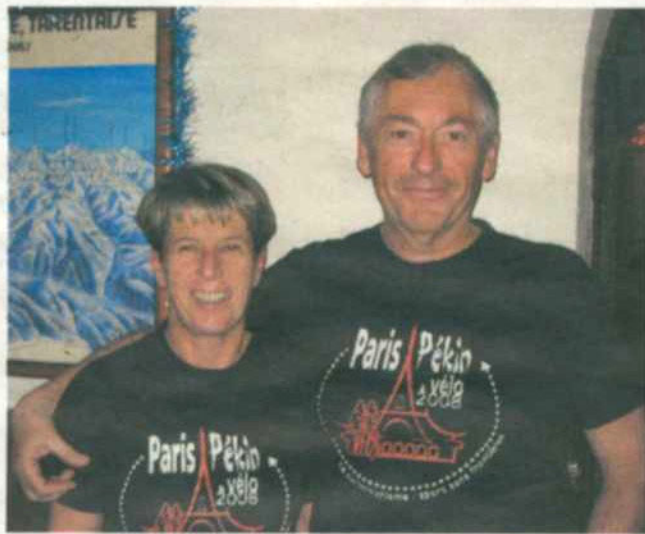


Sur fond d'esprit olympique, l'aventure Pékin express pour Michel et Odile Cabart

Odile et Michel Cabart se préparent activement à la grande expédition du Paris-Pékin : la traversée à vélo de 12 pays, sur 12000 km, en 4 mois et demi, organisée par la Fédération Française de Cyclotourisme (FFCT), avec une arrivée prévue pour les Jeux Olympiques, début août.

Ce couple de jeunes retraités ne se disait pourtant pas prédestiné à accomplir une telle randonnée cycliste : « C'est seulement la 7e année que nous faisons du vélo, depuis la cessation de notre activité professionnelle en 2000, précisent-ils. »

Depuis, ils ont effectué plusieurs circuits cyclotouristiques et Michel a réalisé le Tour de France FFCT en 2006, mais ils ne sont jamais partis aussi longtemps ! S'ils ont décidé de se lancer dans cette aventure ce n'est pas seulement pour le côté sportif : « on aime l'esprit du cyclotourisme pour la convivialité, la découverte, l'échange, l'aspect touristique. Le Paris-Pékin est avant tout une randonnée, il n'y a pas de compétition, ni de notion de vitesse ou de per-



Michel et Odile seront au départ de Paris le 16 mars prochain. 12.000 kilomètres de vélo les attendent.

formance, le but est que tout le monde arrive et que tout le monde s'entraide. Nous n'avons pas le sentiment de faire un exploit, on considère que c'est une belle aventure. C'est à la portée de tous avec un peu d'entraînement. »

La condition physique est importante, et s'il ne faut pas être « saturé de vélo » avant de partir, il est tout de même indispensable de s'entretenir par diverses activités : ski de fond, raquettes, etc., sans oublier qu'il y a aussi une certaine rigueur alimentaire à respecter... L'entraînement s'appuie égale-

ment et surtout sur le mental, et cela demande un gros travail sur soi-même avant de se sentir prêt, comme le reconnaît Odile.

Michel, lui, s'entraîne depuis quelques mois en tandem, avec son ami Alsacien, Gérard Müller, qui est non-voyant. C'est pour eux l'occasion de mener des actions de sensibilisation dans les pays traversés, avec les écoles de cyclotourisme et les associations. D'ailleurs, la FFCT défend les valeurs éducatives et socioculturelles de cette expédition. Il y a une réelle volonté d'échange,

de partage, et de solidarité. Chaque adhérent est parrain d'une école de cyclotourisme qui met en place un projet éducatif et culturel avec chaque pays traversé. Odile et Michel sont parrains de l'école de Firminy (dans la Loire) qui mène une action avec la Roumanie.

L'organisation par la FFCT assure aux participants une certaine sécurité et une bonne logistique. Cependant le but est que chacun contribue aux tâches collectives et se gère en respectant la déontologie du cyclotourisme, les valeurs olympiques et l'esprit de groupe.

Au final, c'est une centaine de participants qui va prendre le départ du Paris Pékin, le 16 mars prochain devant la Tour Eiffel. Le périple durera 140 jours, dont 20 jours de repos, soit 1 jour de repos tous les 8 jours, permettant de visiter les diverses régions traversées. Au total, cela revient à 120 étapes de 80 à 130 km selon un itinéraire longeant le Danube, minutieusement étudié et consultable sur le site : www.parispekinavelo.com. L'arrivée se fera à Pékin le 3 août, quelques jours avant l'ouverture des JO.