

ACC

Corminbœuf



PROGRAMME 2024



Photo officielle des ACC pour l'inauguration des nouveaux équipements 2023



Les ACC fiers et heureux de se retrouver tous réunis au sommet du Passo Giau, lors de la sortie de la Mi-Août 2023 dans les Dolomites.

Photo de couverture : Les ACC posent pour la postérité dans la cour intérieure des Hospices de Beaune, lors de la sortie de la Fête-Dieu 2023 en Bourgogne

Prologue

Après une saison cycliste 2023 qui a permis de réaliser 2 inoubliables sorties à la Fête-Dieu en Bourgogne et à la Mi-Août dans les Dolomites, l'année des ACC s'est terminée en apothéose le 11 novembre 2023 par une magnifique soirée du 30^{ème} anniversaire. La fête fut belle, avec notamment la présence de représentants du SLD Fussy, fête qui a été l'occasion d'évoquer d'innombrables souvenirs communs.

Ce n'est pas pour autant que le comité a la gueule de bois et qu'il s'est reposé sur ses lauriers à l'aube de la saison 2024. Le programme sportif de cette année vous permettra, je l'espère, de découvrir quelques nouveautés lors de nos sorties hebdomadaires.

Il y aura notamment en juin, "le Ronde Van VIACCeren", une sortie parsemée de quelques murs, en référence au Tour des Flandres (Ronde Van Vlaanderen) auquel quelques ACC ont eu l'occasion de participer à différentes reprises. Vous aurez également l'occasion de découvrir en juillet la "Panoramastrasse", un parcours inédit dans la région de l'Emmental avec les cols du Glaubenbielen et du Glaubenberg. En septembre, Michel Overney nous a concocté un "Vol au-dessus de l'A12" ou plutôt au-dessus d'un nid de coucou, compte tenu de l'extravagance du parcours...

Quelques nouveautés programmées en 2023 qui n'avaient pas connu le succès escompté, principalement en raison de conditions climatiques défavorables, ont été reprogrammées en 2024. Il s'agit de "Un parcours Fort Broyard", "Du plein des sens" et de la magnifique sortie "Sonchaux – les Paccots". Après quelques hésitations du soussigné, la sortie surprise figure toujours au programme.

On retrouve également dans le programme des classiques telles que la sortie sur piste à Aigle, le Tour des capitales de district, les Côtes de la Broye, la sortie des Vignes et les incontournables de fin de saison que sont la sortie vintage et la balade gourmande.

En cette année 2024, durant laquelle se dérouleront les 23^{èmes} Jeux Olympiques d'été à Paris, vous retrouverez également une chronique intéressante évoquant le titre olympique de Pascal Richard à Atlanta en 1996. Que de bons souvenirs...

Notre sortie de la Fête-Dieu nous amènera 4 jours dans la magnifique région des Vosges, plus précisément à Gérardmer, carrefour entre l'Alsace et la Lorraine. L'occasion rêvée de partir à l'assaut de la Planche des Belles Filles, théâtre de plusieurs arrivées du Tour de France ces dernières années. Le Grand Ballon, le Markstein et bien d'autres cols réputés de la région seront également au programme.

Après le long déplacement dans les Dolomites en 2023, le comité a choisi pour la sortie de la Mi-Août 2024 une destination plus proche, mais tout aussi attractive. Le Valais, cher à notre ami Charly Bérard, sera en effet le but de notre sortie. Et nul doute que ce canton, avec ses paysages, son sens de l'accueil et ses produits du terroir saura nous enchanter durant les 4 jours de notre séjour. Nous aurons l'occasion de réaliser le parcours de la Classique du "Tour des Stations", en plusieurs étapes, cela va sans dire...

J'en profite pour remercier Michel Overney pour l'organisation de ces deux sorties. Il ne compte pas ses heures pour la recherche d'hôtels appropriés et de parcours adaptés à toutes les forces en présence au sein des ACC. Un grand coup de chapeau à lui pour l'immense travail qu'il accomplit depuis de nombreuses années. J'adresse également mes remerciements à mon comité pour l'excellent travail réalisé tout au long de l'année, ainsi qu'à Jean-Claude Spicher, notre président d'honneur, pour ses conseils avisés.

Le président
Robin Bondallaz

Le comité des ACC

Président	Robin Bondallaz Rte de Chaffeiru 63 1745 Lentigny Mobile 079 / 226 60 13 carbu@bluewin.ch
Vice-président	Jean-Marc Rossier Impasse du Verger 6B 1720 Corminboeuf Mobile 079 / 339 27 30 jm-rossier@bluewin.ch
Secrétaire	Frédéric Allègre Rte de Champ Bonjard 68 1782 Belfaux Tél. 026 / 475 30 83 Mobile 079 / 815 38 49 frderic.allegre@club.fr
Trésorier	Jean-Marc Kuhn Rte de Montaubert 14 1720 Corminboeuf Tél. 026 / 475 29 20 Mobile 079 / 540 27 78 kuhnjeanmarc@hotmail.com
Responsable sorties	Michel Overney Rte des Blés d'Or 2 1752 Villars-sur-Glâne Mobile 079 / 328 72 32 michel.overney@bluewin.ch
Logistique et réserve des équipements	Philippe Venier Rte du Vallon 5 1782 La Corbaz Tél. 026 / 475.33.94 Mobile 079 / 321.21.74 philippe.venier@bluewin.ch
Activités extra-sportives	Jordan Ismaël Imp. de la Forge 9 1720 Corminboeuf Mobile 077 / 430.08.82 jordan.andrey@bluewin.ch
Hors comité site internet	Sébastien Ruffieux family.ruffieux@bluewin.ch

Activités régulières du samedi 16 mars 2024 au samedi 28 septembre 2024

- **Les mardis et jeudis :** **18h00** **Ecole**
- **Les mercredis :** **13h15** **Ecole**
Rendez-vous de toutes les personnes libres de contraintes professionnelles.
- **Les samedis :** **13h30** **Ecole**
- **Dès le samedi 4 mai :** **08h30** **Ecole**
Pour faciliter l'organisation des sorties, prière de s'annoncer sur le groupe WhatsApp.
- **Le Gruppetto :** Selon son désir, il s'organise lui-même.

L'horaire des samedis pourra être avancé ou retardé, en fonction des conditions atmosphériques du moment et du parcours programmé.

Légende :

- ▼ **Inscription obligatoire pour faciliter le travail des organisateurs**
- R Ravitaillement organisé ou arrêt café
- HC Col hors catégorie
- 1^{ère} Col de première catégorie
- 2^e Col de deuxième catégorie
- 3^e Col de troisième catégorie
- 4^e Col ou côte de quatrième catégorie

Localité en gras : Sommet des côtes, lieux de départ, d'arrivée et de ravitaillement.

En italique : *Information sur le calendrier des courses professionnelles, par exemple, Paris – Roubaix ou Milan – San-Remo.*

Ces dernières informations ont pour but de signaler aux intéressés le calendrier des courses professionnelles de l'Union Cycliste Internationale (UCI). En outre, notre programme contiendra comme habituellement une chronique destinée à vous remémorer la belle histoire du cyclisme, en espérant qu'elle vous apporte du plaisir à sa lecture.

Cotisations 2024 : (sans changement)

Membre couple et famille	70.-
Membre individuel	50.-
Membre ami	25.-

Compte ACC :

Banque Raiffeisen de Sarine-Ouest à Belfaux no IBAN CH92 8080 8004 4295 6397 6

**Dimanche 7 janvier à 10h00, apéritif du Nouvel-An
A la buvette de la halle polyvalente de Corminboeuf**

A cette occasion, petite présentation des sorties de la Fête-Dieu et de la Mi-Août pour lesquelles vous aurez la possibilité de vous inscrire.

Du 16 au 21 janvier : Santos Tour Down Under (Australie)

▼ Samedi 27 janvier

Vélodrome Aigle

9h00 – 11h00

Inscriptions auprès de Robin Bondallaz jusqu'au samedi 20 janvier. Comme de coutume, un repas est prévu à Villeneuve et les frais sont à la charge des participants. Des informations suivront.



Toute l'équipe des cyclistes et des accompagnants présents à Aigle lors de la sortie 2023.

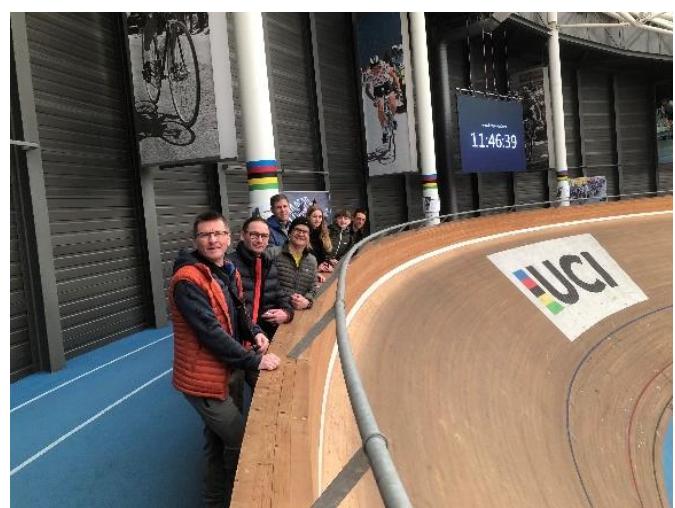
A cette occasion, les ACC se sont fait enrhummer par la jeune Marie Romanens digne fille de son papa, Pierre.

Et vive la relève !!

Expérience à réaliser absolument pour celles et ceux qui ne l'auraient pas encore tentée. La piste nous est réservée durant les deux heures de l'initiation et un moniteur encadre les débutants.

*Et mieux vaut aller sur le bord de la piste après et non avant l'initiation, n'est-ce pas
Mesdames, Messieurs ?*

L'inclinaison maximale du virage qui s'élève à 46.7° en aurait effrayé plus d'un...



Du 19 au 25 février : UAE Tour (Emirats Arabes Unis)

Samedi 24 février : Omloop Nieuwsblad (Belgique)

Samedi 2 mars : Strade Bianche (Italie)



Pierre Romanens et Olivier Aebischer, nos deux valeureux ACC, posent fièrement sur la célèbre Piazza del Campo de Sienne, à l'arrivée de la cyclosportive des Strade Bianche 2023.

Une course récente, mais dont la difficulté et le caractère unique avec une cinquantaine de kilomètres sur des chemins de gravier blanc (d'où son nom), mérite qu'elle passe au rang de Monument.

Du 3 au 10 mars : Paris – Nice (France)

Du 4 au 10 mars : Tirreno – Adriatico (Italie)

Vendredi 15 mars à 19h00
Assemblée générale des ACC, Mansarde, administration communale.

Conformément à nos statuts, une convocation personnelle vous sera adressée par mail.

Le comité compte sur votre participation.

En même temps que cette convocation, vous recevrez la facture pour la cotisation 2024, que vous voudrez bien régler dans les meilleurs délais pour éviter à notre caissier d'envoyer des rappels.



Samedi 16 mars

13h30

Ecole

No 2 : Tour du lac de Morat

1^{ère} sortie officielle et reprise des entraînements sur route pour tout le monde.

Corminboeuf – Granges-Paccot – Pensier – Barberêche – Pt-Cormondes – Jeuss – Salvenach – Morat – Montilier – Sugiez – Praz – Vallamand/Dessous – Salavaux – Villars-le-Grand – Chemin AF – Avenches – Oleyres – **Misery** – Belfaux – Givisiez – **Corminboeuf**

64 km

715 m

Samedi 16 mars : Milan – San-Remo (Italie)

Du 18 au 24 mars : Tour de Catalogne (Espagne)

Vendredi 22 mars : E3 Saxo Bank Classic (Belgique)

Samedi 23 mars

13h30

Ecole

No 96 : Un parcours Fort Broyard

Corminboeuf – Avry-sur-Matran – Noréaz – Arbognes – Cousset – Corcelles – Payerne – Cugy – Bussy – Morens – Ruyeres-les-Prés – Forel – Chevroux – Gletterens – Portalban-Dessus – St-Aubin – Domdidier – **Oleyres** – Misery –Belfaux – Givisiez – **Corminboeuf**

60 km

775 m

Mise au programme 2023, cette sortie originale (pas seulement à cause de son nom) n'avait pas pu avoir lieu en raison de mauvaises conditions météo. On espère avoir davantage de chance cette année...

Dimanche 24 mars : Gand – Wevelgem (Belgique)

Mercredi 27 mars : A travers les Flandres (Belgique)

Vendredi-Saint 29 mars 13h30

Ecole

No 97.1 : Le plein des sens

Corminboeuf – Onnens – **Lovens** – Cottens – Chénens – Orsonnens – Massonnens – Ferlens – **Estévenens** – Vuisternens – **Lieffrens** – Chavannes-les-Fort(en)s – Dognens – Hennens – Billens – Bossens – Rossens (VD) – Corjolens – **Corminboeuf**

70 km

1100 m

No 97.2 : Variante raccourcie sans la partie en bleu :

62 km

875 m



Participation ACC un peu limitée lors de l'édition 2023 de cette sortie. Mauvaises conditions météo ou panne des sens ?!

Samedi 30 mars

13h30

Ecole

No 82 : Wallenbuch "mon amour"

Corminboeuf – Belfaux – Barberêche – Petit-Cormondes – Kriechenwil – Wallenbuch – Gümmenen – Allenlüften – Juchlihaus – **Matzenried** – Neuenegg – Flamatt – Berg – Mariahilf – Fribourg – **Corminboeuf**

64 km

800 m

Dimanche de Pâques 31 mars, heure d'été

*Joyeuses Fêtes de
Pâques
à tous les ACC*



Dimanche 31 mars : Le Ronde van Vlaanderen / Le Tour des Flandres (Belgique)

Lundi de Pâques 1 ^{er} avril	13h30	Ecole	No 73.1 : Mt-Vully côté ouest
---------------------------------------	-------	-------	-------------------------------

Corminboeuf – **Autafond** – **Combes** – Belfaux – « **La Rosière** » – Misery – Courtion – Cormérod – Wallenried – Chandossel – Faoug – Salavaux – **Cotterd** – Vallamand – Mur (Vully) – Lugnorre – « **Mont-Vully** » – Sugiez – Galmiz – **Altavilla** – Ulmiz – Kriechenwil – Laupen – **Bramberg** – Neuenegg – Wünnewil – Fillistorf – Düdingen – Garmiswil – Schoenberg – Pont de la Poya – G. Guisan – Givisiez – **Corminboeuf**

92 km

1400 m

73.2 Variante raccourcie sans la partie en bleu :

85 km

1200 m

73.3 Idem variante 73.2 en coupant sur Bösingen depuis Laupen

76 km

1000 m



Les ACC ne posent jamais de lapin lors de la chasse aux œufs sur le parcours des fontaines décorées du Vully lors des Fêtes de Pâques.

Du 1 au 6 avril : Tour du Pays basque (Espagne)

Samedi 6 avril	13h30	Ecole	No 9 : Sortie biscornue
-----------------------	--------------	--------------	--------------------------------

Corminboeuf – Noréaz – Prez – Corserey – Middes – Torny-le-Petit – Trey – Châtonnaye – Villarimboud – rte de la Folliaz – les Echelettes – Romont – Berlens – La Neirigue – Grangettes – Le Châtelard – rte du Défenant – Marsens – le Bry – Farvagny – Ecuvillens – Matran – Nonan – **Corminboeuf** **76 km**
1280 m

Dimanche 7 avril : Paris – Roubaix (France)

Samedi 13 avril	13h30	Ecole	No 16 : Sottens - Thierrens
------------------------	--------------	--------------	------------------------------------

Corminboeuf – Rosé – Lentigny – Châtonnaye – Trey – Granges-sous-Trey – Granges-Marnand – Lucens – Moudon – « **Sottens** » – St-Cierges – Thierrens – Neyruz – Denezy – Prévondavaux – Cheiry – Granges/Marnand – Fétigny – Payerne – Corcelles – Léchelles – Belfaux – Givisiez – **Corminboeuf** **90 km**
1100 m

Dimanche 14 avril : Amstel Gold Race (Pays-Bas)

Mercredi 17 avril : La Flèche Wallonne (Belgique)

Samedi 20 avril	13h30	Ecole	No 21 : Tour des lacs de la Gruyère
------------------------	--------------	--------------	--

Corminboeuf – Givisiez – Moncor – Villars-s/-Glâne – Matran – Posieux – Ecuvillens – Farvagny – **Vuisternens-en-Ogoz 4^e** – le Bry – **Avry-dt-Pont** – Vuippens – Marsens – Echarlens – Broc-fabrique – Broc – **Motélon 3^e** – Charmey – Chatel-s/s-Montsalvens Botterens – Hauteville – la Roche – **la Biella 3^e** – Pont-la-Ville – Rossens – Corpataux – la Tuffière – **Arconciel 3^e** – bif. Chésalles – Hauterive – Pt de la Glâne – Fribourg – Givisiez – **Corminboeuf** **91 km**
1380 m



Quelques ACC en file indienne sur les hauts de Marsens avec le lac en arrière-plan. Quelle est belle la Verte Gruyère !!

Dimanche 21 avril : Liège – Bastogne – Liège (Belgique)

Du mardi 23 avril au dimanche 28 avril : Tour de Romandie (Suisse)

Samedi 27 avril

13h30

Ecole

No 78 : Vauderens - Romanens

Corminboeuf – Avry – Noréaz – Prez – Corserey – Châtonnaye – Rossens (VD) – **Bois de Romont** – Billens – Villaranon – Siviriez – le Saulgy – Esmonts – Vuarmarens – Ursy – Vauderens – Mossel – **Bouloz** – La Joux – **Romanens** – Marsens – Vuippens – Le Bry – Rossens – Corpataux – Posieux – Rte de la Glâne – Fribourg – Givisiez – **Corminboeuf**

91 km

1375 m

Samedi 4 mai

08h30

Ecole

No 99 : Arrissoules nous saoûle

Corminboeuf – Avry-sur-Matran – Seedorf – Noréaz – Les Arbognes – Corcelles – Aérodrome – Bussy – Montet – Mussillens – **Châbles** – Cheyres – Yvonand – Arrisoules – **Monborget** – Chavannes-le-Chêne – la Gaîté – Vuissens – Prahins – Ogens – St-Cierges – **Corrençon** – Moudon – Chav.-s/-Moudon – Brenles – **Villaranon** – Billens – **Bois de Boulogne** – Sédeilles – Corserey – Prez – Noréaz – Avry-s/-Matran – **Corminboeuf**

108 km

1580 m

Du 4 mai au 26 mai : Tour d'Italie



Place de l'apéro à Brenles (VD) où 3 ACC, Sébastien, Fred et Yves, prennent un ravitaillement bien mérité avant d'affronter les derniers kilomètres d'une sortie qui mérite bien son nom. On espère tout de même qu'ils n'abuseront pas trop de la dive bouteille, sans quoi le retour sera difficile...

Corminboeuf**1 Fribourg****08h00**

08h13

5.5 km

2 Tavel 4^e cat.

08h32

11.0 km

3 Morat

09h16

32.5 km

4 Estavayer-le-Lac

10h05

60.5 km

5 Romont 3^e cat. R. Arrêt spaghetti 90'**11h30**

83.5 km

Départ de Romont**13h00****6 Châtel-St-Denis 4^e cat**

14h00

112.5 km

7 Bulle

14h45

133.0 km

Corminboeuf**15h45****160.0 km****1700 m****Raccourci depuis Romont :**

Romont – Vuisternens-dvt-Romont – Vaulruz – Bulle – Vuippens – Posieux – Fribourg

Ainsi, la capitale Châtel-St-Denis manquerait et le parcours serait raccourci à

129 km**1300 m****Inscriptions sur le groupe WhatsApp des ACC auprès de Fred Allègre jusqu'au samedi 4 mai.***Sortie des capitales de district 2023*

Ce cliché pris sur les remparts de Romont lors de l'arrêt spaghetti indique que la météo n'était pas des plus chaleureuses compte tenu des équipements portés par les 25 ACC présents à cette occasion. Rien à voir pourtant avec les conditions dantesques de la sortie 2021.

Samedi 11 mai

08h30

Ecole

No 25 : Murist - Thierrens

Corminboeuf – Avry-s/-Matran – Seedorf – Noréaz – Grolley – Chandon – Payerne – Cugy – Granges-de-Vesin – **Murist** – La Gaïté – Vuissens – **Thierrens** – Moudon – **Bussy** – Lucens – **Prévonloup** – Sédeilles – Torny-le-Grand – Prez-vers-Noréaz – Noréaz – Avry-sur-Matran – **Corminboeuf**

98 km

1400 m



Dimanche 12 mai : Fête des Mères

Bonne Fête aux mamans, épouses et compagnes des membres ACC.

*Mais à quand la Fête des Pères ?
Tous les autres jours de l'année !!*

Samedi 18 mai

08h30

Ecole

No 24.1 : Gurnigel bucolique

Corminboeuf – Givisiez – Fribourg – Bourguillon – St-Ours – Rechthalten – Brünisried – Zumholz – **Guggisberg** – Riffenmatt – Ottenleuebad – "Col du Gurnigel" – Ruti – Graben – Mamishaus – Schwarzenburg – Heitenried – St-Antoine – Tavel – Fribourg – Givisiez – **Corminboeuf**

97 km

1800 m



Les ACC se ravitaillent au sommet du Gurnigel dans un paysage grandiose.

Lundi de Pentecôte 20 mai	08h30	Ecole	No 81.1 : Corona
---------------------------	-------	-------	------------------

Corminboeuf – Onnens – Cottens – Autigny – Posat – Magnedens – Farvagny – le Bry – **Villars-d'Avry** – Malessert – Gros-Prarys – Marsens – Vaulruz – la Sionge – la Verrerie – Progents – Fiaugères – **Besencens** – Oron-la-Ville – Chapelle – **Mossel** – Siviriez – Brenles – Lovatens – Billens – Romont – Lussy – **Villarimboud** – Torny – Corserey – Prez – Noréaz – Avry – **Corminboeuf**

118 km
2000 m

Samedi 25 mai	08h30	Ecole	No 32.1 : Les Côtes de la Broye
---------------	-------	-------	---------------------------------

Corminboeuf - Belfaux – **1) Côte de Rosière** – Grolley – Chandon – Léchelles – Russy – Belmont – **2) Montagny-la-Ville** – Les Arbognes – **3) Mur de Montagny** – Cousset – Corcelles – Payerne – Cugy – Montet – Estavayer-le-Lac – Font – **4) Côte des Fous / Châbles** – Cheyres – **5) Les Granges de Cheyres** – La Vounaise – **6) Côte de Murist** – Treytorrent – le Moulin de Nuvilly – **7) Côte de Nuvilly et d'Aclens** – Combremont-le-Grand – Combremont-le-Petit – Cheiry – **8) Côte de la Rochette** – Praratoud – Surpierre – Villeneuve – Granges-près-Marnand – **9) Côte de Sassel** – Menières – Fétigny – Payerne – **10) les Invuardes** – Cousset – **11) Côte de la Riola** – Mannens – **12) Grandsvaz** – Prez-vers-Noréaz – **13) Côte de Lovens** – Onnens – Avry-sur-Matran – **Corminboeuf**

109 km
1950 m

Au terme de la sortie, tous les participants sont cordialement invités par le président à un ravitaillement sur les hauts de Lentigny. Même menu que les années précédentes.



Jean-Bernard et Charly dans la côte des Granges, avec le village de Cheyres et le lac de Neuchâtel en contre-bas. Le sourire est encore de mise, mais pour combien de temps ?



Après le dernier talus de Lovens, un ravitaillement bienvenu à Lentigny avec au menu, saucisses, salade de pâtes et quelques bières...

**Du jeudi 30 mai au dimanche 2 juin
Sortie de la Fête-Dieu dans les Vosges**

Pour la prochaine sortie de la Fête-Dieu, votre comité propose de nous rendre dans la région Grand Est de la France, plus précisément dans le département des Vosges.

Les Vosges, dont le chef-lieu est Épinal, tirent leur nom du massif des Vosges, massif qui occupe une grande partie de son territoire. C'est le pays des lacs, des forêts et des montagnes par excellence. Il possède ainsi d'indéniables atouts naturels, qui sont autant d'attraits touristiques.



Hautes-Vosges, entre lac et montagne

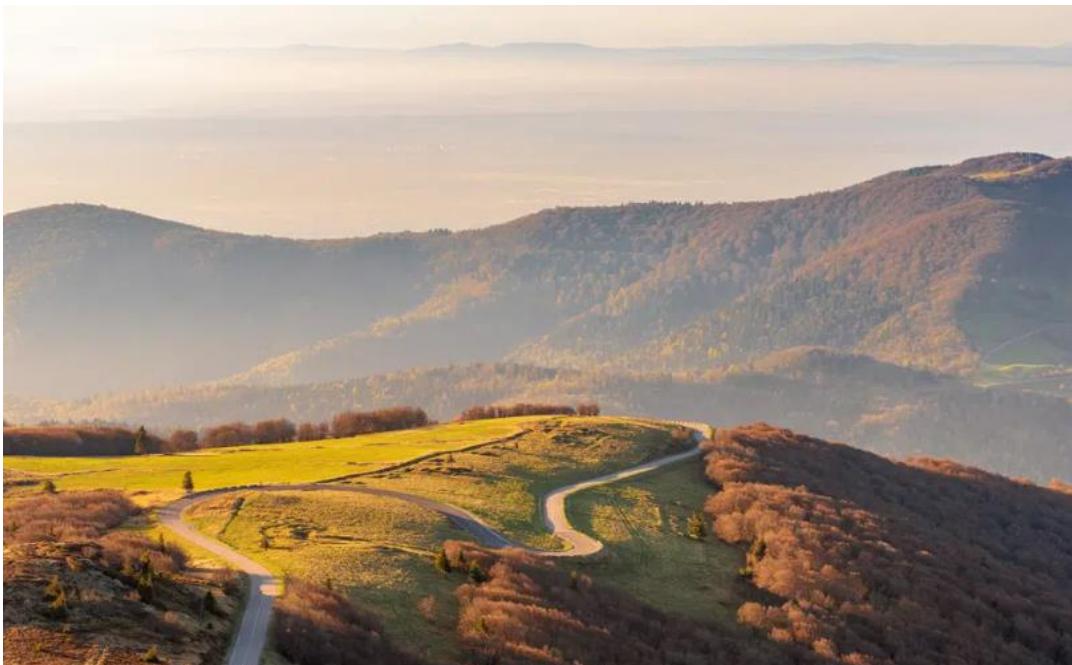
Le lieu de stationnement retenu sur place est l'hôtel « La Jamagne » à Gérardmer, où une pré-réservation pour 35 participants (y compris le chauffeur du bus d'assistance) y est d'ores et déjà enregistrée. Cet hôtel est situé à quelques pas du centre-ville de Gérardmer et à proximité du lac du même nom. Il abrite notamment une piscine intérieure et des espaces de détente.

Quant à Gérardmer, il s'agit d'une ville d'environ 8000 habitants qui se situe à une altitude de 675m, au cœur des Hautes-Vosges, carrefour entre la Lorraine et l'Alsace.

Les ACC n'ont encore jamais séjourné dans les Vosges proprement dites mais se sont déjà rendus à plusieurs reprises en Alsace toute proche, dont la première fois en 1995. Il s'agissait de la première sortie ACC organisée sur le week-end de la Fête-Dieu et elle avait eu lieu à Breitenbach (dans le Haut-Rhin). Par la suite, les ACC s'y sont rendus à trois nouvelles reprises, lors des sorties organisées à Molsheim (Bas-Rhin) en 1998 puis à Thann (Haut-Rhin) en 2005 et en 2017.

Bien que le lieu d'hébergement retenu pour cette année soit tout proche de l'Alsace et qu'immanquablement certaines routes et certains cols qui seront parcourus ou franchis ne sont pas forcément des premières pour les ACC, sa situation plus au nord vous permettra de découvrir encore d'autres endroits qui méritent également le détour. De plus, les cols du Grand Ballon, le Markstein, de même que le Hohneck, sont des lieux qui offrent des paysages grandioses que l'on ne se lasse pas d'admirer.

A noter que pour cette année, une montée inédite dans le massif vosgien vous sera proposée. Il s'agit de la célèbre côte de la Planche des Belles-Filles, côte qui a gagné en renommée puisqu'elle est devenue un classique voire un incontournable du Tour de France avec six ascensions entre 2012 et 2022. A noter que la 8^{ème} et dernière étape du Tour de France féminin 2022 s'est elle aussi terminée à la Super Planche des Belles Filles.



La route des Crêtes des Vosges

En ce qui concerne le coût de la sortie, celui-ci a été calculé au plus juste et se monte à **CHF 490.00** par personne après déduction de la subvention du club. (ce prix comprend 3 nuits d'hôtel, 3 repas du soir avec ¼ de vin et les cafés, 3 pique-niques de midi, le véhicule d'assistance ainsi que le transport).

Une liste d'inscription sera mise à disposition lors de l'apéritif de Nouvel-An. Pour les personnes qui ne pourraient pas y participer, elles pourront s'inscrire par mail à partir du lundi 8 janvier 2024 (pas avant svp) auprès de Michel Overney. Une fois le nombre maximum de 35 atteint, les inscrits surnuméraires figureront sur une liste d'attente et seront intégrés au fur et à mesure d'éventuels désistements.

Les inscriptions seront validées par le paiement d'un acompte de CHF 150.- au plus tard jusqu'au 31 mars 2024, sur le compte ACC Banque Raiffeisen de Sarine-Ouest à Belfaux, **IBAN CH92 8080 8004 4295 6397 6**, avec mention « sortie Vosges ». Le solde sera à payer pour tous les participants au plus tard jusqu'au 30 juin 2024.

En cas de désistement survenant entre le 1^{er} avril 2024 et la date de la sortie, l'acompte sera remboursé en cas de maladie avérée, d'accident grave ou de cause majeure.

Nous souhaitons que ces quelques informations donneront envie au plus grand nombre de membres de prendre part à cette sortie, ce dont l'ensemble du comité se réjouit d'avance.

Une soirée d'information, avec présentation des parcours, aura lieu le mercredi 22 mai à 19h30 à la Mansarde, au 2^{ème} étage de l'administration communale de Corminboeuf.

Du 2 juin au 9 juin : Critérium du Dauphiné (France)

Samedi 8 juin	08h30	Ecole	No 101.1 : Le Ronde Van VIACCeren
---------------	-------	-------	-----------------------------------

Corminboeuf – Avry-sur-Matran – Seedorf – Noréaz – **Montagny-les-Monts – Mannens** – Torny-le-Petit – **Middes** – Villarimboud – Chénens – Autigny – **Ruyeres-St-Laurent – Vuisternens** – Le Bry – **Villars-d'Avry** – Malessert – L'Abbaye – Marsens – Vuippens – Echarlens – Morlon – Broc – Epagny – **Saussivue** – Pringy – Le Pâquier – **Pra-Jouli** – Vuadens – Vaulruz – Sâles – **Rte du Moulin** – Romanens – Estévenens – Grangettes – **La Neirigue** – Berlens – La Fortune – Chavannes-sous-Orsonnens – Chénens – Lentigny – Rosé – **Corminboeuf**

105 km

1870 m

Variante raccourcie No 101.2 : Le Ronde Van VIACCeren allégé

Corminboeuf – Avry-sur-Matran – Seedorf – Noréaz – Prez – Middes – Villarimboud – Chénens – Autigny – Grenilles – Farvagny – Le Bry – Marsens – Vuippens – Echarlens – Morlon – Broc – Epagny – **Saussivue** – Pringy – Le Pâquier – **Pra-Jouli** – Vuadens – Vaulruz – Sâles – Romanens – Estévenens – Grangettes – Massonnens – La Fortune – Chavannes-sous-Orsonnens – Chénens – Lentigny – Rosé – **Corminboeuf**

97 km

1380 m



Présentation des coureurs lors de l'édition 2021 du Ronde Van Vlaanderen. La Grote Markt d'Anvers est envahie par des dizaines de milliers de spectateurs venus encourager les pros.



Alain Folly dans le Koppenberg lors de l'édition cyclo 2021 du Tour des Flandres

Du 9 juin au 16 juin : Tour de Suisse

Samedi 15 juin	08h30	Ecole	No 37 : Tour du Mitteland
----------------	-------	-------	---------------------------

Corminbœuf – Granges-Paccot – Pensier – Barberêche – Kleinbösingen – Kriechenwil – Waldegg – Wallenbuch – Rizenbach – Wileroltigen – Golaten – Niederried bei Kallnach – Aarberg – Radelfingen – Detlingen – Frieswil – **Innerberg 3^e** – Murzelen – Wohlen – Bern – Bümliz – Köniz – Schlieren – Niederscherli – Lanzenhäusern – **Schwarzenburg 4^e** – Riedstatt – **Kalchstätten 3^e** 1'024 m – Guggersbach – **Zumholz 4^e** – Plaffeien – Plasselb – Giffers – Tentlingen – Marly – Fribourg – Givisiez – **Corminbœuf**

109 km

1400 m

Possibilité de rentrer directement depuis Berne, via Flamatt, sans la longue montée vers Schwarzenburg.

90 km

950 m

▼ Samedi 22 juin

08h30

Espace Gruyère

No 80.1 : Sortie des Vignes

Inscriptions obligatoires jusqu'au samedi 15 juin auprès de Robin Bondallaz.

Coût du repas de la sortie : CHF 20.- le solde est à la charge du club.

Grand parcours :

Bulle – Morlon – Echarlens – Marsens – **les Monts de Marsens** – Romanens – Vuisternens-dvt-Romont – **Sommentier** – les Ecasseys – Bouloz – Oron-la-Ville – Les Tavernes – Granges – **Mt-Pèlerin** – Puidoux – Route longeant l'autoroute jusqu'à Grandvaux – La Croix – La Conversion – Lutry – Grandvaux – Riex – **Epesses R** (71 km) – **Chebres** – Corseaux – Corsier – Fenil – **Châtel-St-Denis** – Lac de Lussy – la Verrerie – Vaulruz – **Bulle**

111 km

1960 m

No 80.2 : Variante raccourcie

Bulle – Morlon – Echarlens – Marsens – **les Monts de Marsens** – Romanens – Vuisternens-dvt-Romont – **Sommentier** – les Ecasseys – Bouloz – Oron-la-Ville – Les Tavernes – Granges – **Mt-Pèlerin** – Puidoux – Route longeant l'autoroute jusqu'à Grandvaux – Grandvaux – Riex – **Epesses R** (65 km) – **Chebres** – Chardonne – Jongny – **Châtel-St-Denis** – Lac de Lussy – la Verrerie – Vaulruz – **Bulle**

103 km

1440 m

Petit parcours : Gruppetto

Bulle – Vaulruz – La Sionge – La Verrerie – St-Martin – Oron-la-Ville – Auboranges – Mézières/Jorat – les Cullayes – Mollie-Margot – Savigny – Grandvaux – **Epesses R** (44km) – Châtel – **Bulle**

86 km

1200 m



Beau peloton ACC dans le magnifique décor de la route de la Corniche entre Epesses et Chebres lors de la sortie 2023.

▼ Samedi 29 juin 08h30 Ecole No 61 : Col de l'Aiguillon

Corminboeuf – Avry-sur-Matran – Seedorf – Noréaz – Arbognes – Cousset – Payerne – Cugy – Montet –
Mussillens – Châbles – Cheyres – Yvonand – **Cheseaux** – Yverdon – Vuiteboeuf – Baulmes – « **Col de l'Aiguillon** » HC – Ste Croix R – Yverdon – **Pomy** – Cuarny – Yvonand – « **Cheyres** » 4^e – Estavayer-le-Lac
– Sévaz – Payerne – Corcelles – Léchelles – Grolley – Belfaux – Givisiez – **Corminboeuf** 134 km
1850 m

Du 29 juin au 21 juillet : Tour de France

▼ Samedi 6 juillet 07h00 Ecole No 47.1 : Panoramastrasse

Langnau-im-Emmenthal – Escholzmatt – Schupfheim – Flühli – Sörenberg – « **Glaubenbielen Pass** » 1^{ère}
– Kléinteil – Rudens – Wilen – Sarnen – Schwendi – « **Glaubenberg Pass / R** » HC – Entlebuch –
Schüpfeim – Escholzmatt – **Langnau-im-Emmenthal** 125 km
2500 m



Ce très beau parcours, proposé par Charly et Laurent, permettra aux ACC de surplomber le lac de Sarnen que l'on distingue ici en descendant le Glaubenbielen en direction de la capitale du canton d'Obwald.



Le Glaubenberg sera gravier par son côté ouest, le plus facile et le Glauberberg par son côté est, le plus difficile.

Mais rien d'insurmontable pour les ACC...



Avec le trajet en voiture, les arrêts et le ravitaillement, retour à Corminboeuf vers 17 h.

▼ Samedi 13 – Dimanche 14 juillet

08h30

Ecole

Sortie surprise

Départ de Corminboeuf à vélo pour une sortie de deux jours sans assistance.

Retour à Corminboeuf le dimanche vers 16h00.

Parcours d'environ 250 km
pour 4000 m D+.



Une première étape qui se terminera par une ascension surprenante pour une destination à marquer d'une pierre blanche...

Prévoir sac à dos ou sacoche pour matériel et habits de rechange.



Nombre de places limité à 10 personnes dans un hôtel en demi-pension.

Inscriptions sur le groupe WhatsApp des ACC jusqu'au samedi 6 juillet auprès de Robin Bondallaz

Quelques clichés pour immortaliser la sortie surprise 2023 durant laquelle les 7 ACC présents ont vécu un week-end inoubliable !!



*Voilà une pente digne du mur de Sormano.
Heureusement réalisée à la descente... cette fois-ci !!*



Michel et Vincent à l'assaut du Beatenberg avec le lac de Thoune en arrière-plan.



Les 7 compagnons ACC se sont arrêtés à Brienz pour poser avec la sculpture en bois du marcheur.



Manu, Seb, Jean-Luc et Vincent ont pu goûter à une baignade rafraîchissante dans le lac de Brienz à Iseltwald au terme de la 1^{ère} journée.

Samedi 20 juillet

08h30 Ecole

No 67.1 Tour du Gros-de-Vaud

Corminboeuf – Avry – Noréaz – Prez – Corserey – Rossens VD – Villars-Bramard – Dompierre – Prévonloup – Lovatens – Sarzens – Chézalles-sur-Moudon – Moudon – **Sottens** 3^e – Villars-Mendraz – Peney-le-Jorat – Rte des Paysans / **Bois du Jorat** 4^e 920 m – Froideville – Bretigny-^{S/-}Morrens – Assens – Bioley-Orjulaz – Bettens – Oulens-^{S/-}Echallens – le Coudray – Goumoëns-le-Jux – **Goumoëns-la-Ville** – Echallens/R – Villars-le-Terroir – Penthéréaz – Corcelles-sur-Chavornay – Essertines-sur-Yverdon – Nonfoux – **La Verne** 4^e – Orzens – Ursins – Pomy – Yvonand – **Les Crottes de Cheyres** 3^e – Estavayer-le-Lac – Sévaz – Aérodrome – Payerne – Corcelles – Léchelles – Grolley – Belfaux – Givisiez – **Corminboeuf**

148 km
2100 m

No 67.2 : Variante raccourcie sans la partie en bleu

120 km
1500 m

Samedi 27 juillet 08h00 Espace Gruyère No 90.1 : Préalpes vaudoises

Bulle (Espace Gruyère) – Vaulruz - La Verrerie - Châtel-St-Denis – Blonay - Chernex - Montreux – Aigle – Bex – Gryon – Villars-sur-Ollon – **Col de la Croix** (80km) – les Diablerets ® (89km) – **Les Voëttes** (95km) – **Col des Mosses** (100km) - L'Etivaz - Lac du Vernex - Montbovon – **Bulle** **138 km**
2450 m

Samedi 3 août : Course en ligne sur route des Jeux olympique de Paris

Il y a 28 ans, le 31 juillet 1996, Pascal Richard devenait le 1^{er} champion olympique professionnel de l'histoire à Atlanta.

Trois semaines auparavant, il gagnait l'étape du Puy-en-Velay au Tour de France. Il était donc en grande forme et on savait qu'il faudrait compter avec lui à Atlanta. Il prépara minutieusement ce rendez-vous avec la gloire et l'or olympique, comme il savait si bien le faire, dans la discrétion.

Sur un parcours de 222 km, Pascal Richard avait contré une attaque d'Armtrong à 40 km de l'arrivée pour lancer le coup décisif avec le Danois Rolf Sörensen et l'Italo-Britannique Massimiliano Sciandri. En vue de l'arrivée, il avait vu que ses deux rivaux, par ailleurs deux coéquipiers qu'il connaissait bien, s'étaient mis d'accord pour le piéger en l'attaquant à tour de rôle. Sciandri était le premier à prendre l'initiative, obligeant Pascal à réagir en produisant un gros effort. Mais ce dernier, malin comme un singe, n'avait pas totalement comblé son handicap. Il avait fait croire à Sörensen qu'il n'y parvenait pas, laissant volontairement un petit écart, ce qui avait poussé le Danois, qui visait le titre autant que Pascal, à intervenir personnellement pour ne pas laisser filer Sciandri vers la victoire. Erreur fatale, car dans sa roue, Pascal rassemblait ses dernières forces pour l'estoquer à quelques mètres de la ligne !



"Sörensen lance le sprint. L'instant est décisif. L'or sera danois ou suisse. Derrière nous, Sciandri, exténué, s'est déjà effacé. Le démarrage est violent, mais le Danois prend beaucoup de vent. Dans son sillage, je suis protégé quelques secondes supplémentaires. Je produis alors mon effort, croche une dent de plus, et le déborde sur la gauche. Pas beaucoup. Juste ce qu'il faut pour entrer dans l'Histoire."

Extrait de "Pascal Richard : Géant de la route, forçat de la vie"

Un chef-d'œuvre tactique à l'issue de la course de sa vie disputée sous le maillot national. A cette occasion, Pascal Richard avait surtout ravi la vedette à l'Américain Lance Armstrong, qu'il avait déjà battu à l'arrivée de Liège-Bastogne-Liège au printemps et qui ambitionnait de devenir champion olympique devant son public.



Pascal Richard avec sa médaille d'or olympique autour du cou, entouré de Rolf Sörensen, médaillé d'argent, sur sa droite et de Maximilian Sciandri, médaillé de bronze, sur sa gauche.

Après sa victoire olympique, Pascal Richard pensait pouvoir porter un maillot distinctif, signe de son titre olympique. Or, l'UCI n'y avait pas pensé, rien n'était prévu. Son équipe de l'époque, MG-Technogym dirigée par Giancarlo Ferretti, lui fournira des maillots aux couleurs des anneaux olympiques sans le consentement des instances internationales, faute de réglementation claire. Pascal Richard subira alors les foudres de l'UCI et du CIO pour avoir exhibé les anneaux olympiques sur son maillot.

Pascal Richard, qui fêtera ses 60 ans le 16 mars 2024, possède l'un des plus brillants palmarès du cyclisme suisse, toutes époques confondues. Il compte plus de 80 victoires à son compteur, dont notamment en cyclocross, deux titres de champion suisse en 1986 et 1989 et un titre mondial en 1988.

En cyclisme sur route, il a été deux fois champion de Suisse en 1989 et 1993, champion olympique en 1996, vainqueur de deux Tours de Romandie en 1993 et 1994, d'un Tour de Suisse en 1994. Il a également gagné deux Monuments avec le Tour de Lombardie en 1993 et Liège-Bastogne-Liège en 1996.

Il peut également se targuer d'avoir gagné 4 étapes au Tour d'Italie et le classement du meilleur grimpeur au Giro 1994, ainsi que 2 étapes au Tour de France.

Sa vie n'a pas été un long fleuve tranquille, sa reconversion difficile. Plus d'une fois, il s'est retrouvé dans l'abîme, mais aujourd'hui le printemps est revenu pour ce champion cabossé qui laisse un grand vide depuis son retrait.

Pascal Richard n'a certainement pas eu toute la reconnaissance qu'il aurait mérité eu égard à sa carrière et ses performances. Ses prises de positions et sa langue bien pendue l'ont grandement desservi dans le milieu du cyclisme.

Samedi 3 août

08h30

Ecole

No 35 : Guggisberg - Albligen

Corminboeuf – Avry-s/-Matran – Posieux – Grangeneuve – Hauterive – Chésalles – Ependes – Arconciel – Senèdes – Le Mouret – St-Sylvestre – Plasselb – Planfayon – Zollhaus – Hirschmatt – **Riffenmatt** – Guggisberg R – Schwarzenburg – Lanzenhausern – **Albligen** – Ueberstorf – Niedermuren – Heitenried – St Antoine – **Obermonten** – Alterswil – Gauglera – Giffers – Marly – Fribourg – **Corminboeuf**

105 km

1700 m



3 ACC, (dont 2 ombres !)
prennent des photos d'une
désalpe entre Riffenmatt
et Ottenleuebad lors d'une
sortie pour le moins
bucolique.



Fred et Erich lors de la
même sortie au mois de
septembre 2023. L'été
indien dans les Préalpes
singinoises !

▼ Samedi 10 août

09h00

Espace Gruyère

No 100.1 Sonchaux – les Paccots

Bulle (Espace Gruyère) – Vuadens – Vaulruz – Sâles – Le Crêt – Fiaugères – Bussigny-sur-Oron – Ecoteaux – Tratroz – Châtel-St-Denis – Blonay – Montreux – Villeneuve – **Sonchaux (R)** – Caux – Les Avants – Villard-sur-Chamby – Guédères – Lac des Joncs – Les Paccots – Châtel-St-Denis – Lac de Lussy – La Verrerie – Vaulruz – Vuadens – **Bulle** (Espace Gruyère)

111 km

2300 m

No 100.2 : Variante depuis Corminboeuf :

163 km

2770 m



Jean-Bernard souriant dans le début de la montée sur Sonchaux. Sera-ce encore le cas au sommet ?



Le passage à gué sur la Veveyse de Fégire semble poser des problèmes à quelques ACC qui aimeraient éviter de mouiller leurs belles chaussures !!



Superbe panorama que l'on peut découvrir depuis l'Auberge de Sonchaux, avec le lac Léman, la Riviera vaudoise et la Haute-Savoie, à peine masqués par quelques ACC...

10 août : Classica San Sebastian (Espagne)

Du 12 août au 18 août : Tour de Pologne

**Du jeudi 15 au dimanche 18 août
Sortie de la Mi-Août en Valais**

Pour la sortie de la mi-août, nous nous sommes inspirés de la célèbre épreuve cycliste valaisanne « Le Tour des Stations » pour vous proposer en 3 étapes, la variante ACC du grand parcours de cette classique.

Nous avons la chance de compter au sein des ACC quelques amis valaisans, dont notamment le toujours fringant Charly. Nous avons dès lors tenté de concocter avec son aide des parcours qui devraient vous apporter tout ce que vous êtes en droit d'attendre d'une sortie valaisanne sur 3 jours, à savoir des parcours accessibles, des paysages de toute beauté et un lieu d'hébergement adapté.

Une pré-réservation pour 25 participants (y compris le chauffeur du bus d'assistance) a d'ores et déjà été faite auprès de l'hôtel Castel à Sion. Celui-ci est situé au cœur de la capitale du Valais, juste en dessous du château de Tourbillon et à 4 minutes à pied du centre de Sion.

Durant cette sortie, vous aurez l'occasion de contempler les paysages enchantés du Valais depuis ses vignobles jusqu'à la haute montagne, en traversant des pâturages naturels, de petits villages authentiques et des stations reconnues à l'international.



Le Valais dans toute sa splendeur

Les différents tracés ont été prévus de manière à être accessibles à l'ensemble des participants, tant du point de vue de leur difficulté que de leur kilométrage. C'est ainsi que des variantes raccourcies seront proposées aux cyclistes les moins aguerris.

En ce qui concerne le coût de la sortie, celui-ci a été calculé au plus juste et se monte à **CHF 500.00** par personne (ce prix comprend 3 nuits d'hôtel, 3 repas du soir avec ¼ de vin et les cafés, 3 pique-niques de midi, le véhicule d'assistance ainsi que le transport).

Une liste d'inscription sera mise à disposition lors de l'apéritif de Nouvel-An. Pour les personnes qui ne pourraient pas y participer, elles pourront s'inscrire par mail [à partir du lundi 8 janvier 2024](#) (pas avant svp) auprès de Michel Overney. Une fois le nombre maximum de 25 atteint, les inscrits surnuméraires figureront sur une liste d'attente et seront intégrés au fur et à mesure d'éventuels désistements.

Les inscriptions seront validées par le paiement d'un acompte de CHF 150.00 au plus tard jusqu'au 31 mai 2024, sur le compte ACC Banque Raiffeisen de Sarine-Ouest à Belfaux, **IBAN CH92 8080 8004 4295 6397 6**, avec mention « sortie Valais ». **Le solde sera à payer pour tous les participants au plus tard jusqu'au 30 septembre 2024.**

En cas de désistement survenant entre le 1^{er} juin 2024 et la date de la sortie, l'acompte sera remboursé en cas de maladie avérée, d'accident grave ou de cause majeure.

Nous souhaitons que ces quelques informations donneront envie au plus grand nombre de membres de prendre part à cette sortie, ce dont l'ensemble du comité se réjouit d'avance.

Une soirée d'information, avec présentation des parcours, aura lieu le mercredi 7 août 2024 à 19h30 à la Mansarde, au 2^{ème} étage de l'administration communale de Corminboeuf.



Valère au premier plan et Tourbillon dans le fond

Du 17 août au 8 septembre : Tour d'Espagne

Samedi 24 août

08h30

Ecole

No 26 : Rovray - Thierrens

Corminboeuf – Avry-sur-Matran – Seedorf – Noréaz – les Arbognes – Payerne – Cugy – Montet – Estavayer-le-Lac – Font – Cheyres – Yvonand – **Rovray** – Chavannes-le-Chêne – Treytorrents – la Gaîté – Démoret – Chanéaz – **Thierrens** – Moudon – **Chésalles** – Sarzens – Prévonloup – Romont – **Berlens** – Fuyens – Chavannes-s/s-Orsonnens – Chénens – Lentigny – Onnens – Avry-s/-Matran – **Corminboeuf**

100 km

1500 m

Dimanche 25 août : Bretagne Classic – Ouest-France

Samedi 31 août

8h30

Ecole

No 48 : Chasseral

Corminboeuf – Granges-Paccot – Courtepin – Morat – Anet/Ins – Erlach – le Landeron – « **Col du Chasseral** » 1^{ère} ® – Enges – St-Blaise – Gampelen – Witzwil – la Sauge – Mur – Salavaux – Avenches – Oleyres – Misery – Grolley ® - Belfaux – Givisiez – **Corminboeuf**

119 km

2000 m

Samedi 7 septembre 13h30

Ecole

No 102 : Vol au-dessus de l'A12

Corminboeuf – Le Bugnon – (1) – Giratoire Cité-Moncor/Bois de Moncor – (2) – Rte de Chandolan – (3) – Double giratoire Belle-Croix – Rte de Bertigny – Av. du Guintzet – Av. du Moléson – Rte du Jura – (4) – Givisiez – (5) – Chantemerle – Chenevière – (6) – Rte de Morat – (7) – Pont de la Poya – Chastels – Unter Balliswil – (8) – Ottisberg – (9) – Guin – (10) – Birchstrasse – (11) – Brugera – Galmis – (12) – Richterwil – Fendringen – (13) – Elswil – (14) – (15) – Wünnewil – (16) – Bagewil – (17) – Eggelried (boucle puis retour) – (18) – Bagewil – (19) – Wünnewil – (20) – (21) – Elswil – (22) – Fendringen – Richterwil – (23) – Galmis – Brugera – (24) – Birchstrasse – (25) – Guin – (26) – Ottisberg – (27) – Unter Balliswil – Chastels – Pont de la Poya – (28) – Rte de Morat – (29) – Chenevière – Chantemerle – (30) – Givisiez – (31) – Rte du Jura – Av. du Moléson – Av. du Guintzet – Rte de Bertigny – Double giratoire Belle-Croix – (32) – Rte de Chadolan – (33) – Bois de Moncor – (34) – Le Bugnon – **Corminboeuf**

88 km

1100 m

Petit exercice de style pour un parcours imaginé par Michel Overney qui va nous faire tourner en bourrique en nous faisant passer 34 fois au-dessus de l'autoroute A12.



N'oubliez pas votre vignette, au contraire de notre ami Michel Eggertswyler, obligé de faire demi-tour en 2014 lors de notre sortie à Morgarten !!!

Dimanche 8 septembre : Bemer Cyclassics (Allemagne)

Vendredi 13 septembre : Grand Prix de Québec (Canada)

Samedi 14 septembre

13h30

Ecole

No 10 : Passelbschlund – Hauta-Chia

Corminboeuf – Bourguillon – Pierrafortscha – Gifers – Tschüpu – St-Sylvestre – Passelbschlund (partie en terre battue) – **Hauta-Chia R.** – Valsainte – Cerniat – Botterens – La Roche – Marly – Fribourg – **Corminboeuf**

76 km

1350 m



Petit avant-goût de la Balade gourmande à la Hauta-Chia ?



Et encore une désalpe en descendant du côté de la Valsainte ?

Dimanche 15 septembre : Grand Prix de Montréal (Canada)

Du 21 septembre au 29 septembre : championnat du monde de cyclisme sur route à Zurich

Samedi 21 septembre

13h30

Ecole

No 77 : Sortie Vintage

Corminboeuf – Belfaux – Cutterwyl – Cournillens – Cormérod – Plan – Chandossel – Faoug – Salavaux – Cotterd – Vallamand – Mur – **Lugnorre** – Môtier – Praz – Sugiez – Chaumont – Cudrefin – les Roches – Champmartin – Bois de Charmontel – **Chabrey** – Constantine – Salavaux (R.) – Avenches (chem. AF) – Oleyres – Belfaux – Givisiez – **Corminboeuf**

72 km

900 m



Santé et Bravo à Jacques, Jean-Bernard Jeannot et Cathy qui ont vraiment un look d'enfer lors de la sortie vintage 2023.

En espérant qu'ils fassent des émules pour la sortie vintage 2024.

▼ Samedi 28 septembre

10h00

Ecole

No 23.2 : Balade Gourmande

Corminboeuf – Villars-sur-Glâne – Moulin-Neuf – Posieux – Magnedens – Farvagny-le-Petit – Farvagny – le Bry – Vuippens – Marsens – Vaulruz – Sâles – Romanens – **Buvette du Défendant R** – **Grangettes R** – Massonnens – Chavannes-s-Orsonnens – Chénens – Lentigny – Onnens – Rosé – **Corminboeuf** 66 km
800 m

Au programme, un 1^{er} arrêt à la buvette du Défendant ou à l'Auberge du Lion d'Or au Châtelard, pour des macaronis de chalet et un 2^{ème} arrêt à la fête du vin cuit à Grangettes pour une tarte au vin cuit en guise de dessert !!



Balade gourmande 2023, dégustation de tartes et de gâteaux au vin cuit. Les ACC se lèchent les babines et s'en mettent plein les doigts !!!

Samedi 12 octobre : Tour de Lombardie (Italie)

▼ Dimanche 13 octobre

Journée des familles

Une décision sera prise ultérieurement quant au déroulement de cette journée. Vous serez informés en temps voulu.



Soirée du 30^{ème} anniversaire le 11 novembre 2023 à l'Auberge du St-Georges à Corminboeuf. Ambiance festive et chaleureuse en présence de nombreux ACC et de leurs conjoint(e)s.

Diverses animations musicales ont agrémenté cette soirée magique à tous points de vue...

Du 15 au 20 octobre : Tour du Guangxi (Chine)

Et voici encore quelques souvenirs de cette inoubliable sortie dans les Dolomites à la Mi-Août 2023. Un coup de cœur pour tous les participants, à tel point que l'on songe déjà à y retourner...



Dans son style aérien, Laurent Reynaud arrive au sommet du Pordoi, dans le cadre enchanteur des Dolomites.



"La libellule et l'ours" au sommet du col du Falzarego, nouvelle fable de La Fontaine ?



Tout aussi aérien que Laurent, on reconnaît depuis la gauche, Sébastien, Alain et Philippe dans la même ascension du Pordoi.



L'équipe complète des ACC au sommet de Tre Cime di Lavaredo lors de la sortie de la Mi-Août 2023 dans les Dolomites. Les sourires sont de mise après l'ascension difficile de cette montée mythique empruntée à plusieurs reprises par le Giro.



Photo aérienne réalisée par le drone de Jean-Michel Sciboz à l'occasion de l'inauguration officielle des nouveaux équipements ACC en septembre 2023. La joie et la bonne humeur sont au rendez-vous !