



Le Girafon Fédéré

Le journal de la Fédération France Monocycliste

N° 2-Novembre 2005



FISE
Sports Extrêmes
à Montpellier

l'Alps Uni Tour

Danemark
Convention Européenne
Trial/Tout Terrain



Interview
Connie Cotter

Le Girafon Fédéré

Le journal de la Fédération
France Monocycliste

Fédération France
Monocycliste
24, rue Comte de la
Garaye
22100 Dinan

www.monocycle.info

Directrice de la publication :

Anne-Sophie Rodet

Comité de rédaction:

Pierre Letellier
Philippe Quaglia
Anne-Sophie Rodet
Jérôme Rodriguez

Rédaction:

Dimitri Caillaud, Patrice
Rodriguez, Yoggi, Yann Chantepie,
Philippe Robert et Cécile Gouret,
Loïc Guiffan, Jocelyn Amyot,
Ludovic Thauvin

Correcteurs:

Marielle Guirlet
Jérôme Rodriguez

Conception graphique:

Mathieu Hagnery
Pierre Letellier
Anne-Sophie Rodet

Photo Première de Couverture :

Martial Antoine

EDITO

Soirée bière - télé

Bière, cacahuètes, potes et télé, la soirée est bien préparée. Rien ne manque pour se mater ce soir la finale sur TF1. C'est l'évènement de l'année, la tension monte, tous les magazines relaient les inquiétudes du peuple: le capitaine légendaire sera-t-il remis de sa blessure? L'entraîneur démissionnera-t-il en cas de défaite?

20h55: La pub - Bande annonce - la pub - la pub-...générique - présentation des équipes- Marseillaise - gros plan dans les tribunes sur Nicolas S président de la république- Coup d'envoi.

Le match est présenté par Maxwell-Carte Visa-E. Leclerc. Les logos s'affichent à l'écran, un texte défile en bas, on peut déjà jouer avec Tampax par SMS pour parier sur le score du match "offert" par le MEDEF.

J'aperçois alors les joueurs devant les panneaux publicitaires disséminés autour du stade.

Ce soir c'est l'équipe de Bonduelle contre RTL- Laposte -RonRon.

Un nouveau vote SMS est proposé: " la fédération doit-elle faire appel de sa condamnation pour dopage organisé? ". Et le score qui ne décolle pas à la différence des pompomgirls (j'adore ce mot) qui se trémoussent sur des gingles en tête des hit-parades.

Un message défile: " 79% des abrutis devant leur télé pensent que la fédération fera, en appel, un score de pompomgirls (faut pas trop l'utiliser quand même) ". Tout se mélange dans ma tête...

Les présentateurs, qui eux voient le stade, signalent la fin du match et envoient une page de pu...ZAP!

Ah! c'était super cette finale de la Coupe de France de Basket sur monocycle..

djé



LA PHOTO DU NUMERO :
à chaque parution, une petite
dédicace. Envoyez nous vos
photos!

Note de la rédaction :
Restez classe, en toutes occasions !

LE COIN DES POÈTES POUËT

Sur monocycle.info, sans doute le plus beau
de tous les sites de mono,
l'endroit où on cause, où on trouve les ragots,
où on accueille les nouveaux,
les débutants, les accros,
les vieillards et les enfants,
les analphabètes et les omniscients,
vous l'avez deviné, évidemment:

c'est le forum.

Dans cet espace sans foi ni loi,
où l'ignorant s'égare parfois,
des noms jalonnent la voie,
permettent de se sentir chez soi.
Mais qui sont ces zigotos-héros
qui se cachent derrière ces pseudos ?

De tous les contributeurs,
Marc Z. est le champion
Anne-So son challenger,
Moi, je suis dans le peloton.

Mais revenons à notre champion:
S'il faut traduire du japonais,
donner la hauteur d'un pont,
trouver exactement le bon smiley,
c' est l'homme de la situation.
c'est le premier en nombre de messages,
et peut être de tous le plus sage.

Viens alors son challenger,
celle qui de notre mono-coeur à l'honneur,
depuis longtemps présidente de l'asso,
roulez tambours, voilà Anne-So !
Elle nous délivre les meilleurs scoops
et nous informe sur la coupe
puis dans une bonne saute d'humeur,
engueule les mauvais contributeurs.

Mais n'oublions pas Kevin,
je ne voudrais pas qu'on le chagrine.
Pour discuter des mérites du Qu'ax
et les comparer avec ceux du Koxx,
Pour parler de la hauteur des sauts,
ou lancer un site de topos,
Kevin est l'homme qu'il vous faut.

Enfin, vous l'avez sûrement remarqué,
car c'est difficile d'y échapper,
pour nous tanner avec sa monocyclopédie,
ça c'est sûr, il y a monomanie !

P.S. pour Marc et Anne-So:
à la prochaine rencontre mono,
j'espère que vous payerez au moins un jus d'orange
au poet' qui a ainsi chanté vos louanges.

SOMMAIRE

Événement Mono : Balade en Vendée	p 4
Figures / technique : Parcours initiatique	p 5
Événement Mono : Convention de Jonglerie de Brest	p 7
Vie d'Asso : Pousse Ta Roue	p 8
Événement Mono : FISE	p 9
Reportage : Alps Uni Tour	p 11
Événement Mono : Convention du Danemark	p 16
International interview : Connie Cotter	p 18
Événement Mono : Semaine HLM dans les Alpes	p 20
Mono Trip: Les Pyrénées	p 21
Événement Mono : Jonglerie en Slovénie	p 23
Figures / techniques : 2 p'tites figures	p 25
Événement Mono : Trial à Chassieux	p 27
Conscience collective : Viva la Revolución!...Caramba, encore raté	p 28



la vallée de l'Yon

Balade en Vendée

Nous étions donc une dizaine de monocyclistes réunis le samedi 25 juin dans le cadre de la joyeuse escapade plus ou moins trialiste organisée par les monoxydes, au cœur d'une nature généreuse, la vallée de l'Yon, à Piquet.

Avec un peu d'inconscience et beaucoup d'entraînement, il serait possible de remonter la rivière qui parcourt la vallée en sautant de rochers en rochers... Rivière elle-même bordée de rochers, chemins et descentes techniques qui font le bonheur de tout amateur de muni.

Au programme donc, trial sur les rochers et dans les "ruines restaurées", glide traditionnel et glide tout-terrain (si, si), descentes techniques, et encore plus techniques avec un mono basique ! Tout cela accompagné de baignades, volontaires ou non, de chutes, dont celle du haut d'un mur de 2.50m environ, l'œuvre de Marcel.L*, qui s'en tire miraculeusement indemne (ou presque).

Après une pause glide et vidéos mono au Givre, le quartier général vendéen des monoxydes, nous terminons notre périple par une étape à la plage et dans la forêt qui y mène, et notamment par son parcours santé, que nous avons bien sûr esquivé assez rapidement, fatigue oblige.



"Qui fait l' malin, va pas loin"
(proverbe vendéen)



Mais il faut quand même se lancer...

Enfin, après tant d'efforts, nous apercevons la plage, (qui signifiait alors pour nous, pique nique et repos tant attendu), celle du rocher à Longeville sur Mer, le tour de France lui, ne s'y est même pas arrêté... Il ne sait pas ce qu'il rate, Lance ... Le sable doux fut le soir le terrain de jeux de monocyclistes en folie, entre enterrement de mono dans le sable, écrasement de château de sable, men in black à la mer et combat pédales à picots contre pieds nus (les pédales à picots ont gagné). Ce fut une de ces balades telles que nous les aimons, placée sous le signe de la jovialité, de la convivialité mais ce fut surtout du n'importe quoi généralisé !

Enfin après cette journée éprouvante pour monocycles et monocyclistes, nous allâmes nous coucher en comptant les unispins. Le lendemain nous attendait la fête de fin d'année de l'école de Rocherservière, qui était cette année, consacrée au thème des arts du cirque...

Les noms ont été modifiés pour protéger les victimes (la maman de Marcel a déjà très peur pour lui, si on plus elle apprenait que...)

Mitripius

Là, c'est moi : Je m'appelle Patrice de l'association " Bas-les-pattes " (clin d'œil aux Parisiens de " Haut-les-mains "), association du monocycliste SuperPat aussi peu connu(e) au niveau national qu'au niveau local (l'association et le monocycliste) du moins pour l'instant.

En espérant ne pas perturber l'équilibre de la famille des monocyclistes, voici l'expérience de mes débuts (récents) dans le monde du mono du côté des Alpes.

Voici le titre et donc le début de mon article :



Patrice de l'association " Bas-les-pattes

UN P'TIT VELO DANS LA TÊTE...

Les prémices étaient dans l'imaginaire, l'imaginaire d'un Crollois (Habitant de Crolles en Isère, en France Métropolitaine) dans lequel avait germé après une grosse averse, un truc insolite, unique, rond (enfin presque) ... vous avez deviné? - " La Lune ? "

- "Non ! " Bien qu'il m'arriva de m'y rendre, ce n'était pas la Lune.

Tout commença sur le net lors d'une nuit sans Lune (justement), où d'un " clic " maladroit (eh oui, maladroit dans les " clic "!), je commandai un monocycle " Torker " en Australie pour 49€. A ce prix-là, il a dû être fabriqué par des bébés kangourous !!! Malgré le risque évident que cela représentait (je vous laisse un instant pour imaginer : (...), voilà !), je confirmai la commande et me préparai un endroit confortable pour surveiller la boîte aux lettres!!!

PUIS... DANS LA BOÎTE AUX LETTRES !

Je ne me doutai point alors des conséquences de mon " clic ".

La première chute fut douloureuse... mais pour le compte en banque, puisqu'aux 49€ du mono, il fallut ajouter 69€ de frais de port ! (Houp ! Une fois et demie le prix du mono en port) La qualité " fait main... de kangourou " fut à ce prix!

Le moral restait cependant



inaltérable. La surveillance de la boîte aux lettres se transforma en guet du facteur mais armé de deux bidons d'eau, pour parer la soif (lors de l'attente) et toute attaque lors de la livraison. Il était alors établi qu'avec de tels frais de port, le colis n'entrerait pas entièrement dans la boîte aux lettres (d'où le dispositif !). Une semaine passa, pas aussi vite que souhaité, il faut l'avouer!

Et, pas de bol, je n'étais pas là (réveillé) pour la livraison: c'est la faute du facteur. Y'a pas idée aussi de passer à 8h du mat, un samedi !!! L'essentiel était qu'il soit arrivé ! Il aurait fallu prendre une photo de mes parents, devant l'engin à moitié déballé, sur la table de la cuisine ! Pour eux, il n'y avait pas de doute : c'était une erreur ou une blague.

DANS LE GARAGE...

Je suis resté une semaine dans le garage à expérimenter toutes les positions. Il y avait néanmoins quelques évidences : la selle, c'est pour les fesses et les pédales, pour les pieds. (Faites passer ces constatations au fougueux Julien Monney! Allez voir à la page 6 du Girafon - l'ancêtre du Girafon Fédéré - n°2 et vous comprendrez.)

C'était sur ces solides bases que j'entamai le week-end; et sur le tout aussi solide sol du garage (je l'ai testé !) que je passai une bonne partie de la semaine suivante. Vous remarquerez que je n'ai pas inclus le samedi et le dimanche dans cette chronologie. Deux jours ont été nécessaires pour conceptualiser les différentes façons de monter sur l'engin !

ET ENFIN DEHORS...

Après deux reports, pour cause de météo défavorable, arriva le jour tant attendu des premiers tours de roue à l'air libre : beau temps donc, 25°, taux d'humidité 54% et vent nul (c'était un paramètre alors important à mes yeux, qui aurait joué à coup sûr, en ma défaveur !)

Soucieux de ne rien laisser au hasard, je relisais une dernière fois les répliques intelligentes qui ont fait de Bernard, le lauréat (cf. : le Girafon



Mono puni pour mauvaise conduite.

- l'ancêtre du Girafon Fédéré - n°3) du concours. Il y a toujours un badaud (un au moins) lors d'une telle expérience et qui dit badaud dit petites remarques badines (sur ma roue) auxquelles je suis désormais prêt à riposter.

Mais comme souvent dans la vie du monocycliste, rien n'allait se passer comme prévu !

A l'image d'une voiture de course tout juste sortie des st... du garage, il y avait quelques réglages à peaufiner. Lors des premiers tours de roue, l'équilibre fut préservé par une gesticulation aussi tourbillonnante qu'efficace. Tout allait bien (pour l'instant), d'autant plus que mes premiers badauds étaient au rendez-vous. Ils s'étaient prudemment écartés de toutes les trajectoires possibles (certainement l'instinct de survie du badaud !) Mes badauds étaient composés de deux filles et d'un garçon, trois badauds donc, ce devait être suffisant pour avoir droit à une remarque sur ma roue. ! Je voulais ma remarque ! Eh ben, je l'ai eu ! Mais pas la bonne, enfin pas celle dont j'avais appris les répliques possibles par cœur. Mon style de débutant y était peut-être pour quelque chose, mais mon oreille aux aguets fut surprise d'entendre : " on dirait un hélicoptère ! " (Comprenez qui pourra !) Comment pouvait-on rester concentré après un commentaire pareil !!!

Complètement déstabilisé par cette remarque, et à la fois certain d'avoir

impressionné (par la performance ou par la chute, peu important), il fallait trouver une réplique et vite. Celles de Bernard (qui avaient pourtant fait leurs preuves lors du concours) s'étaient mélangées dans la chute, inutilisables donc, il fallait improviser !!!

Fixant alors une des filles, la plus jolie des deux (tant qu'à faire!), je débutai un plan de drague qui aurait pu fonctionner, si... Je lui lançai donc : " Ô Princesse de mes rêves, permets-moi d'être la plus belle roue de ton carrosse ! "

Son sourire gêné me laissa penser un instant que le plan (de secours) fonctionnait à merveille...

Mais, (il y a un " mais ", un gros même !) c'est le moment qu'elle jugea opportun pour bouger le bras. (???) Bras dont la main était (probablement depuis le début de la scène) fermement accrochée à celle du garçon du groupe de badauds. Garçon qui était jusqu'alors resté, pour moi au moins, au second plan ! Hooups, donc. Et comme si son air amusé ne me mettait pas suffisamment mal à l'aise, il crut intelligent d'ajouter : " il y aurait éventuellement une place pour une roue de secours ! "

Là, c'en était trop ! Le rôle de cinquième roue du carrosse : ce n'était pas pour moi !!!

Ma roue et moi sommes rentrés à pattes au garage pour " révision générale ".

PUIS DE NOUVEAU DANS LE GARAGE...

Mon intention était alors d'apprendre par cœur, cette fois-ci, les répliques de maître Bernard et de s'y tenir. Avec un peu de chance lors de la prochaine sortie, il y aura des badauds standards avec les remarques standards qui iront avec (par exemple : un " qu'est-il arrivé à l'autre roue ? " serait parfait !) Mais ça n'était pas pour tout de suite, puisqu'en ce qui concernait le mono, il fut puni comme il l'avait mérité : privé de sortie jusqu'à nouvelle ordre, pour son manque de solidarité dans l'adversité!

MORALE DE L'HISTOIRE.

Bien décidé à rebondir (Méthode de fabrication du mono oblige), je sortais de cette première expérience un peu vexé, mais le challenge était lancé :

défier la loi de Pesanteur (éminent physicien contemporain de Newton) et bientôt, dompter la selle à roulette.

Espérons qu'un jour prochain :

" Une roue vaille mieux que deux super pattes ! "

SuperPat (Bas-les-pattes !)

A suivre ... parce qu'un jour on descendra de la montagne, ma roue et moi, c'est certain !

Remarque : Je déplore (autant que vous) l'absence de photo lors de " la sortie en extérieur " d'autant plus que l'on est tous privé de souvenir de la Princesse!

PS. Vous avez des remarques ou commentaires sur cet article ou mieux vous cherchez un compagnon de mono vers Grenoble, e-maillez-moi : un_superpat@hotmail.com A très vite j'espère. (Attention, dans l'e-mail, ce n'est pas un " espace " mais un tiret bas : _ !)



Notre héros



BREST 2005

Les 24, 25 et 26 juin

C'est Roland du magasin Kahero à Brest qui m'a contacté pour me proposer un événement au pays des galettes/saucisses.

Il m'a dit que si je devais venir il ferait le nécessaire pour trouver du matériel de Trial en quantité. Et il n'avait pas menti !

Ca n'a pas été possible pour le bateau et l'ancre de marine mais c'est pas moins de 150 palettes Europe (celles qui cassent pas), une voiture et 3 grosses machines de chantier qui m'attendaient quand je suis arrivé. Aurais-je trouvé le paradis ???

Premier contact avec les organisateurs tout à fait positif, en plus d'être bien organisés, ils sont gentils !

Pour le déroulement de la convention tout s'est passé sans accroc, en plus ils avaient pensé à commander du beau temps. Même les Toulousains cherchaient l'ombre ! La Bretagne c'est chouette quand il fait beau.

Le public jongleur s'est montré intéressé par le monocycle, certains n'ont pas résisté à l'envie de se prendre quelques retours de pédales lors des ateliers monocycle...

A noter que les Bretons ont un jeu très rigolo auquel on peut jouer dans n'importe quelles conditions : " **Le lancer de Machin** ".

C'est une sorte de joute d'improvisation où on doit devant un public mettre en scène le lancer d'un objet imaginaire. Règle importante " au lancer de machin la distance du lancer importe peu, seul



le style avec lequel on lance le machin compte ".

C'est à l'applaudimètre que les participants sont départagés. Ce jeu nous a fait passer de très bonnes soirées, je vous le recommande à tous !

Pour les curieux une petite vidéo de l'événement est disponible sur le site www.koxx-one.com

J'avais oublié combien il est agréable d'avoir un événement très bien organisé, du début à la fin, tout avait été pensé !

Si les organisateurs se décident à rééditer l'événement, venez nombreux, vous passerez un bon week-end.

YOGGI



POUSSE TA ROUE



Petit-fils de clown, ma première rencontre avec le monocycle date de 1985, souvenir d'un engin impossible presque inaccessible. Avec la rencontre en 1997 de 2 hurluberlus perchés sans cesse sur leur roue, l'occasion de réessayer était toute trouvée. Mais au fil des années, pas d'info, pas de potes sur roue, la vie, le travail, et puis pas toujours facile d'assumer les quolibets jetés en pleine face dans les rues, j'ai fini par mettre mon mono au repos. Ses vacances se sont prolongées pendant près de 5 ans, toujours posé dans le coin de l'entrée et quand même toujours aussi dans un coin de tête.

Et puis, un matin, à pied, je tombe nez à nez avec un groupe de jeunes devant "Monop" qui faisaient des trucs de "ouf" chacun sur une roue ! Quoi, des monocyclistes ! Mais qui en plus font des trucs du jamais vu sur des mono avec de sacré gros pneus ! Je fonce ! Je pars à la pêche aux infos, c'est quoi ce truc ? Sur leurs conseils, je traque l'internet et tout ce que je peux trouver sur ce sujet ! OUAH ! c'est l'hallu !

Une nouvelle histoire avec le mono reprend. Je suis plus que déterminé ! Comment faire pour partager ça avec d'autres, rencontrer des gens qui ont la même passion ? Grâce aux contacts avec Anne So' de la FFM, j'ai décidé de créer un rendez-vous.

Et c'est comme ça que tout a commencé, début décembre 2004. Seul, avec mon beau mono tout neuf, avec son gros pneu, je m'entraîne Place du Nombre d'or, impatient que d'autres monocyclistes (comme je les appelle !) viennent me rejoindre. Entre temps j'initie ma copine (Un mono pour Noël, quelle bonne idée !), et hop, le tour est joué (enfin ça a été un peu plus dur que ça quand même !). On est déjà 2 !

Mais l'aventure ne s'arrête pas là, 2, puis 3,4,5,6...j'arrête de compter. Début avril, c'est plus de 50 monocyclistes qui sont venus au moins une fois à ce fameux rendez-vous du Mardi ! Jonathan Olry et Xavier Collos nous ont fait le plaisir de partager avec nous.

C'est super, mais on ne pouvait pas s'arrêter en si bon chemin, la motivation était à son maximum ! Les irréductibles de ce rendez-vous ont décidé de créer une association afin de développer notre passion, de nous fédérer et de faire connaître ce sport à un max de monde. Et voilà, Pousseta roue est née en mai 2005

Poussetaroue propose :

- le rendez-vous hebdomadaire, où une quinzaine de monocyclistes s'entraînent intensivement au trial, street, freestyle et échangent amicalement,
- des cours d'initiation officiels et officieux,
- des balades tout-terrain dans les carrières de la région, en bord de mer, en centre ville,...

Poussetaroue c'est aussi la participation à des événements sportifs du coin :

- Les 10km de " Tous à Vélo ", organisés par la Ville de Montpellier à l'occasion du passage du Tour de France. Nous ne sommes pas passés inaperçus !
- Le Nokia Fise les 13, 14, 15, 16 et 17 juillet 2005 : Poussetaroue et Xavier ont uni leurs efforts afin de franchir les a priori des organisateurs. Motivés pour

faire reconnaître le mono parmi les nouveaux sports extrêmes il a fallu mettre les bouchées doubles. Ce ne fut pas parfait, mais quel challenge et quelle expérience pour une petite asso débutante ! 4 jours intensifs où une vingtaine de monocyclistes ont

fait le déplacement (et que du gros, Merci les gars !). Merci aussi à Didier de "Tête en l'Air" pour toute son aide et soutien précieux, à Anne So' pour son expérience et à tous ceux qui ont mis la main à la pâte !

Allez, on remet ça l'année prochaine ?

• Ridez Events : Démo au skate parc de Grammont le 13 août 2005 sur la demande d'une association de rollers. Une dizaine de monocyclistes étaient présents, dont Xavier, qui sauve toujours la partie question démo !

• Le Forum des Associations de Montpellier, le 11 septembre 2005 où de nombreuses initiations ont été réalisées ainsi que des démos trial des jeunes chevronnés de l'asso.

Et voilà, en près de 5 mois d'existence, Poussetaroue c'est tout ça, 12 adhérents (de 12 à 45 ans) et beaucoup d'électrons libres sur une roue ! Mais c'est aussi encore plein d'idées, plein d'envies et un max de jeunes qui progressent comme des fous.

Impatients de rencontrer toujours plus de monocyclistes, nous serons dans un premier temps une dizaine de Poussetaroue à la Coupe de France et dès qu'on pourra sur d'autres événements, pourquoi pas, un tour de France des rendez-vous.

Philippe Robert



Mono à pro-FISE-ion

*Le roller
parc
devient
un
monoparc*

On attendait depuis longtemps une occasion de montrer au monde des riders de tout poil que le monocycle n'est pas réservé à la sciure de la piste aux étoiles. Le FISE (Festival des sports extrêmes) qui se déroulait du 14 au 17 juillet dernier à Montpellier était donc le rendez-vous à ne pas manquer pour prêcher la parole monocyclique auprès des skateurs, rollers, BMXeux, wakeboarders, wakeskateurs et autres snakeboarders... bref, auprès de tous les pratiquants de sports de "djeun's" qui roulent et/ou glissent.

Depuis plusieurs semaines nous nous préparions pour ce gros événement ("On y va comment ? A combien ? Ai-je suffisamment bossé mon 360 unispin pour ne pas paraître ridicule ?...") et c'est donc le cœur plein d'allégresse que nous (Pyairot, Mitripruis et moi) quittons Nantes en Kangoo Jaune pour le Sud, le coffre bien rempli par 4 monos et 2 roues ultimes. Après presque 10 heures de route nous arrivons sur le site, il est 4 heures du mat' et tout le monde dort. On se plante à côté du yoyota (ou yoggi-van) en se serrant à trois dans une "tente 2'"... il paraît que j'ai été le seul à (mal) dormir.

Quelques heures plus tard, alors que la matinée commence avec son flot de bruits de camions et commentaires du speaker sur une vague comp' de je ne sais quoi, j'émerge de la tente.

Mitri est déjà sur l'aire de trial! Petit à petit la "communauté de la roue" se regroupe

autour d'un campement de fortune et les jambes engourdis commencent à se dérouiller après quelques tours de roue, les amis se retrouvent, on rencontre d'autres monocyclistes (on est une petite vingtaine), il fait très beau et on a 4 jours de mono devant nous... ça aide bien à oublier la route de la veille. Avec tout ça le temps passe et la chaleur commence à se faire sentir, heureusement qu'il y a un bon vent et qu'on a réussi à se faire un peu d'ombre.

Il me semble qu'on a "déjeuné" vers 16h... tranquiiiille ! Pour l'après-midi on a prévu de se faire une petite baignade, une sortie street et il faut aussi penser au ravitaillement. La baignade nous a fait du bien... la sortie street était en fait la découverte d'un spot sur Montpellier, spot que nous avons cherché pendant plus d'une heure en suivant Xavier dans sa yoyotina (heureusement qu'il est du coin !) Finalement nous y arrivons, Yoggi et Xav se lâchent et font quelques vidéos, le spot est bien et permet de faire un peu de tout avec des degrés de difficulté variables. On s'est bien amusé mais il faut penser à faire des courses... le temps de décrocher Xavier et Yoggi de la caméra, remettre tout le monde dans le van il est 21h mais c'est pas grave car l'hyper du coin ferme à 22h...

sauf que c'était le 14 juillet ! Nous voilà donc tout dépités sur un parking à nous demander ce qu'on va bien pouvoir manger et boire. Après avoir réclamé tout l'après-midi de la bière, des canettes de

bière, des packs de canettes de bières, des palettes de packs de canettes de bière, et même des camions de palettes de packs de canettes de bière, on en prend tous un coup au moral. On se regarde tous en se demandant si le plus grave c'est l'absence de bouffe ou l'apéro tant convoité qui nous file sous le nez. Je ne sais plus ce qu'on a dégotté mais on a quand même mangé ce soir-là. Une petite balade sur le site pour reconnaître le skate-parc, petit concert reggae (Barington Levy, pas mal) et au dodo. Pour ma part j'ai pas eu de mal à m'endormir, mais je n'ai toujours pas mis ma roue sur l'aire de trial que nous ont concoctée Philippe et les Pousse-Ta-Roue. Pas grave, ça sera pour demain.



Un coin de l'aire de trial

Le vendredi nous avons décidé de ne pas quitter le FISE afin de remplir notre mission première : faire connaître le mono et montrer ce qu'on sait faire. Pendant que Pierre, François et notre vénérée Présidente s'occupent des courses (erreur fatale : quasiment trois buveurs d'eau !) je roule pour la première fois sur l'aire de trial. Il y a largement de quoi s'amuser : des buses en béton, des palettes, des barres à rouler et/ou grinder, des échelles, des poutres... Il ne manque qu'un peu d'ombre, en effet le soleil n'a pas l'intention de rater une miette du spectacle et les premiers coups de soleil pointent le bout de leur nez. Avec une telle chaleur ça devient vite difficile de faire de longues lignes de trial. A noter : l'arrivée de 3 monomaniaks.

En début d'après-midi on improvise une démo sur l'aire de flat BMX. Chacun plaque ses meilleurs tricks en essayant de ne pas gêner les "cyclistes". La chaleur vient à bout des plus acharnés après une heure de démo, on se demande comment les pneus résistent sur le bitume bien exposé au soleil. La journée se poursuit entre l'aire de trial et le stand de Tête-En-l'Air pour se réhydrater. Pour ma part je plaque mon premier grind et, dans l'euphorie des applaudissements de mes camarades, je baptise le mono de Mat' (c'est sur son mono que j'ai accompli cet "exploit") : ce sera désormais la "Grinding Machine".

Le soir on s'incruste sur le skate-parc afin de tenter les gros grinds repérés la veille.



Mat dans ses oeuvres



Xavier sur l'aire de flat

Yoggi, Xav', Mat et Tifouille réussissent dans leur mission : impressionner les skateurs pour qu'on ait une petite place. Nous autres réussissons la mission de ne pas trop les gêner (les skate parcs servent aussi aux skateurs paraît-il).

Le Samedi à 15h, une démo est prévue (officiellement) sur l'aire de street. La foule en délire se jette sur nous pour nous arracher nos protections et revendre des lambeaux de nos T-shirts... Bon ça ne s'est pas vraiment passé comme ça (la démo se déroule sous les yeux d'une vingtaine de personnes très attentives) mais c'est parce que le service d'ordre était très efficace ! Une fois de plus, c'est la canicule !

L'après-midi se déroule en grande partie dans le van de Yoggi qui lance l'idée de faire du water-jump à mono... Bonne idée sauf que c'est un peu la sécheresse dans le pays. Du coup on se dirige vers la plage... pendant 1 heure pour faire un trajet de 20 minutes ! (déjà les montpelliérains n'ont pas le sens de l'orientation !). On finit par trouver la mer (ouais !). On y retourne le soir pour un bain de minuit, Anne-So fait semblant de ne pas remarquer qu'on est presque tous à poil (présidence oblige !).

Le dernier jour du FISE commence, un dimanche ensoleillé et sans stress. Nous avons de nouveau une démo prévue sur l'aire de street à 13h30... j'arrête après 10 minutes : Je vous ai déjà dit qu'il faisait chaud ?

Après la démo il est temps de préparer notre retour sur Nantes. J'ai pris ma dose de mono pour quelques jours et demain au

boulot je pourrais arborer le plus beau bronzage du bureau : bilan positif !

J'essaierai d'oublier :

- les nombreuses infractions au code de la route à bord du Yoyota
- que j'étais le plus vieux (malheureusement pas le plus sage)
- l'attitude parfois limite des non-monocyclistes (il a bien failli y avoir une bataille rangée entre skateurs et rollers, et certains ont dégradé pas mal de matériel mis à notre disposition).

Je retiendrai de ce FISE :

- les regards émerveillés de Philippe et Cécile qui ne s'attendaient pas à ce qu'on soit autant de riders. Ils n'arrêtaient pas de nous remercier d'être là (de rien, nous on n'a rien fait d'autre qu'être là et s'éclater!)
- la bonne ambiance du clan monocycliste et la certitude d'avoir fait entrer le mono dans la tête de quelques skateurs/rollers/BMX (surtout les BMX)
- que plus on est de monocyclistes, moins on réfléchit, mais qu'est-ce qu'on se marre !
- la Présidente en maillot de bain

Et pour finir je remercie au nom de tous les participants Philippe et Cécile des Pousse-Ta-Roue et le magasin Tête-En-l'Air pour le temps (et l'argent) investis dans cette manifestation... tout ça pour nous, juste pour qu'on passe du bon temps... MERCI A VOUS et à bientôt !!!

ZzagG

A qui le tour ?

Par Anne-Sophie Rodet

Jusqu'à-là les seuls monocycles de 36 pouces présents sur le marché étaient les Cokers. Voilà que les Quackers - monocycles Qu-Ax 36 pouces, baptisés Quackers par notre Zzagg national - sont apparus en France et enfin les grandes roues poussent comme des petits pains (toutes proportions gardées, il s'agit quand même de 36 pouces) ! Il faut dire qu'ils sont nettement plus abordables (300 à 330 €) que les Cokers (400 à 450 € environ).

Alors peut-être que leurs heureux propriétaires vont s'inspirer des "unitours" organisés par nos homologues étrangers. Pour les y aider, notre reporter a mené son enquête, poussant le vice jusqu'à louer une voiture pour rencontrer les monocyclistes de l' "Alps Uni Tour" (1^{er}-19 août 2005, 10 monocyclistes, 910 km, 13 400m de dénivelé positif).



Nathan, Irene et John au premier plan

MAIS QU'EST CE QUE C'EST QUE CES "TOURISTES" ?

Tous les 2 ans depuis 1999, Andy Cotter se lance dans l'organisation d'un "tour". Pourquoi tous les deux ans ? Parce qu'une année sur deux les Unicons (Convention de Monocycle et championnats de monde) sont organisés, l'autre année est dédiée à un "tour". Un "tour", c'est une excursion en monocycle qui dure plus de 4 jours et fait plus de 200 km.

Pour Andy, c'est l'un des meilleurs moyens de visiter le monde. Il s'agit de "voir du pays" en le vivant intensément parce que chaque coup de pédale vaincu sur la route donne une dimension particulière au paysage. C'est aussi l'occasion, pour les monocyclistes, de rencontrer la population locale, ce qu'il ne feraient pas s'ils étaient des touristes classiques parce que, forcément, leurs monocycles ne passent pas inaperçus et font naître les rencontres.

Avant de se lancer dans un tour, il y a trois étapes importantes : d'abord la définition du trajet général qui pourra ensuite se préciser et évoluer, puis la définition de l'équipe qui participera au tour et enfin l'entraînement.

LE TRAJET

Pour cette année, Andy et ses acolytes avaient choisi de s'attaquer aux Alpes, ceci en traversant un maximum de pays concernés : l'Autriche, la Suisse, l'Allemagne, le Liechtenstein, l'Italie et la France. Seule la Slovénie n'a pu être abordée. Andy aime profiter de ces tours pour ajouter une nouvelle contrée à son palmarès de pays visités ; il s'agit cette fois du Liechtenstein. Pour affiner l'itinéraire, Andy s'adresse aux monocyclistes des pays traversés car ceux-ci connaissent les coins sympas à visiter. Il travaille aussi sur de nombreuses cartes et adapte la route en fonction des hébergements qu'il dénicher sur des guides et surtout sur Internet. Les "touristes" dorment principalement dans des auberges de jeunesse, parfois dans des hôtels, mais ils ont banni la tente : il est nécessaire de bien récupérer pendant la nuit pour tenir jusqu'au bout. L'AUT (Alps Uni Tour) a duré au total 19 jours dont 4 de repos.

Privilégiés les routes secondaires, Andy doit choisir les parcours à effectuer chaque jour. Le tracé général doit commencer doucement pour que la machine se mette en route et doit aussi finir tranquillement pour que les monocyclistes profitent pleinement des derniers jours en étant moins stricts sur la récupération. Pour l'Alps Tour, il fallait trouver un savant dosage entre les

kilomètres et les dénivelés avalés chaque jour. Il existe un programme informatique qui définit la difficulté d'un parcours en fonction de ces deux critères et qui établit alors des indices. Andy s'appuie sur ces informations mais, pour éviter la monotonie, il essaie d'alterner les jours faciles et les jours plus difficiles. Au total, les étonnants "touristes" ont cette fois-ci parcouru 910 km, soit environ 50 km par jour en moyenne, (60km par jour sur les jours roulés) et ont grimpé 13 400 mètres de dénivelé, soit 700 mètres par jour (900 mètres sur les jours roulés). Lors de l'EUT (Europe Unicycle Tour), de Cologne à Madrid, le plus long des tours organisés par Andy, les monocyclistes avaient parcouru 1 560 km en 21 jours, soit 70 km par jour (80 km par jour roulé) mais ils avaient suivi le lit des fleuves afin de limiter au maximum les dénivellations.

L'EQUIPE

Pendant l'année précédant le tour, Andy envoie un e-mail aux monocyclistes qu'il sait être intéressés par une telle aventure et qu'il pense capable de réaliser un "unitour". Il a choisi de limiter à dix le nombre de monocyclistes participant à un tour. Au-delà de dix, l'organisation devient trop lourde et les logements sont plus

difficiles à trouver. A l'automne, Andy demande aux candidats d'effectuer un week-end test. Ceci permet de confirmer, aussi bien aux monocyclistes eux-mêmes qu'au reste du groupe, que chacun est capable de se lancer dans l'aventure. Pour ce tour-ci, l' "excursion de pré-inscription" consistait à parcourir 70 km et plus de 400m de dénivelé positif par jour sur deux jours. Les monocyclistes s'étaient bien sûr entraînés avant.

Pour confirmer leur inscription, les candidats doivent avoir effectué leur excursion et envoyer 500\$ dans les 15 jours. Cela permet de s'assurer que la décision est prise sérieusement. Cet argent sert à payer les frais d'organisation et les réservations d'hôtel. Il est complété par la suite pour payer les dernières réservations d'hébergement mais aussi payer le véhicule d'accompagnement qui suivra les monocyclistes pendant tout le tour. Les autres frais engendrés par ce tour sont gérés par les "touristes" eux-mêmes; ils comprennent principalement les billets d'avion, le ravitaillement ou les restaurants et enfin le matériel, parce qu'avoir un Coker fiable, c'est important.

Pour participer, il faut donc s'assurer de pouvoir se le permettre financièrement, de pouvoir prendre des vacances et d'avoir le temps de s'entraîner. Au total, il faut compter pour le logement 600€ environ avec parfois le petit-déj' et le repas du soir compris (27 euros par jour), pour le resto ou les pique-niques environ 400€, et 250€ pour la location du véhicule de support, l'essence et l'abonnement téléphonique de l'équipe de soutien. Le prix du trajet pour l'aller et le retour ainsi



Père et fils devant l'immensité

que celui du matériel varient en fonction de chaque participant.

L'ENTRAÎNEMENT

Un entraînement intensif est bien sûr nécessaire pour se lancer dans une telle entreprise, pour que le corps tienne le coup – car les divers tours organisés ont montré que les monocyclistes n'étaient souvent pas assez préparés – et pour connaître parfaitement le matériel utilisé. Andy a demandé à chacun de poster sur Internet le compte-rendu de ses entraînements car les conséquences d'un faible entraînement se répercutent sur tout le groupe. Et puis, l'entraînement est aussi un bon moyen pour chacun de mieux découvrir sa propre région. Une attention particulière doit être portée à l'entraînement sous la pluie ; en effet, pendant un tour, la pluie peut s'inviter et il ne pourrait être question de ne pas rouler.

Pour aider tout le monde, Andy a proposé un modèle d'entraînement, commençant en avril et allant jusqu'au début du tour le 1^{er} août. Il décrit pour chaque mois :

- le nombre de kilomètres à parcourir pendant le mois
- le nombre de mètres de dénivelé positif à effectuer pendant le mois
- le nombre de kilomètres sans un seul arrêt (ou seulement avec "surplace")
- le nombre de km par jour pendant "y" jours de suite
- le nombre de kilomètres sous la pluie
- le nombre de kilomètres à parcourir en "y" jours
- le nombre de mètres de dénivelé positif à effectuer en un jour
- une course chronométrée de 10km

Scot dans le paysage autrichien

En gros, le programme proposé était :

- . avril : 250km (en moyenne 8km/par jour), 2000m de dénivelé positif
- . mai : 400km (en moyenne 13km/jour), 3000m de dénivelé positif
- . juin : 500km (en moyenne 17km/jour), 5000m de dénivelé positif
- . juillet : 750km (en moyenne 24km/jour), 6000m de dénivelé positif.

COMMENT FONCTIONNE UN TOUR?

Chaque matin, les monocyclistes partent de leur hôtel en sachant l'itinéraire qu'ils doivent prendre et où ils doivent se rendre. En général, ils essaient de se retrouver pour manger ensemble à midi, mais chacun peut s'organiser comme il veut. Certains préfèrent rouler seul, d'autres en groupe ; et cela change en fonction de la forme, de l'humeur, de l'envie de passer un peu de temps avec d'autres...

Les monocyclistes sont soutenus par un véhicule d'accompagnement avec à son bord deux non-monocyclistes (c'est-à-dire qui ne roulent pas pendant ce tour, mais pour vouloir accompagner une telle équipée, il y a des chances qu'ils soient déjà montés sur des monocycles !). Cette voiture transporte les bagages des "touristes" et peut-être contactée en cas de pépin, mais elle ne fait pas office de voiture-balai et ne reste pas derrière les coureurs. Les monocyclistes sont aussi soutenus par des cyclistes (pour ce tour-ci, ils étaient entre un et trois) qui transportent des ravitaillements, surtout de l'eau. Ils naviguent entre les grandes roues, pour apporter leur soutien et pour prendre des photos. C'est important, les photos, pour tous les gens qui sont restés à la maison et qui suivent l'aventure ! Une partie de la soirée est d'ailleurs consacrée à la



rédaction du journal de bord et au choix des photos qui l'accompagneront. Opération délicate quand on sait que pendant l'Alps Tour, il y avait 13 appareils photos en circulation et que plus de 7000 photos ont été prises !

LE CRU 2005, SE MARIE TRES BIEN AVEC LA FONDUE SUISSE

Petite présentation de l'équipée, la majorité a déjà participé à divers tours.

Scot Cooper : 44 ans, de Santa Cruz en Californie.

Adepté du Monocycle Tout Terrain, Scot s'est fait entraîner par Andy dans l'EUT (Europe Unicycle Tour, 1600km) en 2001. Convaincu, il a ensuite participé au "California Coast Classic", tour cycliste destiné à rassembler des fonds pour la lutte contre l'arthrite, de 800km en 8 jours. Il l'a couru en 2002 et en 2004. En 2003, il a aussi ajouté à son palmarès le Tasmanian Unicycle Tour (Australie), de 1100 km en 21 jours et le Norwegian Unicycle Tour, de 960 km, 20 jours.

Il a utilisé des manivelles de 140mm pendant tout le tour des Alpes.

Andy Cotter : 35 ans, de Hutchinson dans le Minnesota.

Gentil Organisateur de ce tour monocycliste ainsi que de 4 autres tours avant cela, il est ingénieur et s'occupe aussi de sa ferme. Il fait du monocycle depuis qu'il a 17 ans. Il a accumulé les médailles en freestyle et en courses dans



Resto à Chamonix, en compagnie de notre reporter

les championnats américains et aux Unicons. Désormais il s'intéresse surtout au Tout Terrain, au hockey et bien sûr aux tours. Il est très impliqué dans la fédé internationale et offre son expérience pour l'organisation d'événements mono. Il a utilisé des manivelles de 140mm pendant presque tout le tour des Alpes.

Irene Genelín: 21 ans, actuellement à Nantes, originaire du Minnesota.

Venue cette nouvelle année scolaire en France pour étudier la langue, Irene a, elle aussi, un certain nombre de titres et médailles à son palmarès en freestyle et

en Tout Terrain. Elle fait partie du très petit groupe des personnes (9 à ce jour) ayant atteint le niveau IUF 10 en freestyle. Elle a déjà participé en 1999 au tour "Unicycling Across Minnesota", 770 km en 9 jours et au "Norwegian Unicycle Tour" en 2003.

Elle a principalement parcouru le tour des Alpes avec des manivelles de 150mm.

Beau et Nathan Hoover : père et fils, le cadet et le doyen de la course, 13 ans et 46 ans, de Los Gatos en Californie.

Nathan est informaticien dans l'entreprise qu'il a créée et jongle depuis



Trajets de l'Alps Uni Tour depuis Füssen en Allemagne jusqu'à Genève en Suisse, avec les villes dans lesquelles ils se sont arrêtés pour la nuit

jour	Départ	Arrivée	distance parcourue	dénivelé positif	dénivelé négatif
1	Fussen (All)	Holzgau (Aut)	70 km	626 m	326 m
2	Holzgau (Aut)	Lech (Aut)	23 km	490 m	149 m
3	Lech (Aut)	Vaduz (Liecht)	82 km	481 m	1 576 m
4	Vaduz (Liecht)		journée de repos		
5	Vaduz (Liecht)	Chur (Suis.)	57km	379 m	190 m
6	Chur (Suis.)	Mutschnengia (Suis)	80 km	1 592 m	770 m
7	Mutschnengia (Suis)	Andermatt (Suis)	43 km	1 095 m	1 021 m
8	Andermatt (Suis)	Grimsel Hospiz (Suis)	39 km	1 497m	937 m
9	Grimsel Hospiz (Suis)	Grindelwald (Suis)	56 km	1 365 m	2 348 m
10	Grindelwald (Suis)		journée de repos		
11	Grindelwald (Suis)	Leuk (Suis)	80 km	1 073 m	1 249 m
12	Leuk (Suis)	Champex (Suis)	75 km	1 115 m	412 m
13	Champex (Suis)		journée de repos		
14	Champex (Suis)	Etroubles (Ita)	58 km	1 600 m	1 786 m
15	Etroubles (Ita)	Chamonix (Fr)	54 km	700 m	705 m
16	Chamonix (Fr)		journée de repos		
17	Chamonix (Fr)	Col de la Forclaz (Suis)	27 km	861 m	415 m
18	Col de la Forclaz (Suis)	Vevey (Suis)	77 km	101 m	1 250 m
19	Vevey (Suis)	Genève (Suis)	90 km	543 m	543 m

plus de trente ans. Il a commencé le Monocycle Tout Terrain en 1998 et y a trouvé une excuse de plus pour voyager, notamment aux côtés de Kris Holm avec lequel il a réalisé plusieurs films. Il a participé au Norwegian Unicycle Tour en 2003. Suivant l'exemple de Papa, Beau s'est mis au monocycle à 6 ans. Il a déjà participé à 3 Unicons et a gagné lors du dernier un titre en monocycle Tout Terrain. Très complices, cette aventure est l'occasion pour les deux Hoover, de passer plus de temps ensemble. Nathan a roulé avec des manivelles de 125mm excepté pour les cols et Beau a roulé principalement avec des 152mm, mais parfois des 125mm.

Joe et Kim Lind : 27 et 26 ans, de Saint Paul dans le Minnesota. Jeunes mariés et jeunes Cokeristes, Joe et Kim sont respectivement informaticien et audiologue. Kim baigne dans le milieu du monocycle depuis longtemps mais s'était arrêtée jusqu'à ce que son mari s'y intéresse.

Joe a commencé le tour avec des 140 pour passer en 152mm le 5ème jour. Kim a roulé principalement avec des 140mm.

Ken Looi : le Kiwi du tour, 27 ans, de Johnsonville, Wellington en Nouvelle-Zélande.

Il est le "fou" (monocyclément parlant) du tour. Médecin, Ken vient du VTT et s'est mis au monocycle en 2000. Mais il a déjà eu le temps de visiter une multitude de pays avec son engin et d'accumuler, en mono, les courses de VTT et autres événements. Il a notamment effectué un tour au

Cambodge et au Vietnam pour rassembler des fonds de soutien à l'ONG OXFAM en 2004, 500km en 10 jours. Pendant son entraînement pour ce tour-ci, il a réalisé un record pour le Guinness : il a parcouru 378.7 km en 24 heures !! Il a roulé avec des 125mm et des 110 pendant le tour. Je vous laisse imaginer qui se trouvait en tête du peloton pendant la majorité du tour.

Bronson Silva : 33 ans, de Campbell en Californie

Il travaille comme informaticien avec Nathan. Il fait beaucoup de Monocycle Tout Terrain et se rend à son travail en monocycle quand il peut. Il aime bricoler (peut-être que le mot "bricoler" est un peu faible d'ailleurs) et son Coker est un petit bijou de "customisation". Il a participé au Tasmanian Unicycle Tour en 2003.

Difficile de dire quelle taille de manivelle il a utilisé pendant le tour puisqu'il possède des manivelles dont on peut changer la taille en un coup de clé Allen.

John Stone : Le boute-en-train du tour, 35 ans, de New-York City.

Pianiste, compositeur et écrivain, John a commencé le monocycle quand il avait 9 ou 10 ans et utilise son monocycle pour ses déplacements dans New York, notamment pour aller travailler. Il a participé à l'Europe Unicycle Tour en 2001 et au Norwegian Unicycle Tour en 2003. [NDR : notre reporter a malheureusement loupé sa fameuse danse des doigts mais se souviendra longtemps de son improvisation dansée

sur une musique de fond dans l'auberge de Chamonix.]

Il a roulé avec des manivelles de 140mm pendant tout le tour.

Et puis il reste l'équipe de soutien qui, espérons-le, ne sera pas trop vexée de ne pas voir de portraits détaillés ici. En VTT, il y avait Laura Gerald, Karl Wigert et David Poznanter, dans la voiture d'accompagnement, il y avait Connie Cotter et Dana Schneider.

Au total parmi les Cokeristes, nous avons donc deux clans qui se sont régulièrement entraînés ensemble : le clan californien et celui du Minnesota, plus deux pièces rapportées : un Néo-Zélandais et un New-Yorkais.

Infos diverses :

- 1998 : premier monocycle Coker "The Big One"
- 1999 : UAM (Unicycle Across Minnesota), 770 km, 9 jours, 35 monocyclistes
- 2001 : EUT (Europe Unicycle Tour), 1600 km, 21 jours, 10 monocyclistes
- 2003 : NUT (Norwegian Unicycle Tour), 967 km, 19 jours, 10 monocyclistes

Sites web:

- Tout sur l'Alps unicycle Tour : www.aut.unitours.org
- Tout sur les divers tours organisés : www.unitours.org
- Plein d'infos sur les Cokers : www.unicyclist.com (utilisez la fonction "search" dans le forum)

Dans l'ensemble tous gros amateurs de fromage et de grimpette, les « Coker Riders » n'ont fait qu'une bouchée des Alpes, même si ce ne fut pas aussi simple que cela...

LE TOUR 2005 : ET DE DIX MAILLOTS A POIDS ! DIX !

Plus que les détails de leur parcours, ce qui compte, c'est l'ambiance qui régnait au sein de l'équipe et les mésaventures qui leur sont arrivées. Et John Stone a fait très fort dans ce genre-là en se tordant la cheville juste avant le départ. C'était pour une bonne cause, il voulait éviter de rouler sur la tête de Beau tombé devant lui. Heureusement le pire a été évité : John pouvait difficilement marcher mais rouler ne lui posait pratiquement aucun problème.

En plus des nombreux kilomètres et des dénivelés à avaler, diverses difficultés se sont invitées, sans toutefois durer tout le tour. La troupe a rapidement eu affaire au mauvais temps, dès le 3ème jour, avec la pluie et le brouillard qui se sont révélés particulièrement dangereux dans les multiples tunnels et surtout les lacets alpins. Dans l'ensemble, le temps fut tout de même assez clément.

Les « touristes » n'ont pas toujours suivi un itinéraire identique : certains préféraient arriver plus vite au but alors que d'autres privilégiaient la tranquillité en prenant des routes moins fréquentées. C'est comme ça que quelques-uns se sont faits des frayeurs en se retrouvant sur l'autoroute, ce que la police locale a semble-t-il moyennement apprécié !

A partir du 6 août, les choses sérieuses ont commencé avec le passage de cols et donc de grosses accumulations de dénivelés chaque jour. Puis le froid s'est



La joie de l'arrivée

fait cruellement ressentir malgré le beau temps lorsqu'ils ont côtoyé les hauteurs et certains ont dû se résoudre à acheter une petite laine dans des "attrape-touristes". Ces jours-là furent aussi synonymes de vues spectaculaires. Heureusement, il y avait des jours de repos, mais les choses ne se sont calmées qu'après le 14 août, jour pendant lequel ils ont effectué leur plus grosse ascension – 1 600m de dénivelé positif en une journée – pour atteindre le Col du Grand-Saint-Bernard, point culminant de leur épopée, à 2 469 m. Impressionné par leur grimpe, un Suisse leur a même offert 50 euros pour qu'ils se paient un coup à boire.

Pendant toute cette route, il y a eu aussi les rencontres et les encouragements, les batailles de boules de neige, les

découvertes culinaires, les dîners qui s'éternisent, les fous rires pendant l'écriture du journal de bord, les parties de cartes... Il ne faut pas oublier ces chères journées de repos avec les visites en téléphérique, les luges d'été, les sorbets engloutis, les baignades, le plaisir d'écouter John jouer sur un piano qu'il avait réussi à dénicher dans le village...

Le dernier jour fut le plus long en kilomètres (89 km) mais aussi le plus plat, comme pour faire durer le plaisir jusqu'au moment ultime de bonheur : l'arrivée !!

Dix titres de « meilleurs grimpeurs » (plus trois pour les VTTistes qui les ont accompagnés), je vous le disais... un sacré bon cru 2005 !





Ca fait envie, hein ???

Difficile de faire mieux ?

La convention de monocycle qui s'est déroulée cet été (du 20 au 24 juillet) à Fakse Ladeplads a laissé un souvenir impérissable aux 230 monocyclistes présents.

Il faut dire que les danois savent recevoir :

Une organisation à faire pâlir d'envie: des horaires respectés (parfois difficilement pour les français...), la sécurité maximale (personne sans casque et protections), de nombreuses périodes de temps libre entre les épreuves, des spectacles de très haut niveau....

Un hébergement sympa dans une école (la " french team " avait une salle de classe pour elle)

Des repas chauds midi et soir avec une qualité fort honorable.

Une gentillesse et une disponibilité des organisateurs assez impressionnantes.

Une structure de trial indoor hallucinante (1000 palettes, des escaliers, des poutres, des tourets, des troncs...) qui convient du débutant à l'expert.

Une ambiance familiale grâce à la présence de très nombreux jeunes garçons et filles danois et suédois (5 à 13 ans) dont certains ont déjà le niveau IUF n°5.

Il serait trop long de vous relater toutes les compétitions et les résultats (vous pouvez les consulter sur le site de fluck) et je vais donc me contenter de vous faire part de ce qui m'a le plus marqué.

Monsieur Kris Holm

J'avais bavé d'admiration devant ses DVD et j'avais hâte de le voir en vrai. Le résultat a été au-delà de mes espérances : non seulement Kris est un champion de monocycle mais c'est un vrai professionnel : toujours disponible, toujours gentil, un charisme énorme, une simplicité déconcertante.



L'équipe française prête à s'attaquer aux pentes Tout Terrain



La technique "Yoggi" du saut en hauteur

Il nous a gratifié de quelques pédalages sur rampes d'escalier et quelques demi-tours sur des supports larges comme un tiers de pneu.

Les autres stars

Mais il est loin d'avoir été le seul à proposer du spectacle puisque nous avons un plateau très relevé, surtout en trial, avec notamment les français Yoggi, Xavier Collos et Adrien Mainand, mais aussi David Weichenberger (celui qui était au CAES), Fredy Oberholzer (Beno), Joe Baxter...

On peut ajouter d'autres stars :

Adrian Iten (2m30 en longueur...), Rocco Shulz (21.67 secondes en parcours IUF), Christian Eckert (15.50 au 100m), l'extraordinaire Sonja Theiss (1mn et 10 sec au 10m lenteur, nouveau record du monde) et la prometteuse danoise de 12 ans Galina.

Les français emmenés par les "Vasipaulettes" ont brillamment animé la journée de descente tout-terrain dans le seul vallon boisé du coin (le Danemark est plutôt plat).

Yohann et Ben inventent une figure

Tout a commencé par un trip de Ben (des Vasipaulettes) qui descendait les marches en équilibre sur les manivelles avec la selle sur le sol devant, en descendant la selle d'une marche grâce à un pivot du mono puis descendant la roue grâce à un petit saut. Yohann (de l'ACUN) s'est joint à lui et ils ont déliré pas mal autour du thème. Plus tard, nos deux compères ont remis ça et se sont mis à sauter avec la selle devant posée au sol. Yohann a dit que ça devait être possible de faire passer la selle derrière si on sautait haut et avec une selle basse.

Aussitôt dit, aussitôt fait, Yohann et Ben réussissaient la figure après quelques essais devant un bon nombre de monocyclistes médusés. Il s'en est suivi un tonnerre d'applaudissements, de photos et de vidéos. Un grand moment d'émotion



La figure "Ben-Yohann"

pour ces deux jeunes monocyclistes.

Rendez vous en 2007

Pour cause de coupe du monde en Suisse, il n'y aura pas de convention en 2006 mais réservez déjà pour 2007. Affûtez votre anglais monocycliste pour ne pas perdre une miette et pouvoir échanger avec tout le monde.

Quelque soit votre niveau de monocycle et votre âge, vous ne pourrez pas regretter ce long voyage. En tout cas, je ferai tout mon possible pour y retourner.

Loïc



Le parcours de speed trial

Constance Cotter

Par Anne-Sophie Rodet

Après Kris Holm, il semblait important de nous tourner vers une autre personne importante d'un point de vue mondial dans le monocycle : la Présidente de la Fédération Internationale (l'IUF), Constance Cotter. C'est aussi l'occasion de diversifier notre panel d'interviewés : cette fois, c'est une fille et freestyleuse.

Quand as-tu commencé le monocycle et pourquoi ce choix ?

Connie Cotter : J'ai commencé il y a 26 ans. J'étais au téléphone avec une amie et pour rigoler, nous feuilletions le catalogue de jouets du Noël précédent. Nous voulions nous acheter quelque chose avec nos économies. Et nous sommes tombées sur le monocycle, nous avons de quoi en acheter ; nous les avons donc commandés immédiatement. Nous ne savions pas du tout comment il fallait faire et cela nous a pris tout l'été pour apprendre.

Peux-tu nous donner un peu plus de détails sur la suite de l'aventure ?

CC : Nous avons ensuite enseigné le monocycle à nos amis et nous avons

créé notre propre club qui est mort assez rapidement. Nous avons alors rejoint le TCUC (Twin Cities Unicycle Club) qui avait une trentaine de membres ; c'était en 1980, il avait alors quatre ans d'existence.

Tu es toujours très impliquée dans ce club, tu es d'ailleurs à sa tête. Qu'en est-il aujourd'hui ? Comment fonctionne-t-il ?

CC : Il y a actuellement environ 300 membres, c'est le plus gros club de monocycle du monde. Il y a des entraînements 5 à 6 jours par semaine en intérieur. Le club participe à de nombreuses parades, c'est un moyen de gagner de l'argent, et ainsi acheter du



Connie Cotter

Minneapolis, Etats-Unis



matériel : costumes, monocycles, caméras, remorques... Nous organisons des cours pour les débutants ; c'est dans le freestyle que nous sommes les meilleurs. Mais nous organisons aussi une excursion Tout Terrain une fois par semaine. Il y a encore un entraînement pour le spectacle de groupe. Nous proposons, en fait, surtout des entraînements libres les soirs de semaine. Pour cela, nous utilisons divers gymnases de la ville. On joue aussi au hockey. Le vendredi soir, l'entraînement reste ouvert jusqu'à très tard, et il y a aussi tout le week-end.

Notre club est surtout un club familial. Nous cherchons à impliquer les familles. Pour cela, nous invitons les parents à regarder les cours de leur enfant et dès le deuxième cours, nous invitons les parents à s'y mettre, c'est vrai qu'ils ont un peu peur. Pour les premiers cours, cela reste gratuit. Comme nous avons beaucoup de parents débutants, ils ne se sentent pas ridicules.

A quelle fréquence t'entraînes-tu ? Quelle place prend le monocycle dans ta vie ?

CC : Le monocycle, c'est ma vie ! Je possède plus de 50 monocycles. Je collectionne les figurines de monocycles. Je vais à presque tous les entraînements

Entraînement du numéro de groupe au TCUC

du club sauf quand je suis malade. En fait, je passe surtout beaucoup de temps à discuter et j'aime enseigner aux autres. Je roule parfois, mais ce que je préfère, c'est aider les autres dans leur apprentissage. Donc, quand je ne suis pas au travail – je suis ingénieure – tout est lié au monocycle, même mes vacances sont toujours consacrées au monocycle, mais c'est aussi un formidable moyen de connaître des gens dans le monde entier. Peu de gens, à mon boulot, peuvent dire qu'ils ont des amis dans autant de pays !

Quelles sont plus exactement tes différentes fonctions liées au mono ?

CC : Je suis présidente de mon club, le TCUC (Twin Cities Unicycle Club), je viens d'être nommée à la tête de l'association américaine, l'USA (Unicycling Society of America), et je suis présidente de la Fédération Internationale, l'IUF (International Unicycling Federation) depuis le dernier UNICON au Japon en 2004.

Les buts de l'USA est de partager les joies du monocycle. Son rôle est d'organiser chaque année la compétition nationale (NAUCC, North American Unicycling Championships and Convention), d'éditer un petit magazine (On One Wheel) et de mettre en place les règles des compétitions. Mais il y a un problème de représentation des monocyclistes américains parce qu'il n'y a qu'une faible proportion des trialistes et des adeptes du Tout Terrain dans l'association alors qu'ils sont de plus en plus nombreux. L'USA a été créée en 1972 et se compose d'environ 1300 membres aujourd'hui.

L'IUF a été créée en 1982. Ses buts étaient de promouvoir le monocycle comme un sport et un loisir dans le



Connie et Christy dans leur numéro de couple lors de la NAUCC 2005

monde entier, notamment en organisant des conventions internationales et en permettant le développement d'organisations nationales. Il s'agissait aussi de mettre en place des règles internationales pour permettre au monocycle de devenir un sport olympique ainsi que de permettre la diffusion d'informations concernant le monocycle. Aujourd'hui, devenir un sport olympique ne fait plus partie de ses objectifs.

Quelles sont les disciplines et les figures que tu préfères ?

CC : Ma pratique favorite est le freestyle, et plus particulièrement toutes les figures liées au pied sur la roue (debout, gliding...). Mais ce que j'aime aussi énormément, c'est apprendre aux autres.

Et tes meilleurs souvenirs monocyclistes...

CC : Mes meilleurs moments, en fait, ce sont toutes les rencontres, les amitiés qui sont nées. C'est ce qui m'a fait continuer le monocycle.

Quels sont tes prochains objectifs en monocycle ?

CC : Je voudrais faire plus de Tout Terrain cette année. Je m'y suis vraiment mise à partir du printemps dernier même si j'ai acheté mon premier monocycle Tout Terrain en 1996. Je voudrais aussi voyager plus à travers les Etats-Unis pour rencontrer les clubs et les monocyclistes. En ce qui concerne le freestyle, je travaille les figures suivantes : "Daiki" (marcher sur la roue debout sur le cadre avec la selle sur le côté), les "debouts en arrière", le "marcher sur la roue avec une main" et le "un pied selle sur le côté"

Et pour le monocycle en général, que souhaites-tu ?

CC : Je voudrais voir plus de gens partager leurs connaissances, apprendre aux autres ; parce qu'on peut apprendre beaucoup en lisant mais ce n'est pas suffisant. Les gens doivent comprendre qu'ils sont responsables de leur succès. J'aimerais voir plus de gens voyager pour partager.



400 m pendant la Coupe de France de monocycle 2004

Semaine dans les Alpes avec HLM



La bonne ambiance d'Haut Les Mains

Cette année encore, pour la 7^{ème} fois, HLM et Cⁱe sont allés faire de la descente en monocycle dans les Alpes durant une semaine (du 30 juillet au 5 août). Si j'étais un pur Français, je dirais qu'on a kiffé à donf, mais étant Québécois, je dirais plutôt qu'on a trippé au bout!

Pour cette semaine, nous avons atterri dans un petit camping du village d'Allemond, en Isère. C'était du vrai

Quelques idées des parcours

- Le premier jour : petite balade depuis Oz en Oisans, 600 m de dénivelé en descente, environ 10 km
- Le deuxième jour : montée à l'Alpe d'Huez en voiture, puis marche jusqu'à 2000 m, 1300m de dénivelé en descente, environ 20 km
- Le troisième jour : téléphérique depuis l'Alpe d'Huez jusqu'au sommet de la montagne (Pic blanc à 3350m), soit 1500 m de dénivelé pour redescendre à la station. Rencontre avec la neige
- ...

camping sauvage à la Canadienne (gazinière, couverts jetables, etc.). Nous avons pu dévaler les pentes de l'Alpe d'Huez et des Deux-Alpes. Pour résumer, tout était génial : les descentes, la température, le paysage, le monde, etc. Le seul problème fut la cagnotte ; je vous explique : nous avons dû passer au vote pour savoir si nous devions ou non faire une cagnotte à part pour l'alcool. Résultat : le Oui l'a emporté mais nous nous sommes rendus compte par la suite que nous avons des réserves pour au moins deux semaines de plus (un mois si nous n'étions pas des membres d'HLM).

Beaucoup de monde est venu tout au long de la semaine... Il y a même des Parisiens qui ont parcouru environ 600 km et qui sont arrivés une heure avant la fin... mieux vaut tard que jamais. Signe que le monocycle est de plus en plus populaire, nous avons croisé un certain nombre d'autres monocyclistes sympathiques (forcément sympathiques, ils étaient monocyclistes).

Cette année a été multidisciplinaire : pétanque, jonglerie, sculpture de ballon; et avec les enfants de Roméo, le scoubidou et le dahu étaient à l'honneur. Nous nous souviendrons qu'un certain matin, très très tôt, durant de longues

minutes interminables et en s'accroissant peu à peu, nous avons eu droit au fameux " Papa, j'ai un truc à te dire..... Papa, j'ai un truc à te dire... PAPA, J'AI UN TRUC À TE DIRE... etc..etc...etc... ".

Je profite de l'occasion pour remercier Stéphane, notre cuisinier en chef, sans qui nous n'aurions pas aussi bien mangé, Jérôme, pour s'être encore occupé cette année de trouver un lieu, Pierre-Yves, pour avoir amené son matos. Et je remercie tous les autres qui ont participé



On se balade.

à cette semaine inoubliable. Croyez-moi, si ça vaut le déplacement pour moi, ça le vaut encore plus pour vous. Je vous dis donc à bientôt et j'espère vous voir ou revoir en grand nombre l'année prochaine.

Votre Français d'adoption,

Jocelyn

Une roue ça passe partout

Traverser une partie des Pyrénées sur une roue par le GR10 ? Un soir d'hiver le pari est lancé par les Monomaniak. L'association de monocycle tout-terrain, créée 18 mois plus tôt dans l'Ain (01), se lance ce défi pour le mois d'août 2004.

Préparation

Nous avons d'abord dû estimer ce qui était faisable par jour, pour nous donner un objectif sur les trois semaines que nous avions prévues. Nous nous sommes basés

sur les étapes que donnait le guide de la FFRP (Fédération Française de Randonnée Pédestre).

Après quelque temps de recherche, les étapes sont établies, 6h à 8h de marche ou de mono par jour ainsi que 1000m de dénivelé positif et autant de descente par étapes.

Départ le 1er août d'Hendaye et arrivée quelque trois semaines plus tard au cirque de Gavarnie. Ce périple représente 380 km de sentier et 17000 m de dénivelé positif et 16000 m en négatif.

Tout terrain

Au départ de la rando, malgré une étude approfondie des cartes IGN, nous ne savions pas si le mono allait nous servir dignement.

Très vite le doute a laissé place à des descentes splendides avec des dénivelés importants. Sur les 16000 m de dénivelé négatif, seuls 1000 ont été impossibles, même encordés. Pour le reste, les sentiers nous ont gâtés: de la terre, de la pierre, des roches, des grosses racines, beaucoup de passages



Une vue incroyable...

techniques et de nombreux sentiers sur corniche qui offrent des sentiers uniques et ne laisse aucun droit à l'erreur. Le paysage changeait progressivement, de petites montagnes au départ de l'océan à de la moyenne-montagne sur la fin.

Le plus dur a été le mal connu de tout monocycliste, " le mal aux fesses ", mais devant ce terrain de jeu, le plaisir était plus fort, même si la météo ne fut pas sympa. Nos trois 24" ont souffert, moins que les bonhommes, mais heureusement aucune casse ne nous a arrêtés.

Pour les selles qui cassent (la fameuse plaque en fer puis la semelle plastique), le fil de fer a fait office de renfort et pour Benj, le seul équipé de frein, une usure très rapide des patins avec la boue a donné naissance à une réparation peu banale : des patins

rechapés avec du pneu de brouette qui a permis de terminer les 300 km.

De bons souvenirs sur la tête des randonneurs croisés qui n'avaient jamais vu des monos en montagne et ceux qui faisaient le signe de croix en voyant certaines chutes spectaculaires. Des gamelles, il y en a eu quelques-unes, aucun bobo grave, des bleus, des bosses, des souvenirs de pierre... mais avec un sac à dos les chutes sont plus impressionnantes et hilarantes pour les deux autres.

Certaines plantes, les ajoncs ? entre le cactus et l'aubépine, bordent les sentiers et cachent les pierres sur lesquelles les pédales tapent et laissent des souvenirs très épineux lors de l'atterrissage. La taille du mono était idéale, des descentes avec plus de 2000 m de dénivelé nous ont offert des sensations uniques.

Pour ceux qui aiment la rando en mono, le GR10 est un sentier magnifique qui devrait être réservé aux monos...

Rando

18 jours de rando ce n'est pas énorme mais c'est déjà ça. On en avait déjà fait pas mal de quelques jours mais jamais d'aussi longues.

Pour respecter un timing, nous avons fixé des objectifs journaliers et il arrivait qu'en partant le matin avec seulement une soupe à manger, le ravitaillement devienne une priorité, on n'avait pas le choix.

Les Pyrénées offrent un décor splendide qui change de jour en jour avec des sommets de plus en plus hauts, une végétation et une faune incroyable.

On n'a pas vu d'ours, mais un spécimen qui s'en approchait beaucoup : un garde du parc naturel qui nous en a interdit l'entrée ; il nous a pris pour des VTTistes !!! et préférait laisser passer des hauts talons, des poussettes et des déambulateurs en appelant ces gens des randonneurs. En fait de parc naturel où la nature serait reine, nous avons découvert une sorte de zoo pour faune et flore et des baraques à frites pour alimenter les touristes aux remarques toujours très pertinentes et originales : " Eh! t'as perdu une roue ".

Heureusement que les vrais randonneurs et les amoureux de la montagne ont apprécié de voir trois monocyclistes motivés et soucieux de la nature, hors du parc...

Si les décors changeaient souvent, les petits rituels, eux, se répétaient : étirement pour les courbatures, repas purée-fromage pour les ravitaillements et montage de la tente pour dormir.

Equipement

Pour le choix des monos, ça n'a pas été très difficile, nos bons vieux 24" tout terrain. Un Onza avec des manivelles de 165 mm et deux Qu-ax : un à manivelles de 127 mm avec frein et un en 170 mm, le tout avec de bonnes pédales et des selles encore indemnes. Nous étions tous trois équipés de pneus duro 3", robustes et pratiques. Pour prévenir de chutes, les protecs (genoux, tibias, poignets, et



Un "standstill" bien rocailleux

casques), qui furent quand mêmes utiles, le casque ne servit qu'une fois mais c'était la bonne !

Après coup, on estime que le choix des monos a été bon. Pour des longs raids comme celui-ci, le 24" donne un bon rapport entre le poids, la vitesse et l'endurance. On peut apprécier les manivelles courtes (127mm) dans les sentiers étroits pour éviter l'accrochage de pédales et la vitesse en sentiers roulants, mais les longues (170mm) donnent un meilleur contrôle du mono et permettent de se

dispenser de freins. Les sacs à dos, malgré une recherche de poids minimum, pesaient de 12 à 15 kg, répartis entre les vêtements, duvet, tente, bouffe, eau, boîte à outils... et même du savon (l'eau chaude était rare, très rare et les rivières froides, voire glacées). Les repas étaient peu variés (souvent purée fromage), privilégiant le poids et un bon apport glucidique. Ils étaient toutefois souvent contraints par le choix restreint des rares points de ravitaillement, ce qui nous a obligé à rallonger quelques étapes.

Conclusion

Une bonne expérience pour monocyclistes. Du côté des galères, nous signalerons que nous avons eu pas mal de pluie, pas top pour le camping, mais terrible pour les descentes dans la boue. Il faut aussi savoir que le GR 10 n'est pas très fourni en ravitaillements. Enfin, pour la traversée des parcs nationaux, il est préférable de se renseigner avant. Mais vraiment vous voulez vous faire plaisir, on peut maintenant vous l'affirmer, le GR 10 est fait pour le monocycle. La quasi totalité des plats et des descentes sont " monocyclables " et les décors sont grandioses.

-MONOMANIAK-



Quand les protections ne servent plus a rien ...

JONGLERIE EN SLOVÉNIE



Cette année la 28^{ème} convention européenne de jonglerie se déroulait du 14 au 20 août à Ptuj (prononcer Peuh- Touille), en Slovénie. Comme toute convention qui se respecte, elle a drainé un bon nombre de monocyclistes.

A grande pluie, petit gymnase

Arrivée de nuit en minibus de location, nous sommes neuf, 3 monocycles (les 3 miens, je suis le seul à rouler, mais je compte bien changer ça !). Le lendemain il fait un temps radieux, le pays est chouette, les jongleurs sont là. Mais les jours suivants la pluie s'installe durablement, et le (petit) gymnase devient le repère des adeptes de la roue unique. Le parquet, vite recouvert par des moquettes les jours suivants est en effet particulièrement agréable aux tours de roues, et puis c'est au sec ! On y remarque immédiatement deux allemandes qui assurent en freestyle (traversées du gymnase à grande vitesse, en gliding debout sur le cadre, entre autres). Je ne me souviens malheureusement pas de leurs prénoms, mais j'ai déjà pu apercevoir l'une d'entre elles à la rencontre des HLM.

Des ateliers sont improvisés, où j'ai pu croiser les français qui étaient là : Aline et Vincent des Roule ta Bille, Pierre de Monbéliard, 'Ti Nico du Havre, Dimitri et Maud de Vendée, et j'en oublie sûrement. On discute, on s'échange des conseils, entre Allemands, Anglais, Autrichiens, Italiens, Français, Anglais... Du hockey a même été organisé un matin, avec crosses et conseils

fournis par les Allemands décidément très actifs. Malheureusement pour moi le réveil n'a pas eu le dernier mot ce matin-là, je n'ai donc pas pu participer.

Ptuj sous la pluie

Avec l'arrivée de Yoggi et Matt les choses sérieuses commencent. Dans le gymnase j'ai également pu croiser David Weichenberger, trialiste autrichien présent à la rencontre de Ris Orangis, qui s'est cassé la cheville au Danemark. Une bonne occasion de travailler ses "standstills"... Il a pourtant participé à la principale sortie trial en ville... à

pied. Le schéma est classique : on roule, on trouve un spot, on s'arrête et les plus motivés tentent des choses de plus en plus dingues pendant que les autres regardent.

On remarquera au passage sans chauvinisme aucun que ce sont les Français qui font l'attraction, en l'occurrence Yoggi, Matt (avec ses éternelles lanières pour ne pas déjancer) et Dimitri (qui pince sa jante sur un bon saut d'escalier, pas de chance). Séries de marches pour monter au château, grabs sur les poubelles. Le sol et le mobilier urbain mouillés ne permettent pas de tenter le maximum. Le gliding dans les rues en pente ne passe pas !



Matt dans le seul brin de soleil de l'après-midi...

Les magasins

Quelques stands de matériel de jonglage (Passe-passe, Kaskaderos, La Ribouldingue) proposent des monos et des vidéos, mais très peu de pièces détachées. Le vol de monos a été aussi présent que l'année dernière (demandez à Sylvain, des HLM) sauf que cette année, c'est la Riboul' qui s'est fait faucher un Track Monster, juste devant son stand.

Et sinon...

Pendant cette semaine j'ai quand même réussi à convertir un de mes compagnons de voyage au monocycle, ce qui a fait monter à 4 le nombre d'engins dans le camion pour le retour. Gniark gniark, l'invasion continue ! Yoggi et Matt ont réussi à récupérer plein de palettes pour nous proposer un atelier trial dans l'aprèm' (notamment pedal grab) et un spectacle dans le grand chapiteau le soir. Les thermes situés juste en face de la convention proposaient un plongeur de 5m, il fut un temps question de tenter du water jump, puis l'idée fut abandonnée.

Seuls points négatifs : les spectacles pas très bien organisés, le gymnase trop loin et surtout trop exigu, et enfin le terrain qui s'est transformé en marécage après 2 jours de pluie (cause de nombreux départs prématurés).

Rendez-vous l'année prochaine, cette fois-ci à Dublin.

Ludovic



Yoggi en plein vol sur les hauteurs de Ptuj



Le terrain /marais du camping

Figures / Technique

C'est quoi, LE STREeT ?

La nouvelle génération va envoyer du GROS en Street !!!

Le Street est la discipline montante du monocycle. Il crée un style urbain en alliant Freestyle et Trial. Cette discipline ouvre la porte à la créativité et à l'improvisation. Elle consiste à mélanger les figures de Freestyle en traversant des obstacles urbains, le but n'est pas de passer l'obstacle comme en Trial, mais c'est de le passer le plus artistiquement possible.

Une rue, de la musique, des riders, pas de règle, tout est permis, place à l'imagination : utiliser l'environnement urbain pour « taper des tricks », telle est la devise de la communauté Street.

Tous les jours aux quatre coins du monde, un « Street trick » est inventé : il prend racine dans les figures traditionnelles de Freestyle mais s'adapte mieux à la rue et ses obstacles qu'à un gymnase où tout est normalisé...

Xav'

2 P'TITES FIGURES

Et voilà, après la technique de construction de cages de hockey présentée dans le dernier numéro (d'ailleurs, pour ceux intéressés, les dimensions des tubes utilisés pour les cages présentées étaient: 2 tubes de 99 cm, 2 tubes de 79 cm, 4 tubes de 53.5 cm, 4 tubes de 23 cm, 4 raccords en T et 6 raccords à 90°), voilà un premier essai de fiches techniques, pour expliquer quelques figures.

N'hésitez pas à contacter l'auteur pour proposer vos propres fiches, ou pour proposer des variantes ou

améliorations. Les fiches présentées ici seront sans doute à terme incorporées dans la monocyclopédie (en téléchargement gratuit sur monocycle.info).

La première figure est une montée un peu originale, assez facile à réaliser. Je pense que des personnes qui viennent d'apprendre à rouler et qui savent monter sans aide ou appui peuvent assez rapidement arriver à faire cette montée. Il semble qu'elle ne soit pas référencée dans la liste des montées officielles du livret des règles FFM.

Le départ se fait avec un pied sur une pédale, pied gauche pédale gauche ou pied droit pédale droite. La selle est tenue bras tendus, une main à chaque extrémité de la selle (figure 1). ➤

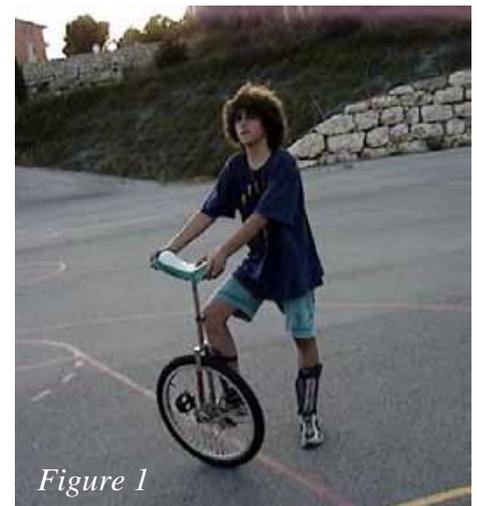


Il faut alors incliner un peu le monocycle, en gardant les bras assez tendus, et monter la jambe qui était au sol de manière à venir la passer entre les deux bras, juste au-dessus de la selle (figure 2). ◀



Il est important de garder les bras assez tendus, car du fait du poids qui appuie sur la pédale, le monocycle a tendance à se redresser, ce que doivent empêcher les bras. La jambe doit être bien fléchie au moment où elle passe au-dessus de la selle (figure 3). ➤

Dès que la jambe est passée au-dessus de la selle, on peut avec les mains venir plaquer la selle contre la cuisse de la jambe d'appui, cela donne un peu de stabilité (figure 4). ➤



Il ne reste plus alors qu'à rattraper la pédale, et à reprendre son équilibre, souvent avec un petit coup de pédale avant-arrière...

Figures / Technique

La deuxième figure est une transition, d'un niveau plus avancé. Elle permet de passer du rouler normal à sauts sur le côté, pieds sur le pneu. La manière la plus pratiquée pour faire cette transition est de faire un petit saut en roulant, avec

un quart de tour en l'air pour atterrir sur le pneu. Cependant, j'ai trouvé que cette technique était un peu difficile à bien réussir, et que les tibias prenaient trop de coups quand l'atterrissage n'était pas parfait. Enfin bref, c'est plus de mon âge!

Lors du stage technique à Lyon, Julien Monney m'a montré une méthode plus "douce" pour cette transition, que j'ai aussi trouvée plus facile à apprendre. En fait, il s'agit de rouler, puis de venir poser un pied la pointe sur le pneu et le talon sur la fourche

(figure 5). ➤



Une main prend un appui ferme sur l'avant de la selle, ce qui permet de se lever pour venir poser le deuxième pied à l'arrière de la fourche
◀ (figure 6).



Figure 5



Figure 7



Figure 8

Cet appui sur la main est assez important, il facilite vraiment le mouvement. Il faut alors réussir à passer la cuisse derrière la selle, ce qui est presque l'étape la plus délicate de cette transition
(figure 7). ➤

Une fois ceci fait, on se retrouve alors dans la position "sauts sur le pneu" traditionnelle
(figure 8). ➤

Un des gros attraits de cette technique, c'est qu'elle est complètement réversible: ce mouvement fonctionne parfaitement en sens inverse, et quand on le maîtrise dans un sens, l'inverser se fait presque naturellement...

Pour vos commentaires, questions, ou pour m'envoyer vos propres fiches techniques, écrivez

moi à monomaniefr@yahoo.fr, je suis également souvent sur le forum, sous le pseudo monomanie.

Les monocycliste sont Baptiste Albert sur les figures 1 à 4 et Julien Monney sur les figures 5 à 8. Merci bien pour leur collaboration.

HypoPhil

JAM à Chassieux



Réhabilitation d'une décharge en zone de détente

Les 1^{er} et 2 octobre au terrain de Trial de Lyon (Chassieux) s'est déroulée la "Lugdunium Trial Sessium" organisée par EspaceTrial, une communauté de VTT trialistes lyonnais, et Nopogo, une bande de Paris. Je vous invite à aller découvrir leur site sur Internet : photos, calendrier, forum, et depuis peu ... Monocycle !

Week-end pluvieux dans l'ensemble, ça n'a pas découragé les trialistes toujours à la recherche de la limite d'adhérence. Il est vrai qu'on trouve plus vite la limite sous la pluie !

Ce week-end aura été une très bonne occasion de partager et d'échanger entre les pratiquants des différentes disciplines du trial : Moto / Vélo / Mono .

Très bon accueil de tous, c'est en se rencontrant en haut d'un rocher que les discussions techniques s'engagent. Des montures différentes mais des techniques similaires, on est



*Benj des Monomaniak.
Ca sent la glissade!*

sur la même longueur d'onde, c'est bien du Trial dont on parle !

Les monocyclistes ont été un peu la surprise du week-end pour les vélos, ils ne pensaient pas que nous serions si nombreux à faire le déplacement et ont été surpris par le niveau technique des monocyclistes.

C'était un dernier événement avant la Coupe de France, ça a achevé de nous motiver pour ce prochain rendez-vous.

Petit point noir du week-end : il n'y aura pas de photos publiées pour ma part malgré les nombreux jolis clichés pris tout au long du week-end car une personne peu scrupuleuse m'a volé mon appareil que j'avais négligemment laissé sur une zone à côté de moi pendant que je roulais : Bouh c'est nul !

YOGGI

Viva la Revolución!..

Caramba, encore raté



*Attention à ne rien laisser traîner
et à faire le tri !*

Camarades monocyclistes! Roulons ensemble sur ces sentiers inexplorés, vers cet ailleurs que l'on nomme un Monde Meilleur. C'est la révolution!

Et les choses à changer, on les connaît. Pour commencer: la situation écologique mondiale, des fois j'ai l'impression que la planète descend en coasting (les 2 pieds sur le cadre) sur une pente à 90° avec en bas un mur, avec des clous, très très pointus. La Terre chauffe comme l'entrejambe d'un monocycliste et on ne pourra pas mettre un cuissard à tous les glaciers (comme en Suisse).

De plus le système économique néolibéral mondialisé conduit à des inégalités écoeurantes. Les 30 pays les plus pauvres de la planète ont un PIB inférieur au budget annuel de la FFM.

*Mais on connaît Haut Les Mains :
des amoureux de la nature!*

Les conséquences sociales et culturelles sont inestimables.

Bon alors changeons tout ça, par quoi on commence? Par l'environnement, l'économique, le social ? On veut tout en même temps, un environnement vivable, une société équitable, un système économique viable. C'est le développement durable, ça ne veut rien dire, mais pourquoi pas! Et tout le monde doit agir!

Mais alors on fait quoi à la fédé?

On pourrait commencer par (attention on rigole plus):

- Décider de mener des partenariats éthiques (ne pas accepter pour sponsors des entreprises connues pour leur mauvais comportement, boycotter officiellement un produit nocif pour l'environnement,...).

- Inciter les fabricants et distributeurs de monos à s'orienter vers un commerce équitable (mais équitable pour qui ? les ouvriers du tiers-monde? les fabricants? les vendeurs? les acheteurs?).

- Prendre en considération les caractéristiques environnementales dans l'organisation des Coupes de France (tri des déchets, gestion des déplacements,...)

- Favoriser la formation des jeunes et l'organisation de tout événement monocycliste qui ont une dimension sociale et qui créent de la vie, de la culture, de la fête, du plaisir. Et c'est à valoriser pour tous les bénévoles des assos de monos qui font souvent pour leur ville plus qu'une brigade de policiers de proximité.

- La fédé pourrait aussi inciter chacun à un comportement individuel en mono, je propose les slogans suivants: "pas de fleurs protégées écrasées en MTT@", "Trial tes déchets", "pas le robinet laisser couler après match de hockey", "Mon eau cycle", "à mono je dépasse les vélos qui dépassent les autos" .

La révolution est en marche!

Le Che où es-tu? Gandhi, tu m'entends?
Kris HOOOOOLM!

Djé

