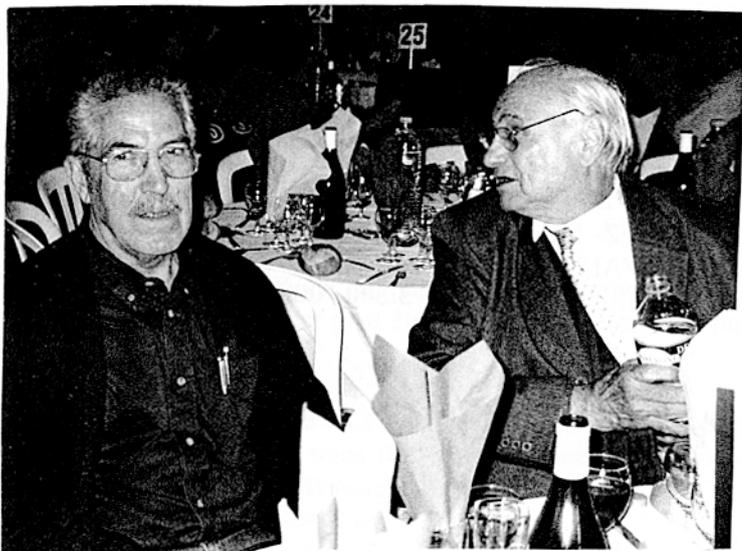
N'OUBLIEZ PAS de RENOUVELER VOTRE ADHESION

A NOTRE ASSOCIATION (année 2001 - 2002)

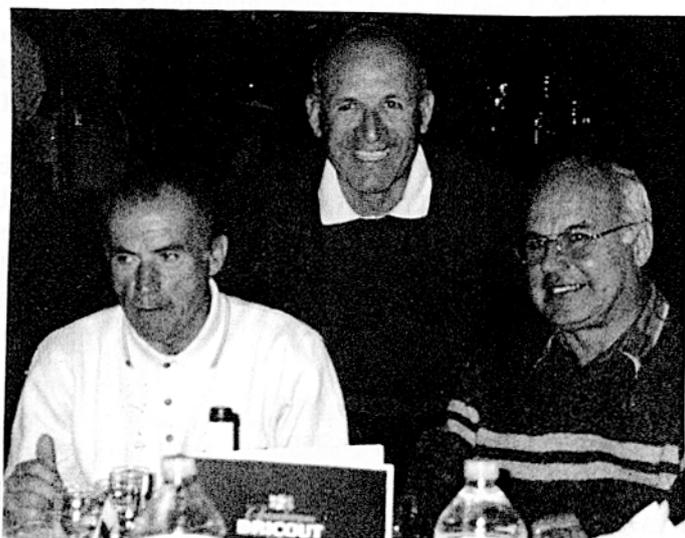
**Elle a pris effet à l'assemblée générale et elle court
jusqu'à l'Assemblée Générale de l'année suivante.**



LES ANCIENS d'ORANIE aux 6 JOURS de GRENOBLE.



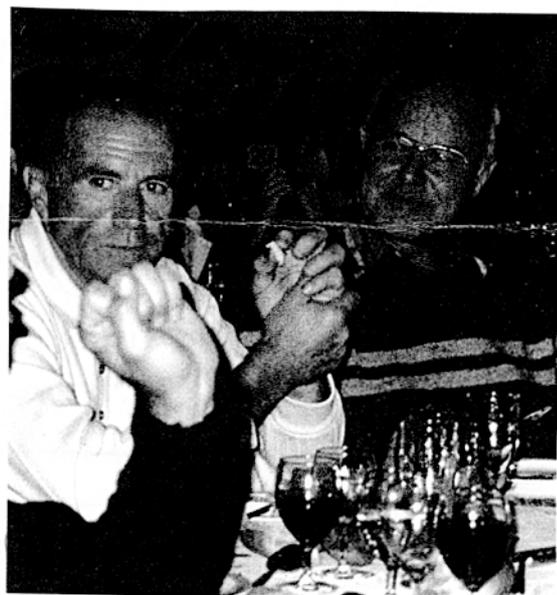
2



3



4



5



6

- 2 Michel ESCAMA et Jules SEGURA
3 Fernand GIMENO , JM BARROIS
et JV MARTINEZ
4 Jacques MICHAUD, ex vainqueur des 6 Jours,
Directeur sportif, JM BARROIS et P. VIVES
5 Fernand GIMENO et JV MARTINEZ
6 Pierre VIVES et J CI ARCHILLA

