



Vœux du Président



En cette année olympique et paralympique qui tire à sa fin, et à l'occasion des fêtes, je désire remercier tous les collaborateurs, bénévoles et parents pour votre implication dans les activités de notre fédération et finalement merci à vous athlètes, continuez à nous faire vibrer!

Au nom du conseil d'administration et du personnel de la FQSC, nous vous souhaitons des fêtes remplies de joie en compagnie des vôtres. Santé, bonheur et prospérité tout au long de la nouvelle année.

André Michaud
Président FQSC

Le Québec à l'honneur lors de l'AGA de l'ACC

André Michaud – Déjà six ans, et plus d'une soixantaine de numéros ! Introduit pour la première fois en janvier 2003, le Bulletin 52-12 est devenu au fil des années un incontournable dans la diffusion d'informations aux membres de la FQSC et autres adeptes du cyclisme sur route et piste. Le succès de ce bulletin est le fruit du travail de plusieurs personnes qui prêtent leur concours, pour certains à tous les mois, et d'autres occasionnellement, à la rédaction de chroniques pour couvrir les différents aspects liés à la pratique de notre sport. Je tiens donc une fois de plus à les remercier très sincèrement pour leur contribution et leur support indéfectible. Voici donc la liste des collaborateurs pour l'édition 2008 du 52-12 :



Louis Barbeau
Daniel Fertin
Pierre Gagné
Pierre-Etienne Grégoire
Vincent Jourdain
Jean-Michel Lachance
Simon Lambert-Lemay
Chantale Phille
Sylvain Richard
Simon Thériault
Léon Thériault

Les partenaires du secteur route et piste

Denis Lévesque et Adriane Provost honorés lors du 36e Gala Sports Québec

Gala Sports-Québec

Louis Barbeau – La FQSC comptait sur la présence de sept finalistes dans le cadre du 36e Gala Sports Québec, qui s'est déroulé le 17 décembre dernier, au Sheraton Laval. Deux de ses sept finalistes sont repartis avec un « Maurice », prix décerné aux différents gagnants.

Le « Maurice » dans la catégorie « Action bénévole nationale Dollard-Morin » a été remis à Denis Lévesque, impliqué dans l'organisation de différents événements cyclistes sur route en Beauce, dont le Tour cycliste de Beauce depuis 16 ans. Président du comité organisateur de la corporation du Grand Prix cycliste de Beauce, Denis a fait passer l'événement de compétition nationale à l'événement cycliste sur route international masculin le plus important au Canada et parmi les plus prestigieux en Amérique. L'organisation du Tour de Beauce a gagné ses lettres de noblesse au point où l'Association cycliste canadienne lui a confié le mandat d'organiser les Championnats canadiens de 2007 à 2009 inclusivement. C'est sans compter les Championnats québécois sur route (élite ou espoir) qui y sont organisés depuis 2006. Non seulement, l'organisme qu'il préside est aujourd'hui reconnu par la communauté cycliste, mais il représente également un moteur touristique majeur pour la Beauce.

Dans la catégorie « Athlète féminine de niveau québécois », le Maurice est allé à Adriane Provost. À sa dernière saison chez les cadets, Adriane a dominé sa catégorie, terminant première de la Coupe du Québec Argon 18 et du classement FQSC/Sports Experts. Spécialiste du contre-la-montre individuel, elle a remporté les titres québécois et canadien de cette épreuve dans la catégorie junior, bien qu'elle soit toujours d'âge cadet. Il ne fait nul doute qu'elle sera une athlète à surveiller sur la scène canadienne alors qu'elle fera son entrée officielle chez les juniors en 2009.



Denis Lévesque, Bénévole de l'année



Adriane Provost, Athlète féminine de niveau québécois

Photos: René Kosko

Notons également que la Fédération québécoise des sports cyclistes avait soumis 26 candidatures dont les 5 autres finalistes sélectionnés :

- Marie-Hélène Prémont – athlète féminine niveau international (vélo de montagne)
- Frédéric Poisson – athlète masculin niveau québécois (cyclisme sur route et piste)
- Josée Bédard – officiel (cyclisme sur route, sur piste et vélo de montagne)
- Coupe du Monde Mont Sainte-Anne – événement international (vélo de montagne)
- Championnats canadiens sur route – événement canadien (cyclisme sur route)

Le Québec à l'honneur lors de l'AGA de l'ACC

LB – L'Association cycliste canadienne a remis ses prix lors de son assemblée générale annuelle qui s'est déroulée à Québec du 27 au 30 novembre dernier. Le Québec était particulièrement à l'honneur en remportant les prix suivants :

- | | |
|------------------------------|---|
| • Événement sur route | Tour de Beauce |
| • Événement vélo de montagne | Coupe du Monde Mont Sainte-Anne |
| • Événement en paracyclisme | Championnats canadiens sur route – Beauce |
| • Officiel | Josée Bédard |
| • Athlète junior | Simon Lambert-Lemay |

Félicitations à tous!

Pour mettre en perspective votre puissance de pédalage, exprimée en watts

Un article de Guy Thibault Ph.D.,

Direction du sport et de l'activité physique, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport et Département de kinésiologie, Université de Montréal

Si vous avez la chance de posséder un appareil qui vous donne une rétroaction en watts de votre puissance de pédalage (pédalier SRM ou Ergomo, moyeu arrière PowerTap ou home trainer CompuTrainer ou Tacx), ou si vous avez effectué un test d'évaluation de votre puissance aérobie maximale (PAM) en laboratoire, vous pourrez mettre en perspective vos données à l'aide des observations suivantes.

Les jeunes adultes en santé mais non sportifs ont généralement une PAM de moins de 180 watts, alors que plusieurs cyclistes masculins et féminins de l'élite canadienne ont obtenu une PAM de plus de 400 et 350 watts, respectivement, lors de tests que je leur ai fait faire sur mon CompuTrainer. Avec sa PAM de 572 watts, Miguel Indurain aurait développé en moyenne 510 watts pour établir un nouveau record de l'heure (53,04 km) en 1994. Et on dit que le routier sprinter Tom Boonen et certains champions de BMX sont capables de développer, pendant une seconde ou deux, près de 2000 watts, dans le premier cas en fin de course, dans le second, en début de course.

Au Tour de France de 2005, les plus hautes puissances moyennes de pédalage enregistrées sur des périodes de 15, 30 et 60 secondes étaient respectivement de 1028, 801 et 657 watts. Et sur des périodes de 2, 5 et 30 minutes, les records étaient de 557, 491 et 394 watts. Fait intéressant à souligner, alors que la majorité de ces records ont été établis lors d'étapes montagneuses, celui sur 60 secondes a été établi sur le plat; sans doute un sprint final.

Sources : J Appl Physiol et Int J Sports Med



Photo: www.peakcentremontreal.ca

Un bel hommage aux fondateurs de PACVQ



Un article de PACVQ

Pierre-Étienne Grégoire – La fin de la saison cycliste marque le moment où les athlètes les plus méritants sont honorés par la FQSC. Depuis un certain temps, l'ACVQ soumet au comité directeur (route et piste) une courte liste de candidats au titre du maître (féminin et masculin) de l'année. De plus, l'ACVQ joint le geste à la parole en assumant le coût des plaques qui sont remises aux gagnants.

Si l'ACVQ a été fondé en 1977 par Gaston Langlois et Jeannine Meunier, la première assemblée générale officielle s'est déroulée en avril 1978. De ce fait, l'année 2008 marque le trentième anniversaire de notre association. À cette occasion, le conseil d'administration de l'ACVQ voulait souligner de façon tangible l'apport exceptionnel de ce couple qui a lancé notre association.

Ainsi, nous avons proposé au conseil d'administration de la FQSC que les plaques remises au maître masculin et au maître féminin de l'année portent le nom de nos deux fondateurs. Dans le passé, la FQSC a déjà posé un tel geste, à titre posthume, puisque le trophée remis au bénévole de l'année prend le nom de Richard Michaud.

J'ai le plaisir de vous annoncer que la FQSC a donné suite à la proposition de l'ACVQ. Annick-Isabelle Marcoux et Sylvan Adams deviennent ainsi les premiers récipiendaires des prix Jeannine Meunier et Gaston Langlois, un honneur qui les a beaucoup touchés.

Le conseil d'administration de l'ACVQ se joint à moi pour souhaiter à tous les membres de Joyeuses Fêtes.



Photos : Antoine Bécotte

Jean-François Rault remporte la dernière édition de Bordeaux-Paris

Petites histoires du cyclisme européen
Un article de Daniel Fertin

Il y a juste 20 ans, les 21 et 22 mai 1988, se disputait la dernière édition d'une épreuve qui était née en 1891 et que l'on appelait aussi le derby ou le marathon de la route. Cette course, particulière dans le calendrier se déroulait entre Bordeaux et Paris sur une distance approchant ou dépassant parfois les 600 kilomètres.

Partant de nuit de la capitale aquitaine les coureurs roulaient jusqu'à Châtelleraut dans la Vienne où, après un bref repos puis un repas, ils repartaient à l'abri de leurs entraîneurs sur les célèbres dernies. Bernard Gauthier fut longtemps appelé « Monsieur Bordeaux-Paris » avec quatre victoires (1951, 1954, 1956 et 1957) mais le Belge Herman Van Springel lui ravit ce titre avec sept bouquets en 1970, 1974, 1975, 1977, 1978, 1980 et 1981.

En 1981, Jean-François Rault, un jeune néo-professionnel breton arrive dans les pelotons au sein de la formation Puch – Wolber. Très rapide au sprint il gagne quelques belles épreuves avant de participer pour la première fois à Bordeaux Paris en 1987 pour y aider son leader Bernard Vallet. Le futur Directeur Sportif de l'équipe Elite Côtes d'Armor se classe huitième tout en aidant son chef de file à inscrire son nom au palmarès. Une bonne approche.



En 1957 Bernard Gauthier derrière son entraîneur lors d'un de ses 4 Bordeaux - Paris victorieux.

Photo: Coups de pédales

L'année suivante, il revient plein de confiance. Il fait partie d'un maigre peloton de 51 pros auxquels sont venus s'ajouter une vingtaine d'amateurs. Le départ est donné à 23 h 20 par une nuit glaciale et deux anciens vainqueurs (Gilbet Duclos-Lassalle et René Martens) font figure de favoris. Dans la nuit, et par un vent de face, deux amateurs se font la belle et peuvent ainsi profiter d'un peu de gloire. Derrière, la bagarre n'est pas déclenchée chacun se regardant pour ne pas faire le travail pour l'autre. Deux grosses équipes s'affrontent, les RMO avec 9 coureurs et les 11 de chez Peugeot. Toutes les autres formations n'ont envoyé personne sur l'épreuve ou alors que quelques coureurs isolés qui ne peuvent peser sur la course.

A 100 kilomètres de l'arrivée, après plus de 500 déjà parcourus tout est à refaire. Km 522, cinq hommes se détachent, Rault (RMO), Vincent Lavenu (Fagor), Chesneau (EFB), Ilegems (Sigma) et Dorelgo (ADR). L'écart grandit et derrière c'est rapidement le sabordage. Chacun des cinq va tenter sa chance mais à quelques treize bornes de l'arrivée à Fontenay-sous-Bois, Jean-François Rault attaque sèchement sans se retourner. Personne ne contre, le trou est fait. Au tableau d'honneur du derby il va succéder à son Directeur Sportif Bernard Vallet.

A trois années du centenaire de l'épreuve le coureur de Lamballe entre dans l'histoire du cyclisme, il sera le dernier vainqueur. En effet, l'Equipe et le Parisien, les deux journaux organisateurs (également organisateurs du Tour de France), décident l'année suivante de retirer la course du calendrier. Le manque de coureurs au départ depuis quelques années et l'absence de combativité en 1988 auront eu raison d'une des classiques les plus légendaires d'une saison en Europe.



En 1988, Jean-François Rault n'avait le droit qu'à une petite photo dans Miroir du cyclisme, pourtant il entrait dans l'histoire

Photo : Miroir du cyclisme