



# Le Girafon Fédéré

Le journal de la Fédération France Monocycliste

N°5-Avril 2008

**Dossier  
statistiques  
CFM & FFM**

**Technique  
rendre sa selle  
ergonomique**



**Interview  
Ken Looi**



## Le Girafon Fédéré

Le journal de la Fédération  
France Monocycliste

Fédération France Mono-  
cycliste

24, rue Comte de la Ga-  
raye  
22100 Dinan

[www.monocycle.info](http://www.monocycle.info)

### Directeur de la publication

Olivier Teisserenc

### Rédaction

Philippe Quaglia  
Anne-Sophie Rodet  
Nicolas Treboute  
Yann Chantepie  
Nicolas Aube  
Pierre Letellier  
Jérôme Rodriguez  
Robin Gibaud  
François Wurmser  
Dimitri Caillaud  
Patrice Guerlais  
Séverine Paquet  
Adrien Delecroix  
Valérie Delecroix  
Olivier Tempereau  
Antoine Dubranna  
Antoine Perdereau  
Gaël Dusser

### Correcteurs

François Wurmser  
Nicolas Treboute  
Olivier Teisserenc

### Conception graphique

Mathieu Hagnery

### Couverture

Photo courtesy of Kris Holm,  
Tahoe Rim trail surplombant le lac  
Tahoe en Californie.  
Photo en médaillon : Ken Looi.  
Autriche, Alps Unicycle Tour.

### Photo du mois

Eric Lease Morgan  
<http://infomotions.com/musings/ola-2002/>

## Archéologie: On a retrouvé le mono des Pierrafeu

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

A moins d'avoir passé les derniers mois sur une lune obscure de Bételgeuse 7 ou d'être éperdument amoureux(se) (donc aveugle si j'en crois la sagesse populaire), il n'est pas possible de passer à côté des Jeux Olympiques (Jo pour les intimes) qui auront lieu au mois d'août à Pékin.

Laissons de côté (même si c'est difficile) la « polémique » actuelle sur les « écarts de conduite » du pays organisateur concernant les Droits de l'Homme et le parcours chaotique de La Flamme pour nous intéresser aux vraies valeurs olympiennes :

Retour aux origines : les jeux inventés dans la Grèce antique étaient l'occasion de se retrouver et s'étriper joyeusement entre voisins quand l'humeur était joviale. Déjà à l'époque les jeux sentaient bon le sang, la sueur et la testostérone : imaginez ces corps nus et huilés jetant avec ardeur les armes de guerre de l'époque sous les hurras de la foule! Voyez ces lutteurs de pancrace aux muscles tels des nœuds d'acier luisants sous le soleil d'Olympie, s'étreignant amoureuxment en un corps à corps primesautier dans le respect de l'unique règle : « On a dit pas les doigts dans les yeux » (authentique !)... Ah !... Le Bon Vieux Temps en somme.

Quelques siècles plus tard, un certain Pierre de Coubertin pressent qu'il lui faudra plus qu'un titre de baron pour passer à la postérité et, s'inspirant de cette époque bénie, ressort du tiroir les fameux Jeux Olympiques. Il dépoussié la cérémonie d'ouverture, sacralise la Flamme et son périple et réactualise les épreuves parce que la course en arme ferait mauvais genre (et accessoirement parce que depuis on a inventé le slip.) Il garde tout de même le meilleur : élitisme et machisme voire exacerbation du nationalisme, et se tourne déjà vers l'avenir qu'il imagine radieux et prospère : les jeux modernes sont/seront un bon business.

Et nous voici de nos jours, quelques pays bataillant à coups de pots de vins et de conflits d'intérêts pour organiser le plus bel événement sportif du monde moderne. Réjouissons-nous car c'est sous nos yeux que se confrontent les sportifs, les équipementiers, les médias, les sponsors et... les médecins, dans un déballage de technologie et un torrent médiatique.

D'un point de vue personnel, il fut un temps où je pratiquais une discipline olympique à un niveau satisfaisant. A l'époque mon rêve (non sexuel) le plus fou était de participer aux JO. Pas forcément gagner mais au moins participer (pour faire plaisir au baron) : vivre une parenthèse de plusieurs jours dans un pays exotique, entouré des meilleurs athlètes dans une atmosphère bon-enfant et faire coucou à la caméra.

Et puis... le rêve s'est terni. Même plus envie d'attendre 4 heures du matin pour voir une finale de curling ou d'haltérophilie à la télé ! Ne réagissant même plus au nombre et au métal des médailles distribuées ou reprises, j'étais là, inutilement planté comme un phare antique dont la flamme s'est éteinte (c'est beau non ? Cette périphrase m'aurait sans doute valu un 8/10 en rédaction quand j'étais en CM2.) Cette hébétude dura environ 10 ans jusqu'à ce que je découvre le monocycle.

Vous le savez, une sympathique communauté gravite autour de cette discipline et je me suis senti chez moi parmi ses membres avant même d'avoir eu le temps de dire « pentathlon moderne ». Et pour combler le vide laissé par les JO dans mon esprit, j'ai découvert qu'il existait

une sorte de JO du mono, le chauvinisme, le machisme, le marketing, les menaces terroristes et le dopage (enfin... celui qui est vraiment efficace) en moins. J'y suis allé, il y a 2 ans en Suisse et ce que j'ai découvert a dépassé mes attentes les plus folles. Que du bonheur, de l'amitié, de l'amour et (pas que) de l'eau fraîche ! Des gens joyeux et ouverts, des langages, des peaux et des monos colorés ! J'ai pris une bonne claque et l'humanité dans son ensemble est remontée dans mon estime. Et puis, même aux JO on ne voit pas les athlètes pratiquant leur discipline dans les rues (vous imaginez un perchiste ou un kayakiste déposant son engin à l'entrée d'un café ?) Alors que pendant Unicon XIII les gens finissaient presque par interpeller les cyclistes dans la rue à coups de « hé t'a une roue en trop ! »

Alors voilà, mon rêve de gosse ne se réalisera JAMAIS, mais je n'ai aucun regret, je n'échangerais pas mon séjour en Suisse contre 10 qualifications aux Jeux Olympiques. Cet été je continuerai donc à réaliser mon rêve de monocycliste en participant au Unicon XIV, même si actuellement je laisse de côté mes futures (non)performances monocyclistes pour retrouver au plus vite mes marques sur le changement de couche en milieu hostile ou ma faculté à lire l'avenir sur un érythème fessier.

D'ailleurs le devoir m'appelle (bruyamment !)... Bon, on se voit au Danemark ?

Zzagg



# Le Coin des Poètes pOUËT

Un beau jour de printemps, pour aller au boulot,  
Chevauchant vaillamment ma roue de 36 pouces,  
Je ressentis d'un coup une étrange secousse  
Qui me fit plonger tout droit dans le caniveau.

A force d'enquiller autant de kilomètres  
Quotidiennement, sur mon fier destrier  
Cela pendait aux naseaux de ma pauvre bête.  
Le verdict était sans appel : axe cassé.

Et me voilà sans moyen de locomotion,  
Désespéré comme un marin sans son navire  
En attendant qu'arrive la réparation.  
Dans 10 jours, si tout va bien, 2 semaines au pire.

Heureusement mon chef dans sa grande bonté,  
Se préoccupant moins de ma forme physique  
Que de mes grands écarts de ponctualité,  
M'a prêté une curiosité cyclique.

Vingt et une vitesses, entraînement par chaîne :  
Quel engin exotique pour aller au taf !  
Ce doit être le fruit d'un rare phénomène :  
L'accouplement d'un Shlumpf dopé et d'une girafe.

Et puis, sans vous mentir, ce truc est au mono  
Pilepoil ce que le chameau est au dromadaire.  
Ne pas trop paniquer, j'y vais finir par m'y faire.  
L'engin n'a que 2 roues, mais ça fait une de trop !

Trop grandes les manivelles ! Et ce fouillis de  
câble !  
On ne m'a même pas montré comment on freine.  
Dans mes mains, il y a un machin qui me gêne,  
L'accident du travail paraît inévitable.

J'ai quand même réussi à dompter l'animal.  
C'est un peu plus rapide, un peu moins fatigant,  
Mais ce qui me manque sur mon trajet matinal,  
C'est bien le réconfort du sourire des passants.

Zzagg

PS : Par bonheur pour ma santé mentale et physique,  
Une âme bienveillante m'a fait la joie immense  
De me dérober cet engin ésotérique  
Et m'a légèrement poussé à la dépense.

Hé oui, mon chef semblait attaché à sa bête.  
C'est donc l'âme en peine et l'échine courbée,  
Bien déguisé pour ne pas être remarqué  
Que je lui ai racheté une bicyclette.



## Infos FFM

**FFM : Des chiffres et 3 lettres** p 4

## Événement Mono

**Du jeu dans ta roue,  
du bonheur dans ta tête** p 8

## Histoire

**Aloïs Grandjean** p 10

## Événement Mono

**Monocycliste, relève toi !** P 13

## Monosophie

**Humeurs Fluck-tuantes** p 16

## Événement Mono

**La CFM américaine** P 18

## Matériel/Technique

**Et pourtant, il roule !** p 20

## Interview internationale

**Ken Looi** p 21

## Vie d'asso

**Le mono à la fac : c'est pour Caen ?** p 25

## Matériel/Technique

**Analyse de selle** p 26

## Infos FFM

**Stats CFM : Des chiffres et 3 lettres** p 29

## Événement Mono

**Prononcez : Vouchcontzerte** P 30

## Figures/Technique

**Seatwrap roll to 180 body...** P 32

## Vie d'asso

**Unistyle** p 35

## Événement Mono

**Rock Riding & Crank Roll** p 38

## Mononawak

**Le tour du monde en 80 jours** P 40

# FFM : Des chiffres et 3 lettres

Par Ti-nicO

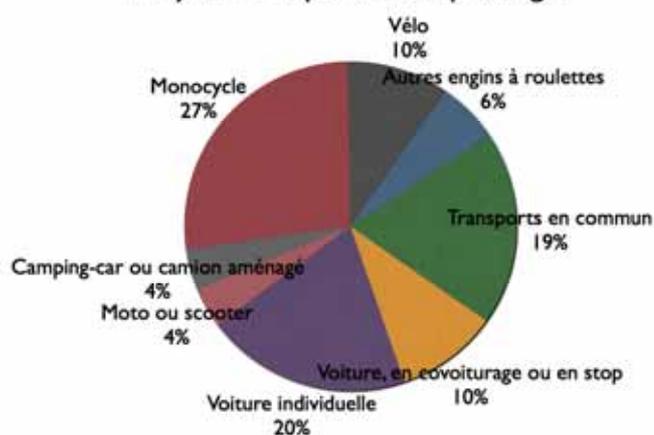
Lors de la CFM à Nantes, la fédé a organisé une grande enquête afin de mieux connaître ses adhérents et le milieu monocycliste actuel. Voici enfin les résultats, décortiqués et détaillés par une armée d'analystes et de publicitaires !

Le questionnaire, un peu long mais relativement complet, a été distribué de 2 façons : une version papier, distribuée à tous les participants à Nantes et une version en ligne, accessible aux adhérents jusqu'à fin décembre.

109 personnes ont joué le jeu et rempli l'enquête, soit près d'un tiers de réponses, ce qui donne une image assez fidèle du mouvement mono en France. Ces réponses, résumées ici, seront utiles à la fédé et aux clubs, pour définir l'orientation que prendra le mono d'ici les prochaines années.

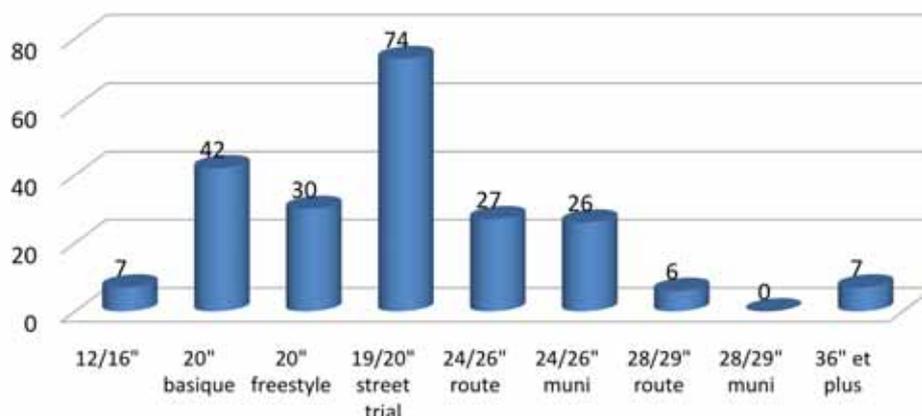
Le monocycliste typique d'aujourd'hui est un jeune étudiant de 22 ans, surfant en haut débit plus souvent que regardant la télé, privilégiant les modes de déplacement alternatifs et tentant de convaincre ses proches que le mono, c'est formidable !

## Moyen de déplacement privilégié



Il a un côté collectionneur avéré : chez les 109 personnes qui ont répondu, on trouve 263 monos (soit 2,5 par personne !), 22 girafes, 6 bi-clowns, 9 roues ultimes et 11 roues impossibles.

## quel type de mono ?



## La pratique

Avec une ancienneté de 4 ans et demi en moyenne, le monocycliste d'aujourd'hui pratique son sport favori régulièrement, plusieurs fois par semaine. 21% sont des acharnés, en faisant tous les jours et 21 autres % roulent plutôt de manière occasionnelle.

	Quotidienne	Régulière	Occasionnelle	Très occasionnelle	Jamais	Jamais mais j'aimerais
Athlétisme	0	3	27	49	19	6
Basket	1	15	27	28	17	12
Hockey	0	3	8	19	40	23
Autre sport Co	0	0	5	8	52	16
Cirque	9	18	12	22	28	6
Street	6	20	27	18	14	13
Trial	16	29	22	12	20	1
Rando TT	1	25	40	25	9	2
Rando route	5	15	29	28	21	2
Balade transport	16	30	30	16	5	3

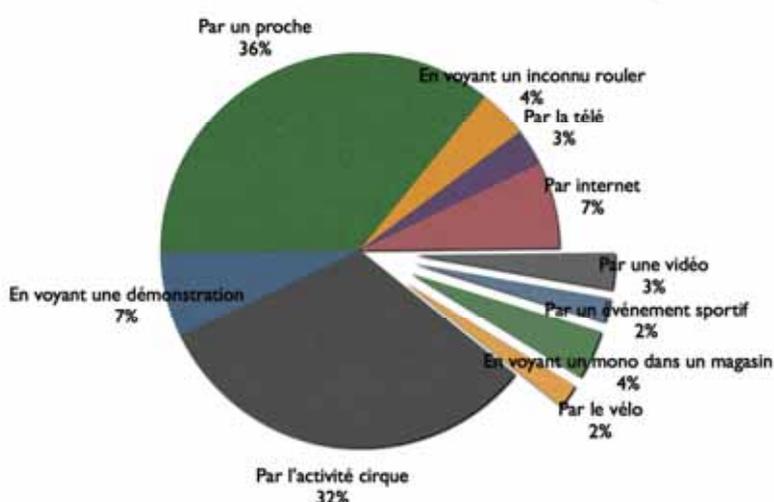
La plupart d'entre-vous roule en groupe, soit dans une asso ou un club (35%), soit lors de rassemblements plus ou moins organisés (37%). Ceux qui roulent seuls sont trop éloignés d'un club (15%) ou ne connaissent pas d'autres monocyclistes proches (6%). A noter que le projet de monter une asso titille ceux qui n'en ont pas encore :).

## Les structures



Le virus du monocycle arrive bien souvent par un proche (45%) ou via une activité cirque (39%). Viennent ensuite les démos et internet (20%), la vue d'un mono dans un magasin (5%) ou d'un monocycliste dans la rue (4%) !

## Comment avez-vous commencé le monocycle ?

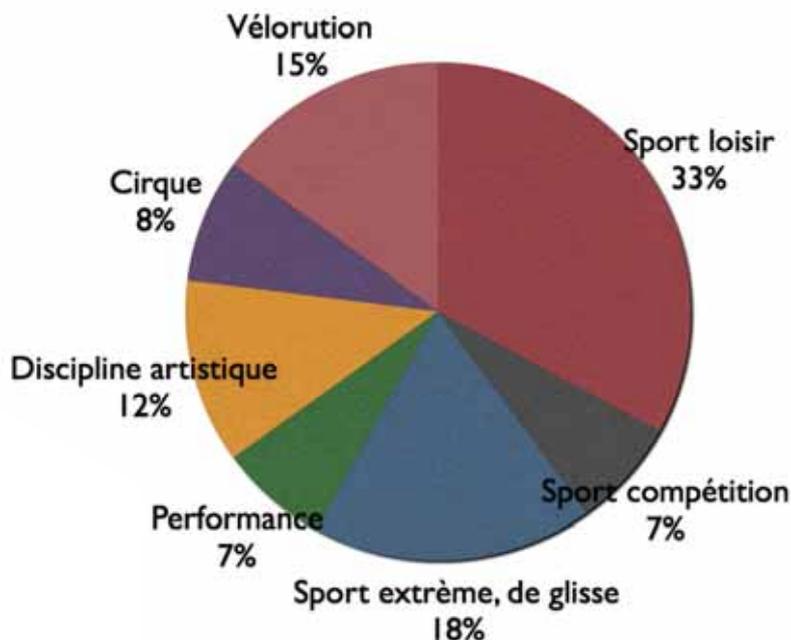


# Infos FFM

En parlant du cirque, vous êtes 65% à penser qu'il reste un lien avec le mono, mais vous souhaitez faire connaître votre sport sous un autre angle. 12% y voient une origine dépassée, contre 16% qui pensent que c'est encore très lié, voire inséparable.

Près de 6 monocyclistes sur 10 revendiquent le mono comme un sport, pour 3 sur 10 qui le prennent d'un point de vue plutôt technique ou artistique. 15% y voient une action militante.

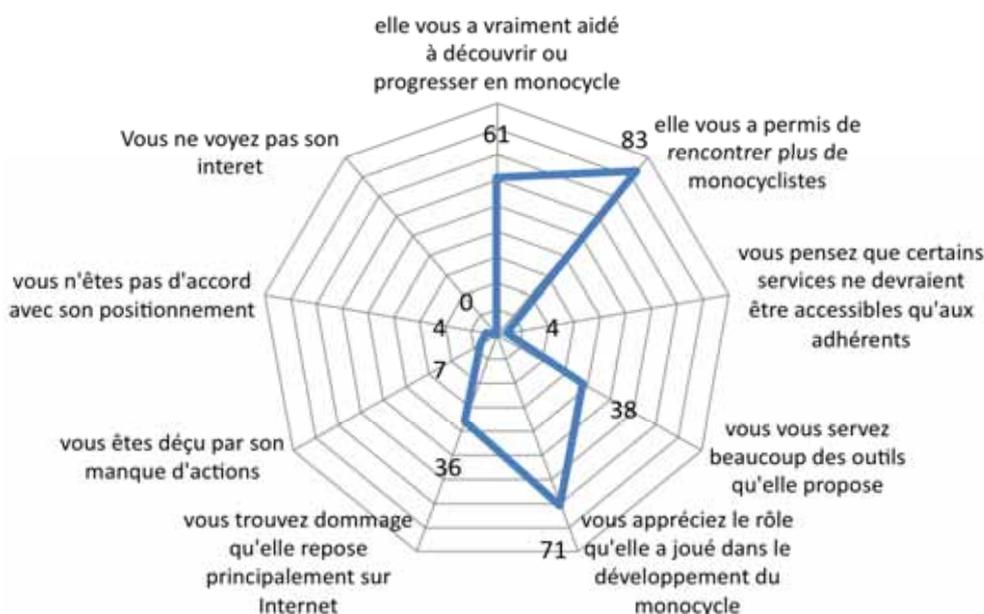
## De quel univers vous sentez-vous le plus proche ?



## La FFM et vous

Près de 40% d'entre-vous ont adhéré à la FFM par militantisme, pour développer et promouvoir le mono. 27 % ont profité de la Coupe de France pour franchir le pas, contre 19% qui considèrent l'adhésion comme une contrainte pour participer à un événement. Enfin, 15% d'entre-vous ont adhéré pour rencontrer d'autres monocyclistes.

## Quelle est votre opinion sur la FFM ?



Bonne nouvelle, votre opinion sur la fédé est plutôt positive ! Vous appréciez le rôle de la FFM pour le développement du mono en France, elle vous a permis de rencontrer d'autres monocyclistes, de progresser en mono et vous utilisez régulièrement les outils proposés (forum, calendrier, documents ...). Petit bémol, certains trouvent dommage qu'elle repose principalement sur internet.

A noter que vous êtes seulement 45% à connaître les membres du comité directeur ou votre représentant local ! Mais vous êtes tout de même près de 37% à vouloir vous impliquer pour la fédé et 20% à devenir arbitre ou juge officiel.

## Les compétitions

Dans l'ensemble, vous n'êtes pas contre, mais ce n'est pas votre priorité (à 56%). 36% sont demandeurs de plus de compétitions, contre 8% qui ne sont pas du tout intéressés, voire carrément contre.

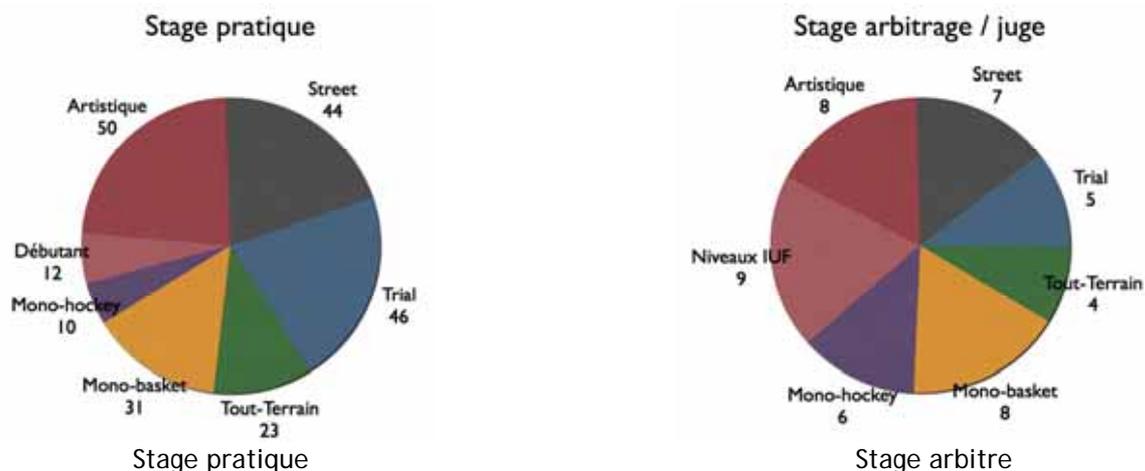
Précisons : pour 63% d'entre-vous, compétition, ça signifie se rassembler pour s'amuser ! 20% en profitent pour se fixer des objectifs et se surpasser et 12% y vont pour se mesurer aux autres.

Les épreuves les plus demandées :

- en athlétisme, on a le 100m, le 400m et le 50m 1 pied pour la course, le glide sur légère pente et le 10m lenteur avant pour l'équilibre et le saut en hauteur et longueur classique, par rapport au saut sur obstacle ou par dessus une mare.
- en TT, la descente est devant le cross et le trial devant le speed trial.
- pour l'artistique, le street est logiquement le plus demandé, devant l'artistique libre et les standards skills (figures standards).
- le 10 km route a la cote de la longue distance, suivi par la course d'orientation et le tour du monde sans escale !
- en sport collectif, le basket remporte tous les suffrages, largement devant le hockey .

## Les stages

Il y a une réelle demande de stages de pratique et de perfectionnement : plus de 70% des sondés souhaitent en faire! Le profil du stage type : sur 2 jours, à moins de 200 km et un coût inférieur à 50 euros (hors transport et hébergement).



Les stages pour devenir arbitre ou juge sont également attendus par 15 % d'entre-vous, avec le même profil de stage.

Une forte demande pour un stage de formateur/enseignant apparaît, réclamé par 28% des sondés. Vous êtes même prêts à faire jusqu'à 500 km pour cela ! Mais toujours sur 2 jours et pour moins de 50 euros.

## l e m o t d e l a f i n

On l'a vu, la population monocycliste française est globalement jeune, sportive, elle garde un bon esprit, plutôt porté sur les rencontres que sur la compétition et veut aller de l'avant ! Ces résultats serviront à la fédé pour mieux connaître ses adhérents, choisir ensemble les orientations que nous souhaitons donner à notre activité favorite et coller au mieux à leurs attentes.

Rendez-vous donc à la prochaine AG pour en discuter !

Et merci à tous ceux qui ont répondu !

## *Du jeu dans ta roue, du bonheur dans ta tête*

*Par BB & Toinou*

*Photos : Patrice Guerlais*

De nombreux mois ont passé depuis la rencontre de Forcalquier. A tel point que je serais bien incapable de dater l'événement. Pardon d'avance, lecteur, pour ce récit décousu, distendu, percé de nombreux trous de mémoire. Il semble que la mémoire du cerveau n'égalise pas celle du cœur, et c'est bien ce dernier qui aura le plus à dire dans cette page.

On est parti ; il y avait Bobousse, Benji, Toinou et moi, Bb (vous remarquerez l'utilisation de tous ces surnoms grotesques, pour conserver l'anonymat des participants). On a roulé longtemps. Pour le coup, la mémoire qui raconterait le mieux ce passage est celle de mes fesses. Des instants douloureux, à supporter l'ensemble du poids de mon corps sur des kilomètres et des kilomètres. Heureusement, il y avait le jeu du GPS (vous ne connaissez pas ?! il a pourtant fait fureur entre Clermont-Ferrand et Valence... le but était, je crois, de positionner le curseur pile poil au point de coordonnées 0,0, dans le Golfe de Guinée... mais je m'égarais !). Encore quelques kilomètres, et on a fini par éclairer le panneau Forcalquier de nos phares. Mes fesses en tressaillent encore d'allégresse ! Restait à trouver la salle, à saluer les gentils accompagnateurs et les quelques piliers de comptoir, à monter nos tentes et à se coucher, heureux d'être arrivés ; d'être enfin à ce « Y'a du jeu dans ta roue » dont on nous avait dit tant de bien.

Difficile de trouver le meilleur moment pour décrire l'esprit de cette rencontre. Pourquoi pas maintenant ? Dans cette convention, on n'en fait pas trop, mais on le fait bien et de manière détendue. On n'accumule pas les épreuves, les activités, les spectacles ; on ne court pas. On discute, on échange, on regarde, on s'extasie. A mille lieux du rythme trépidant d'une CFM, on prend le temps d'être bien. Et puis, on recentre la pratique du monocycle autour du jeu. On entend parfois « le monocycle, c'est pas pour les rigolos ! On est des sportifs ! ». A mon sens, le monocycle a aussi un esprit décalé, poète, original et imaginaire qui fait toute la différence avec un sport classique. « Y'a du jeu dans ta roue » est une belle illustration de cet esprit.

Journée du Samedi. Journée venteuse, ponctuée d'averses, il me semble. La grande partie de la journée a été consacrée à des jeux de toutes sortes, sortis tout droit des manuels de colonie de vacances (éperviers, balle aux prisonniers, pétanque, tir à la corde, foot, béret,...) ; le tout sur monocycle. Une délicieuse mauvaise foi était bien sûr de rigueur, dans chacune des



## Événement Mono



équipes comme dans l'arbitrage. Le foot s'est trouvé de loin être le plus grand bordel de l'après-midi. Bien évidemment, à tour de rôle ou collectivement, les nantais se sont illustrés dans toutes les disciplines.

Impossible de dire si la grande parade en ville a eu lieu le Samedi ou le Dimanche. De toute façon, je ne peux rien en dire : je n'y ai pas participé, préférant découvrir le magnifique paysage du haut de la butte autour de laquelle s'est bâtie Forcalquier. Un beau moment de repos et de solitude. Concernant la parade, on a dit qu'elle s'est bien passée, et que le plus beau monocycle était effectivement beau !

S'en suit un repas (ah oui, on mange et on boit bien, aussi, à Forcalquier), puis un bal sur monocycle. Difficile de se déhancher en rythme sur son monocycle, quand on a déjà du mal à le faire à pieds ! L'ensemble donnait un bel air de fête, malgré tout. Manquait juste la buvette ! A propos de buvette, la suite du récit va slalomer (tituber ?) entre imprécision, incohérences et trou de mémoire, au fur et à mesure que la soirée va avancer. A la fin du bal, on a dû repartir vers le site, puis certains ont dû faire quelques sports-co dans le gymnase, Yoggi a sorti son accordéon, j'ai essayé d'en jouer, mais on m'a vite fait comprendre que ça suffisait comme ça. Une projection de vidéo ? Et les renegades, sous la pluie, où chacun montre ce qu'il sait faire de plus inutile. Je crois que c'est tout. Hum ! Le bruit de la pluie sur la tente !!! Bonne nuit, Toinou...

Dimanche, en après midi (curieuse journée sans matin !), une rotation impressionnante de vans se met en branle. Objectif : monter la faune présente sur les hauteurs dominant Forcalquier : le massif des Mours, rocailleux et désertique. A peine arrivés, les premiers monocyclistes vont tâter le caillou, puis on s'élance, par équipe, pour une chevauchée sous forme de jeu de piste. A l'évidence, le plan qui nous avait été remis n'était pas celui des lieux. Ils ont eu peur d'une victoire trop facile de notre part, et ça se comprend... à moins que... eh, la route, ça ne serait pas celle-là ?! Ah... ça collerait, en fait... et hop ! Demi-tour ! Quelques heures plus tard, tout le monde s'est retrouvé en bas, c'est-à-dire sur le site. Restaient un dîner et une soirée spectacle. De ce qu'on m'a dit, certaines parties du spectacle valaient vraiment le coup. Je me suis vite découragé : mes yeux se croisaient trop pour que je puisse fixer quoi que ce soit et je supporte mal ces énièmes démonstrations de toujours les mêmes figures ; chacun ses goûts ! J'ai dû aller vite me coucher en rentrant : une longue route nous attendait le lendemain.

Lundi, la tête pleine de souvenirs, les yeux fatigués, on a repris la route, après avoir remercié et félicité autant qu'ils le méritaient les gentils organisateurs de l'événement. Peu de chose à dire sur les embûches du retour (si ce n'est une belle blonde barbue et une palette au milieu de la route, mais ça, personne ne veut me croire). Rendez-vous à la prochaine édition !



Ci-dessus : Le jeu des monos musicaux

ci-dessous : Lacher de monocyclistes dans le massif des Mours

## **Aloïs** *Par Hypo'Phil* **Grandjean**



Aloïs Grandjean, qui aujourd'hui connaît ce nom ? Pourtant, il y a plus de 70 ans, ce monocycliste suisse pulvérisait déjà les records de distance. Nous avons reconstitué pour vous son histoire à partir de documents d'époque, articles de presse et correspondance.

Le monocycle a une histoire, le Girafon vous la raconte.



Le Girafon: Bonjour Monsieur Aloïs Grandjean, toute l'équipe du Girafon tenait absolument à vous rencontrer, pour fêter avec vous votre centenaire (plus deux ans) et revenir sur votre étonnante carrière. Mais d'abord, pouvez-vous vous présenter ?

Aloïs Grandjean: Bonjour. Je suis né en 1906 en Suisse. J'ai exercé la profession de menuisier-ébéniste à Marly-le-Grand, près de Fribourg. Je pratique le monocycle depuis que j'ai eu 19 ans, en 1927. D'après ce que j'en juge en vous voyant, vos parents n'étaient sans doute pas encore nés !

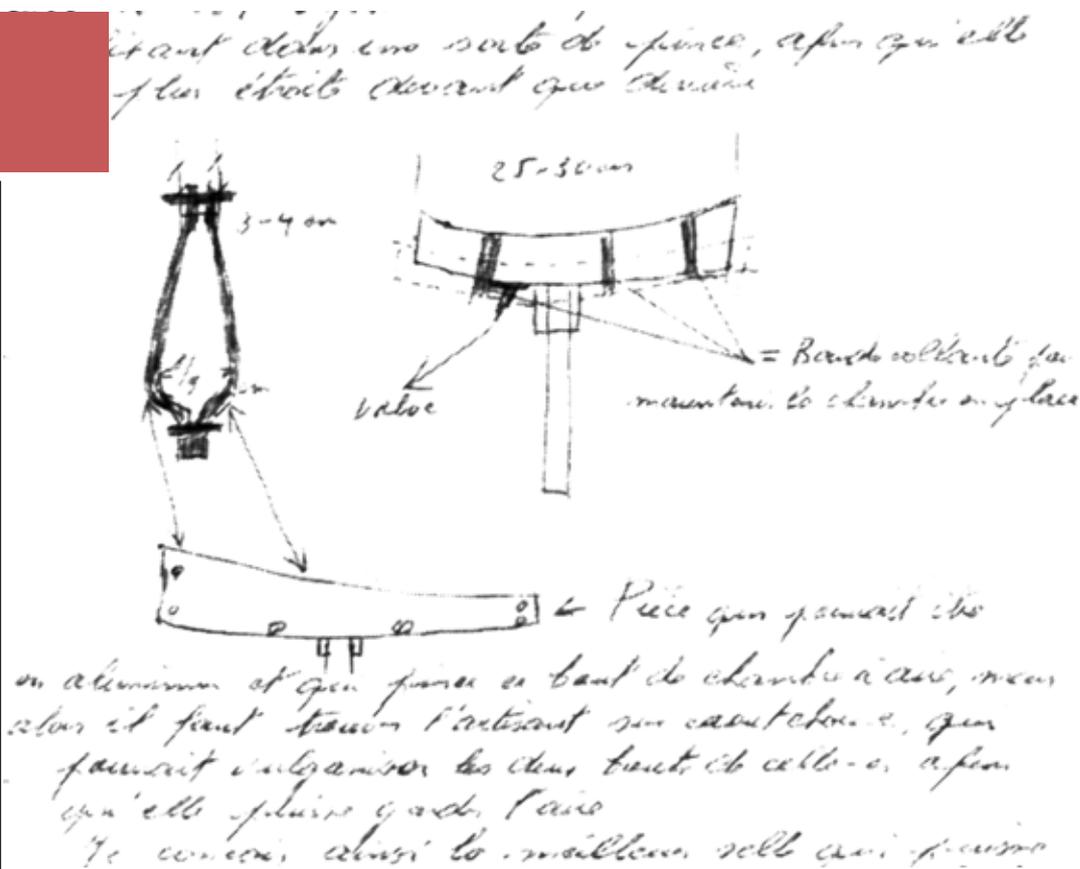
Le Girafon: Merci pour vos commentaires, mais si l'on vient vous voir, c'est justement pour connaître un peu l'historique de notre sport, que l'on considère souvent à tort comme nouveau. Est-ce que vous pouvez nous parler un peu de vos performances ?

A. G.: Je suis un peu un enragé du monocycle. J'ai pratiqué le monocycle "de salon", mais c'est surtout sur route que j'ai réalisé des premières. Ainsi, en 1944, à l'âge de 36 ans, j'ai battu le record du monde de distance, en franchissant 325 km, sur l'itinéraire Brunnen-Zürich-Berne-Fribourg-Lausanne en 24h32. Quelques années auparavant, en 1932, j'avais fait sans doute le premier tour du lac Léman en monocycle, 205 km en 16h34. A cette époque, un Français, Alain Munier[1], disait avoir "pulvérisé" un record de monocycle en reliant Dijon à Beaune, soit 37 km, battant

[1] Note de l'auteur: On peut se demander si Alain Munier a un lien de parenté avec Bernard Munier, qui en 1971, à l'âge de 20 ans, a descendu les 1700 marches de la Tour Eiffel sans poser un pied à terre et sans toucher non plus la rambarde.

## Histoire

Extrait d'un courrier dans lequel Mr Granjean décrit la selle qu'il souhaiterait faire réaliser. En haut à droite, on peut lire "Bande collante pour maintenir la chambre en place". Sur la légende du bas, on peut lire "Pièce qui pourrait être en aluminium et qui pince un bout de la chambre à air, mais alors il faut trouver l'artisan sur caoutchouc qui pourrait vulcaniser les deux bouts de celle-ci."



le record de l'Allemand Marget, qui faisait 17 km. J'en ris encore !

Mais la Suisse, comme vous ne le savez sans doute pas (les jeunes d'aujourd'hui sont tellement ignares), est un pays montagneux. J'ai donc fait des ascensions de cols de montagne réputés, comme celui de Susten en 1954 (2224 m, 28 km, déclivité de 6%, en 4h56), le col de la Forclaz (1526 m, 10 km, déclivité de 9%), la traversée du col des Mosses (27 km, en 5h10), ou encore celle du Grimsel (2165 m, 34 km, déclivité de 10 %, en 5h40). Et n'oubliez pas que pour certains de ces cols, la route n'avait été ouverte que quelques années auparavant[2].

Fin septembre 1965, j'ai tenté de battre le record de l'heure sur piste, au vélodrome de la Pontaise à Lausanne[3].

Le Girafon: Eh bien, voilà un palmarès impressionnant ! Est-ce que vous pouvez nous en dire un peu plus sur le type de monocycle que vous utilisiez ?

A. G.: Je possède deux monocycles, un adapté à la plaine, et un pour la montagne. Tous deux ont été construits par un mécanicien, selon mes instructions. La roue a un diamètre de 24 pouces[4]. Le problème pour les grandes distances est la mauvaise qualité de la selle. Je n'ai pas encore trouvé de selle idéale. J'ai un mauvais souvenir de 1932, quand j'ai fait le tour du lac Léman. Les trois peaux de chamois que j'avais dans mon cuissard étaient toutes

traversées de sang, et j'ai dû faire les 15 derniers kilomètres en restant debout, sans toucher la selle. Mais j'ai bien étudié ce problème de selle, et je suis en train de dessiner la selle idéale. Elle serait assez souple, légèrement en forme de cuvette, et avec deux chambres à air de moto dans l'assise pour donner du confort.

Le Girafon: Les selles actuelles ont d'ailleurs une forme assez proche de celle que vous aviez dessinée à cette époque, et des versions avec chambre à air existent également. Vous étiez vraiment novateur !

Mais dites-nous, lorsque vous avez réalisé toutes ces performances, est-ce que vous étiez alors reconnu comme sportif dans votre pays ?

A. G.: Moyennement. Mon record de distance de 325 km de 1944 m'a valu la Médaille de Vermeil "Olympique 1944". Mais vous pensez bien que c'était une époque où le monde ne s'occupait pas énormément de sport... Mais hormis cette distinction honorifique, je n'ai pas vraiment d'autre reconnaissance. En 1955, j'ai demandé à l'Union Cycliste Suisse d'homologuer mes records, mais il m'a été répondu qu'elle ne s'occupe que des affaires ayant trait à la bicyclette. J'ai donc dû assumer seul l'organisation et les dépenses engendrées par mes tentatives. Ainsi, lors de l'ascension du col de Susten, j'ai dû payer l'hôtel au journaliste, au photographe et au chauffeur qui m'accompagnaient, et le seigneur et moi avons dormi sous

[2] N. de l'a.: surtout vrai pour le col du Susten, dont la route a été construite entre 1938 et 1945

[3] N. de l'a.: cette information provient d'un courrier de septembre 65, et on ne connaît malheureusement pas le résultat de cette tentative.

[4] N. de l'a.: ce diamètre n'est pas explicitement mentionné par A.G., mais est déduit par l'auteur d'après les photographies.

## Histoire



Illustrations : Extraits de presse de l'époque.

la tente sous une pluie diluvienne la veille de l'ascension. Certains même me demandent si je ne suis pas fou. Je suis tout de même passé quelques fois à la télévision et à la radio Suisse romande.

Le Girafon: Est ce que vous pourriez qualifier les vertus du sport monocycliste ?

A. G.: C'est certain que c'est un sport de longue haleine, pour lequel il faut une volonté de fer et endurer des souffrances, mais qui apporte de grandes satisfactions. Je me souviens bien qu'à 59 ans, après 40 ans de pratique, j'étais toujours aussi mordu.

Le Girafon: Avant de terminer, est ce que vous auriez une anecdote à nous faire partager ?

A. G.: Je roulais à La Neuveville sur mon monocycle quand un agent m'apostrophe : « Où allez-vous comme ça ? Vous avez votre plaque de contrôle[5] ? » « Bien sûr », lui répondis-je. Je pense qu'il plaisante, mais il court après moi : « Halte ! » Je m'arrête : « Dites donc, vous vous moquez du monde ! ». Je lui montre ma plaque de contrôle. « Vous ne savez donc pas, me dit-il, qu'il est interdit de lâcher le guidon ! Vous êtes en contravention ! ». Ainsi, je fus condamné à cinq francs plus dix francs parce que j'avais protesté par lettre.

[5] N. de l'a: En Suisse, encore de nos jours, les vélos doivent avoir une vignette, qui fait office d'assurance responsabilité civile. C'est ce que Mr Grandjean appelle plaque de contrôle. En 1998, résidant alors en Suisse, j'avais consulté, un peu par ironie, l'administration Suisse pour savoir si je devais m'acquitter de cette vignette pour circuler sur mon monocycle, et si le cas échéant j'avais le droit au demi-tarif. J'avais reçu une réponse très officielle, me disant que les monocycles étaient dispensés de vignette, mais ne pouvaient pas circuler sur la voie publique... Ce que j'ai pourtant fait assez régulièrement, sans jamais avoir de problème...

Le Girafon: Eh bien merci beaucoup Mr Grandjean, je pense que toute la communauté monocycliste est vraiment impressionnée par ce que vous avez fait, et vous êtes certainement un des pionniers de ce sport dont l'histoire n'est pas très connue. Nous vous souhaitons encore un heureux centenaire, et nous espérons que vous trouverez un beau monocycle pour votre dernier voyage.

A. G.: Merci à vous de raconter mon histoire. Et j'espère que j'ai gagné un abonnement gratuit au Girafon !

Un grand merci à Jack Merel qui m'a fait connaître l'histoire de Alois Grandjean et qui m'a remis une copie de sa documentation et de sa correspondance avec lui. Tout les faits mentionnés sont réels et basés sur cette documentation.

Si vous avez d'autres informations sur Alois Grandjean ou d'autres monocyclistes du passé, je serais très intéressé de les connaître: monomaniefr@yahoo.fr

Par Mitriprius  
**Monocycliste, relève toi!**

Photos : Saltimbanga

Mono-Erectus. C'était quand déjà ? Je constate avec désarroi que je n'en ai aucune espèce d'idée. C'est bien loin déjà. Bientôt un an il me semble. Bah oui, mais c'est le problème avec les irrégulomadaires, comme le girafon, on vous contacte pour écrire un article sur une convention de longs mois après la dite convention. Ce qui explique le flou chronologique ou les imprécisions grossières que vous pourriez relever dans cet article. J'essaie... J'essaie de me souvenir au mieux. Lourde responsabilité, je ne voudrais surtout pas faire de mauvaise publicité à pareil week-end (Oui, parce que je me souviens que j'ai aimé quand même). Pour me remémorer doucement mais sûrement, je me lance dans une petite investigation « interniste ». Relire le programme, les forums, revoir les photos et les plus lointains détails me reviendraient à l'esprit comme si c'était hier. Manque de pot, le retour du refoulé est parfois très violent. J'avais voulu l'oublier, j'avais même mis tout mon cœur à oublier ce petit détail, mais ma remontée à



ci-dessus : THE toilettes sèches de la convention  
ci-dessous : La zone de trial, piègeuse mais sympa

travers les témoignages photographiques de la convention s'arrête brusquement avec cette photo. Celle là même où on pourrait me confondre

avec un lapin sous héroïne ébloui par les phares d'une voiture... Je me souviens maintenant, le punch. Très bon le punch. Mais je me souviens que je n'ai pas été le seul à l'apprécier ce soir là. Je me souviens notamment d'un side-hop raté (mais bien raté) mais sans monocycle, ni protections sur une table de pic-nic, tenté par un nantais fortuné qui restera donc anonyme (ça a du bon la corruption). Ah, et ce pauvre bobousse (moins fortuné lui) qui avait entretenu le temps de quelques bières l'espoir fou de rivaliser au cap's avec BB. La soirée a été rude pour lui aussi. Je me souviens même d'un chien avec qui on a passé un peu de temps à essayer de le faire lâcher un pauvre bout de bois auquel il s'accrochait si fort qu'on aurait pu jeter le bâton et le chien en même temps... Une discussion tardive sur le bon sens qui consiste à penser qu'il faut plus de croissance économique pour vivre mieux me revient en mémoire aussi.

Un peu trop tardive pour moi. Je m'en retourne à des activités festives plus traditionnelles... Bref, ce fut un week-end formidable, on a bien bu, on s'est bien amusé, ah !



## Événement Mono



Ci-dessus : une Bolassienne qui s'enflamme

ci-contre : La pause monocycliste, bière et quatre-quarts au sommet de la mayenne

Monoerectus quelle orgie mes amis, quelle orgie !

Quoi ? Quoi, du monocycle ?

Bon, effectivement, je me souviens aussi que c'était une convention de monocycle.

Je peux commencer par citer cette zone de trial. Enfin une zone pas trop arrogante ! Une zone qui vous résiste, un peu, mais pas trop. Une zone qui a le souci de ne pas vous démoraliser. Une zone qui sait bien que vous ne vous êtes pas trop entraîné en trial ces derniers mois et qui le prend en considération. Et rustique avec ça, ce qui lui donnait un certain cachet. Personnellement, je les aime bien comme ça les zones de trial. Une zone qui bouge et qui tend des pièges par endroits. Bref, une zone clairement de la même famille que les zones forcalquiennes ou CAESSiennes.

Le samedi après midi, eut lieu la traditionnelle randonnée mono-erectus avec au choix un premier parcours raccourci pour la majorité de monocyclistes qui aurait la lâcheté de ne pas pousser le masochisme jusqu'au bout

et d'esquiver les 20kms de boue réglementaires (De la boue de qualité supérieure cette année).

Début de la randonnée, droit devant, la plus belle mare qu'on ait croisé jusqu'ici. Autour, des monocyclistes qui s'amassent et qui espèrent patiemment la venue du prochain qui voudra bien bêtement croire qu'il peut traverser sans dommages. Bien conscient que c'est ce qu'on attend de moi et décidé à porter haut les couleurs de la galoupiotterie nantaise, je fonce droit dans la flaque. Les quelques tours de roues qui me séparent de la flaque voient quand même l'éclosion d'une lueur d'hésitation, mais mon sub-conscient galoupiot me crie : « Vas y ! en plus t'as des affaires de rechange, qu'est ce que t'attends ? ! ». J'y vais. Résumé en un mot ce serait « SP-LAAASH » ! Bain de boue réussi. Et puis je réfléchis : Fichtre ! Les chaussettes ! Oh non... Je n'ai pas de paire de chaussettes de rechange...

Cette randonnée bénéficiait déjà avant de l'effectuer et au moins à mes yeux d'une certaine aura légendaire. C'était LA randonnée mono-erectus. 30 au

départ, 5 à l'arrivée. Ça ressemblait d'après les dires des participants de l'année dernière à une sorte de processus de sélection naturelle accéléré, seuls les meilleurs survivront. Tant pis pour les autres qui agoniseront abandonnés dans un fossé ou écrasés par un 26 pouces dans une mare de boue. Heureusement, pour masquer ce côté un peu rude, les organisateurs avaient bien sûr pensé à tout et avaient vivement souhaité faire de cette randonnée une balade déguisée avec concours du meilleur déguisement à la mi-parcours. Entre deux bières et deux tranches de quat'quart, nous eûmes donc le loisir d'élire au bruit-o-mètre le meilleur déguisement parmi seulement 5,6 originaux qui avaient eu le bon goût de se déguiser en autre chose qu'en monocycliste. La suite vous la connaissez, c'est ce concours qui vit le triomphe de Dédé alias l'infirmière qui a su conquérir un public subjugué par ses charmes pararmédicaux.

Après cette large pause bon enfant, les plus téméraires (dont moi ! Dévoué envoyé spécial !) reprennent un tour de rab, gourde bien attachée au mono et boue bien séchée sur les mollets. On

## Événement Mono

repart. On commence par une petite descente que j'aurais qualifiée de très technique si je n'avais pas été faire un tour dans les descentes fétiches des vasipaulettes entre temps. Aujourd'hui je ne dirai plus que « un peu technique ». C'était un petit chemin sympa et pas trop dangereux... Je me suis donc bien fait plaisir, sur cette descente comme sur tout le reste de la rando d'ailleurs. En plus petit groupe, on a pu adopter un rythme un peu plus rapide et tracer joyeusement dans les chemins mayennais, avec quelques interruptions glide quand on empruntait un bout de route entre deux chemins. Quelques kilomètres encore et petite pause bienvenue. Une bière, un p'tit casse-croûte, le temps de remarquer, perplexe, que les cages à roulements de cette grande roue kris holm sont dix fois trop serrées (Sabotage ?) et on est reparti. Quelques kilomètres encore, quelques méchantes montées pour nos pauvres jambes, quelques crevaisons et on aperçoit enfin ce doux refuge du Montaigu, joli petit coin perdu au cœur de la mayenne. Le cadre idéal. Et comme l'a écrit le vrai journaliste dans un vrai article sur la convention : « Ces monocyclistes sont aussi écolos ! ». Jolies petites toilettes sèches, compost, tri sélectif, mignonne petite cabine de douche faite maison, pas d'électricité sur le site donc éclairage

au feu de bois et au lampion-mignon pendant les soirées et même une petite expo sur l'histoire de la gestion des déchets. Bref, on est bien tombé dans un des repères de ces dangereux écologistes archaïques rétrogrades et contre le progrès... m'étonne pas de la part de monocyclistes.

La douche froide avait le double avantage de bien réveiller après une longue rando tout en incitant très efficacement à raccourcir le temps passé sous la douche, d'où économies d'eau et pas trop d'attente pour prendre une douche. Le petit Bobousse nous a alors offert le spectacle de son acharnement irrationnel. Après 20km de randonnée en 20 pouces, on a assisté à près d'une heure non stop d'essais ratés sur une figure de flateux. On a bien rigolé !

Bref, mis à part la torture de vivre sans électricité pendant un week-end et donc contraint de passer les soirées au fond d'un canapé au coin du feu avec musique et convivialité garantie, on peut noter quelques bons points dans l'organisation. Notamment le partitionnement des dormeurs en 3 campings, bruyant, mi-bruyant, calme. Eh oui ! Il y a de la discipline chez les monocyclistes ! Personnellement et si jamais ça intéresse quelqu'un, après une longue soirée ponctuée d'un petit concert de percus originales, j'ai choisi la division

spéciale, camping à la belle étoile avec les chèvres, les lapins et les crottes de lapins. Et j'ai passé une très bonne nuit. Tout comme BB, qui en pleine forme nous gratifia d'un superbe roll-hop trottoir au petit matin, ou comme Loulou, ce frimeur qui s'amuse à sauter par dessus de gros tourets roulants. (Vidéo sur internet).

Puis vint l'heure du traditionnel mono-basket, une valeur sûre quasi-indispensable à toute convention. Bien évidemment et sans surprise Nantes remporta haut la main le tournoi, sans aucune difficulté (quoi j'exagère ?). Bon d'accord c'était très serré et il y a eu du beau jeu.

Bon, il fallait bien trouver une critique, la voilà. C'est le seul bémol que j'avais déjà exprimé sur le forum, je me suis effectivement dit après coup que donner le classement ou offrir une coupe au vainqueur à l'issue du tournoi de basket détonnait un peu avec l'esprit convivial de la convention et donnait un peu trop d'importance et une touche trop officielle à la compétition.

M'enfin pour résumer, très bonne organisation, très bonne ambiance, très bonne bouffe, super cadre, boue certifiée agriculture biologique, bref, une convention millésimée à peu de frais, fort recommandable.



Par Robin  
**Humeurs Fluck-tuantes**

Photo : Vasipaulette

Ah... Fluck ! L'édition 2005 avait été un succès flamboyant. Jens Birk, l'organisateur, nous avait impressionnés par son talent : une rencontre parfaite avec un nombre de palettes jamais vu, de la bonne bouffe, une ambiance du tonnerre... Relisez donc le Girafon de l'époque. Rien que pour avoir entendu Yoggi se faire réveiller à 8h34 à coup de « Debout ! Tu vas rater le petit déjeuner avant la balade en forêt, va prendre des forces ! ». C'était mythique.

Cet été pas d'hésitations, les Vasipaulettes allaient être de retour pour Fluck 2007. Et en force nondedjieu. Préparation du budget, décoration de la voiture, démontage des monocycles, on se tasse à 9 avec nos sacs de couchages et c'est parti pour 2 jours de trajet. Après une panne de voiture stupide et quelques tentatives infructueuses de déchiffrement de panneaux Danois, nous voilà rendu au gymnase de Fakse-Ladeplads !

Une rencontre comme ça, c'est d'abord merveilleux à cause des gens qu'on y croise. Tous ceux qu'on connaît déjà bien et puis tous les autres : cet été en gros, à part Kris Holm, il y avait tout le monde ! Une fois de plus cette année on a pu innover dans les loisirs de relaxation et organiser, entre autres, des matches internationaux de pétanques avec des chaussures, des jungle-speed franco-canadien améliorés...

En plus le matos disponible pour monter les zones de trial était assez effrayant. Moi quand j'étais petit j'aimais beaucoup les legos. Là il suffisait de trouver le conducteur du gros engin, de lui demander gentiment de déplacer une grosse buse en béton (« pose la plus en travers pour voir ? ») puis de visser un gros tas de palette dessus pour faire une grosse zone !

Bon et puis comme sur toutes les conventions, il y a eu quelques petits accrochages. Cette fois ci c'est parti d'une sordide histoire de tarifs d'entrée et de fumer à l'intérieur

des bâtiments. De petits incidents variés qui ont fini par opposer l'organisation, menée par Jens Birk, et plusieurs participants avec Yoggi. Le conflit a été très personnifié, normal avec des gens de ce charisme.

Alors au niveau de l'analyse, tout le monde est plus ou moins d'accord pour dire qu'il y a eu un manque de communication et de médiateurs. Les différences de culture ont fait que les incidents se sont accumulés et que ça a plutôt bien dégénéré.

Si on entre un peu plus dans les détails, il y a eu beaucoup trop de pression sur l'organisateur central. C'était un événement énorme, avec de très hautes attentes et beaucoup de travail. Jens Birk sortait d'une période difficile de sa vie : une cure de désintox aux antidouleurs, pris à l'excès pendant et après une opération du dos. Ajoutez à cela une tendance naturelle à ne pas être cool du tout quand on s'oppose à lui, et à résoudre les problèmes en les faisant disparaître.

De l'autre côté, des gens qui face à une règle stupide, comme l'interdiction d'être torse nu dans un gymnase, réagissent plutôt mal. Enormément de provocations, pas mal de violences verbales et un peu de violence physique. Le tout très impulsif et avec un esprit de solidarité inconditionnelle entre beaucoup de français.

Au niveau culturel, pour plus de gens qu'on ne le croit, surtout des anglo-saxons, quand on assiste à une convention, on se doit d'accepter les règles explicites et implicites du pays et de l'organisateur. Et aussi d'adopter une image et un comportement adéquat. C'est leur principe de base de vie en communauté, et pour d'autres c'est le symbole de l'écoeuvante victoire du politiquement correct. Pour rester dans la caricature, le danois ne parle pas français et peu anglais. Naturellement, le français ne parle pas danois et très peu anglais.

# Monosophie

A cause de tout ça, non seulement les « acteurs » communiquaient très mal, mais les autres participants de la convention n'étaient absolument pas informés. Au début, Jens Birk a essayé d'étouffer le plus possible l'affaire, et quasiment personne n'a eu les deux versions des problèmes qui se passaient. D'ailleurs, pour ceux qui n'auraient pas eu un point de vue constructif d'un organisateur, ce qui exclu

les discours de Jens quand il est sur les nerfs, allez donc lire ce qu'a écrit [Kristian sur unicyclist.com](http://Kristian-sur-unicyclist.com).

Le bilan en tout cas est indiscutablement désastreux :

- des monocyclistes chassés d'une convention à coup de flics,
- des locaux recouverts de merde,
- des insultes dans le style « nazi borné » et « dealer de drogue »,
- des menaces d'expulsion pour ceux qui ne se tenaient pas tranquilles ou qui côtoyaient les bannis,
- Mathieu n'a pas pu essayer la Vasipaulette's Tower,
- un esprit partagé « nous sommes tous une grande famille et on est contre eux »
- des violences physiques (je te donne un coup de coude en passant, je te jette hors de la salle...),
- 2 « clans » fâchés à vie,
- la mort de Fluck, cette convention n'aura plus jamais lieu.

Les conflits c'est normal, surtout sur les conventions. Rappelez-vous l'antique dispute à propos du label MEUTEUTEU avec le ® qui a brouillé des anciens potes pionniers du mono, les locaux abîmés à la CFM 2005 qui a dégoûté les organisateurs et la municipalité, le basket à UNICON 13 qui a fâché 2 équipes à cause d'une erreur de planning... Et tout ça c'est franco-français, entre des gens qui se connaissaient depuis longtemps. Comme quoi « Jens est un connard » c'est peut être un brin simpliste pour expliquer une dispute. En tout cas, c'est loin d'être suffisant pour résoudre les problèmes futurs.

Comment on fait la prochaine fois que ça commence à chauffer ? Comme d'habitude les réactions de cet été étaient très disparates d'un monocycliste à l'autre. Les français (ou les danois) sont soit disant tous pareil, mais dans l'action, chacun son style. Moi j'avais bien aimé ce que proposait Ti nicO : si on n'est pas content, on part tous sur la plage et on boycott. Ca n'a pas été suivi, mais un bon petit coup de non-violence et je pense qu'on se serait finalement plus amusé. Une méthode simple, avec ses défauts mais sans brutalité primaire ni résignation passive. Quelque soit la solution, personnelle ou globale, trouvons-la. Le but c'est quand même de ne pas pourrir les rencontres de mono, les endroits paisibles et joyeux étant plutôt rares de nos jours. Vos idées ?

# La CFM <sup>Par Gingo</sup> américaine

Photos : Gingo & Steve DeKoekkoek



SD

J'étais l'année dernière en voyage dans le pays de l'oncle Sam, et là une petite souris m'a suggéré d'aller découvrir la version américaine de la CFM. Sitôt dit, sitôt fait (euh, y'a quand même eu 8h de voiture entre-temps !). Le NAUCC (North American Unicycling Championships and Convention) a lieu cette année 2007 à Saline, état du Michigan. C'est le Redford Township Unicycle Club qui accueille tout le monde.

Et ce qui me frappe à mon arrivée, c'est l'âge des participants. Contrairement à la France où on vient entre copains, ici, le monocycle est clairement une activité familiale. Les enfants, dès six ans viennent avec leurs parents qui les encouragent et qui... organisent ! Ce qui permet d'avoir une organisation beaucoup plus rodée que celle de nos CFM.

La spécialité locale, du moins dans ces conventions, c'est le freestyle. Pendant deux jours complets, on défile sur le parquet du gymnase. C'est vraiment la discipline phare de la convention, tout le monde y passe. Les

groupes d'âge et de niveau permettent à chacun de se mesurer à ses égaux. Puis c'est le tour des groupes. Du freestyle de haut niveau, avec 25 personnes pendant 5 minutes et seulement deux chutes pour les vainqueurs !

Le soir, stupeur, en bon français, on souhaiterait continuer à rouler mais non : il est dix heures, fermeture du gymnase, extinction des feux, et de la convention. C'est une des conséquences de l'ambiance familiale. Là bas, pas de dortoir, de camping commun, chacun a sa chambre d'hôtel. On roule plus frais, mais cela enlève quand même beaucoup de charme à la convention, même si ça lui rajoute aussi pas mal de confort !

Les deux jours suivants sont consacrés à l'athlétisme. Deux jours d'athlé, ce n'est pas parce qu'ils font le 100m en une minute, mais simplement parce que la première journée est presque entièrement consacrée au... 1500m. Cardiaques s'abstenir. 1500m à fond, ça donne lieu à de jolies gamelles, de jolies remontées, et même un peu de tactique de course. Heureusement que pendant ce

## Événement Mono



Ci-contre : Flaming Puck de Darren Bedford

Ci-dessus : Le corbillard de l'inventeur du Flaming Puck.

temps, on peut toujours trouver un groupe pour aller faire une grande balade tout terrain, ou encore de la longue distance.

Mais le trial ? Le street ? Le flat ? Le basket ?

Un après-midi est consacré au trial, et si les zones ne sont pas à la hauteur de celles qu'on a pu voir dans les différentes CFM, il y a une raison très simple à ça : le niveau n'est pas là non plus. On autorise même l'aide d'une main secourable pour les novices dans la compétition de trial. Les trialistes et streeteux américains ne sont pas intéressés par cette convention familiale, et sont donc peu présents. Spencer Hochberg remporte tout de même le street dans une compétition expédiée avant la nuit.

La nuit amène un jeu attendu par beaucoup, inventé par Darren Bedford : « flaming puck hockey ». Le hockey avec un palet enflammé. En guise de palet c'est un cube avec

une mèche à l'intérieur. Et banzaï ! Il faut agir vite quand le palet se coince dans les rayons...

Belle journée, mais il faut rentrer à l'hôtel, qui peut me ramener... ? Darren ? Ok. Ah c'est ta voiture ?

Darren est un collectionneur... de corbillard. Me voilà donc embarqué dans un corbillard des années 70, le cercueil réfrigéré nous permettant de savourer la bi... la boisson sans alcool énergétique qu'il renferme. Pourquoi nous regarde-t-on de travers ? C'est le bras ensanglanté qui sort de la portière ? Rassurez-vous, il collectionne aussi les vieux monocycles, il en a une soixantaine dans son garage.

Le tout terrain et le 10km concluent cette convention sympa, pleine d'idées et de rencontres. Un dîner (bien habillé s'il vous plaît !) et chacun repart avec son petit sac rempli de médailles, de rubans.

Pour consulter les résultats, rendez vous à l'adresse suivante : [www.unicycling.org/usa/naucc/2007/](http://www.unicycling.org/usa/naucc/2007/)

Le Freestyle en groupe



J'avais envie de vous présenter ce monocycle révolutionnaire ...

Le truc que vous ne verrez que dans un film de science fiction.

Quand vous réalisez que pour bien des gens rouler sur une roue, c'est purement impossible ! Il ne faudrait pas non plus que ce soit sur une roue de un mètre de diamètre. Mais si vous rajoutez des sacoches à l'arrière, là ça devient insupportable ! Mais que fait la police ?

On ne peut plus caser le traditionnel " T'as perdu ton guidon ? " ou " Il te manque une roue ! " ou toute autre débilité du cycliste obtus.

Bref, les sacoches, j'avais déjà fait, et quand ça sert pour des balades de 80 km par jour ça soulage les fesses (à l'opposé du sac à dos). Mais on ne peut pas partir sans une aide (un banc, un muret, un Mitriprius dans bien des cas). C'est là que mon génie éclaire ma lanterne : "Tu devrais mettre un frein et monter sur ton monocycle comme tu montes sur un cheval", me dit-il.

Sitôt dit, sitôt fait, les essais sont concluants, sauf que mon envie permanente de sauter les trottoirs m'oblige à re-rayonner toutes les semaines.

Comme j'étais dans les soudures, j'en ai profité pour rajouter 2 autres sacoches supplémentaires devant. Comme ça on peut ranger plus de choses, mais il faut rester bien droit. Le mono en cet état, n'a fonctionné que pour une traversée de l'île d'Yeu, je vous laisse imaginer la tête des îliens (c'est comme ça qu'on appelle les gens là-bas.)

Car la semaine dernière, en allant visiter les bas-fonds de Plougastel-Daoulas, j'ai sectionné le mono au niveau du serrage de selle, il ne reste plus qu'à renforcer tout ça ... encore deux kilo de ferraille et ce sera fin prêt !!!

## Et pourtant, il roule !

Par Pyairot

Photos : Pyairot & Lneuh



# petite taille, grosse pointure

## Ken Looi

Après le trial et le tout terrain, le basket et le freestyle, allons faire un tour du côté de la distance pour l'interview de ce numéro et intéressons nous à un représentant d'une autre partie du monde monocycliste. Ken Looi est un membre actif de la communauté néo-zélandaise et s'affaire déjà à préparer l'Unicon de 2010 dans son pays. Venu du monde du "biroue", il n'a découvert le monocycle qu'en 2000 mais a fait parler de lui dans les derniers championnats du monde: au Japon en 2004, il avait pris le poulx, en Suisse en 2006 il remporte le premier marathon mondial monocycliste organisé. Alors, devenu complètement "monoroué"?

*Par Anne-Sophie Rodet*

Ken Looi, 29 ans,  
Wellington, Nouvelle-Zélande  
Port Macquarie, Australie



Temple d'Angkor à Siem Reap, Cambodge, 2004

Comment es-tu venu au monocycle ?

Ken Looi: J'ai vu un mono pendu dans un magasin de vélo et j'ai voulu essayer. Je ne connaissais pas grand chose du monocycle à ce moment là mais j'ai fait des recherches sur Internet et je suis tombé sur le Monocycle Tout Terrain. C'est ce qui m'intéressait le plus parce que je venais du VTT.

J'ai commencé à rouler en décembre 2000. Il m'a fallu trois semaines pour apprendre. J'étais un peu lent.

Que fais-tu dans la vie ?

KL: Je suis docteur dans un service d'urgences. Actuellement, je fais des remplacements en Australie, ce qui est assez flexible et me laisse ainsi du temps pour mes voyages.

Tu es docteur et pourtant, on a entendu parler de plusieurs de tes blessures en monocycle... Comment justifies-tu ta passion auprès de non-monocyclistes ?

KL: Si je devais justifier pourquoi je fais quelque chose, il est probable que je ne le ferais pas! Je me suis cassé le tibia/la fibule au Laos, et la cheville au Népal. Les deux fois, j'ai dû être opéré dans des hôpitaux à l'étranger. L'accident au Népal n'a pas été aussi mauvais que celui du Laos, mais j'ai dû avoir recours à un cheval pour me transporter hors de l'Himalaya !

C'est cependant très pratique quand tu te casses des os de savoir ce qu'il faut faire. J'ai aussi appris deux choses... ne jamais voyager sans assurance voyage ; et toujours traiter les chevaux avec respect.

Quelle place prend le mono dans ta vie ?

KL: Actuellement, je travaille en Australie donc je n'ai pas de voiture. Le monocycle me permet d'aller partout. En dehors de ça, j'adore voyager et rencontrer des gens, et le monocycle est le meilleur moyen. Je roule probablement 3-4 fois par semaine, mais c'est assez variable. Quand je suis chez moi, en Nouvelle-Zélande, je passe en réalité plus de temps sur mon vélo de route!

Donc tu roules aussi en vélo!... Mais puisque tu passes autant de temps à faire du monocycle, j'imagine (ou je veux imaginer, fervente défenseuse du monocycle que je suis) que tu préfères désormais le monocycle. Comment l'expliques-tu ?

KL: J'ai des phases. Parfois je roule en mono pendant des mois, et parfois je fais uniquement du vélo. Je n'ai pas de préférence entre le monocycle et le vélo. Ils sont complètement différents. J'aime la vitesse et la puissance que tu peux avoir en vélo, et j'aime la simplicité et la beauté d'un monocycle. Le monocycle est le transport cycliste dans sa forme la plus pure.

Quel type de pratique préfères-tu ?

KL: Ce que j'aime le plus, c'est le Cross Country Tout Terrain. Cela t'emmène dans des supers endroits et il n'y a rien de mieux que de descendre un chemin étroit aussi vite que tu peux.

Quelles sont tes figures favorites ?

KL: Je n'ai pas vraiment de figure favorite. Je peux marcher-sur-la-roue, faire du sur-place, rouler en arrière, selle devant et selle derrière, faire une montée-suicide mais c'est probablement tout. J'ai appris la plupart de ces figures quand j'ai commencé, mais elles ne m'ont jamais

vraiment inspiré, donc je ne suis pas allé plus loin. Je préfère rouler dans des endroits sympas et aller vite.

Lieu favori pour rouler ?

KL: Si je cherche à rouler sur un terrain assez technique, j'irai probablement au Parc de VTT de Makara Peak, qui n'est pas très loin de là où j'habite. Mais la plupart du temps, j'aime les aventures monocyclistes plus longues, donc des endroits comme le Parc régional de Belmont et Makara Beach qui sont aussi dans la région de Wellington. Hors de Wellington, le chemin de randonnée de Queen Charlotte, qui est le plus long "singletrack" de Nouvelle-Zélande avec 70 km, et aussi Central Otago. A l'étranger, il faut que ce soit les Alpes suisses.

Est ce que tu roules avec d'autres personnes ? En club ?

KL: Je n'ai pas beaucoup le temps de rouler avec d'autres en dehors d'événements comme les Unitours (périple de plusieurs jours en monocycle). Il y a un bon groupe de monocyclistes là où j'habite mais ils sont surtout trialistes ou pratiquent le street.

Où en est le mono en Nouvelle-Zélande ?

KL: C'est un sport en pleine croissance et on peut voir une mine de talents. C'est vraiment dommage que beaucoup de nos meilleurs monocyclistes ne soient pas allés aux



Traversée du Cambodge, 2004

Unicons parce que c'est souvent trop loin. Nous avons beaucoup de trial, Mono Tout Terrain, Street et du mono de route, mais peu de freestyle, hockey et basket. Et puis c'est une autre raison de venir à l'Unicon (27 décembre 2009-10 janvier 2010) en Nouvelle-Zélande, pour développer le sport ici.

Et j'imagine que tu n'es pas innocent dans tout ça ?

KL: J'ai mis en place la Fédération néo-zélandaise de monocycle en 2004. J'ai été président pendant 2 ans et puis je me suis mis un peu de côté en devenant secrétaire. J'ai aussi organisé 3 week-ends monocyclistes néo-zélandais, notre évènement national.

Et qu'avez-vous planifié pour l'Unicon XV ?

KL: Nous voulons vraiment montrer notre ville à tous les visiteurs internationaux, c'est pourquoi nous avons réservé des endroits supers pour chaque évènement. Le lieu central où se tiendront les principaux évènements est juste sur le front de mer et presque tous les autres évènements auront lieu à quelques minutes en mono. Même le Tout Terrain sera seulement à 10 minutes de marche de la ville. Et le meilleur sera sûrement d'avoir des centaines de monocyclistes célébrant le nouvel an dans notre ville.

Quelles seront les spécificités de cet Unicon néozélandais ?

KL: Nous aurons bien sûr tout un ensemble d'évènements comme tous les Unicons. La principale différence sera probablement le Tout Terrain. A tous les Unicons où j'ai participé, j'ai trouvé qu'il manquait une vraie course de cross country. Ce serait comme aller au Championnats du Monde de VTT et avoir seulement une course de Descente. Nous souhaitons avoir du Cross Country, de la Descente et si possible aussi une course d'ascension Tout Terrain. Et il pourrait aussi y avoir une course de Tout Terrain 24H par équipe.

Il y aura aussi la possibilité pour le public d'apprendre à rouler. Notre localisation est idéale... J'imagine des centaines de monocyclistes pratiquant dans le coin du front de mer rempli de monde et enseignant aux passants. Le lieu central est juste en face du quartier des affaires. L'artistique, le hockey et le basket seront facilement accessibles au grand public aussi.

Tu as participé à plusieurs unitours et en a même organisé plusieurs, l'un est en préparation...

KL: J'ai participé à mon premier unitour au sein d'un groupe de cyclistes au Vietnam/Cambodge. C'est tellement une façon géniale de voyager. Quel que soit l'endroit où tu t'arrêtes, les gens viennent vers toi et vont essayer même



South Island New-Zealand Unicycle Tour, 2007, 3ème jour, bataille contre le vent.

s'ils ne parlent pas la même langue. Il y a des gens qui m'ont fait des signes, ont crié et m'ont poursuivi jusqu'à la frontière du Vietnam et du Cambodge. J'ai ensuite organisé des Unitours juste pour que d'autres monocyclistes puissent faire cette expérience. Nous avons fait le Laos en 2006, la Nouvelle-Zélande en 2007 et cette année nous faisons le Vietnam. L'année prochaine, ce sera soit la Mongolie soit l'Inde. Je n'ai pas encore décidé.

Tu as aussi détenu pendant un temps le record du monde de vitesse en 24h (378km, en février 2005). Est-ce que tu peux nous en dire plus sur ce challenge ?

KL: Je me suis rendu compte, la fois où j'ai fait mes premiers 100 miles (161 km) en à peu près 8 heures, que ce serait faisable de battre le record puisque le record n'était à l'époque qu'un tout petit peu au dessus de 200 miles (322 km). Pour moi, s'il y a quelque chose d'atteignable, je dois me lancer et l'obtenir. C'est aussi vraiment agréable de pousser les limites de plus en plus loin. C'est comme ça que le sport se développe et je suis heureux d'y jouer un rôle.

Cet été, il y a divers événements monocyclistes d'envergure. Penses-tu y participer ?

KL: Je serai présent pour la course par équipe "Ride the Lobster" en Nouvelle-Ecosse (Canada). Nous devrions avoir une équipe néo-zélandaise plutôt solide. Si nous avons ceux auxquels je pense, notre but sera d'atteindre une des trois premières places. Et puis je serai aussi à l'Unicon XIV au Danemark, je ne voudrais pas louper les championnats du monde ! D'autant plus cette année que nous devons commencer à planifier l'Unicon XV donc j'emmènerai avec moi notre organisateur principal pour qu'il puisse regarder comment ça se passe. Je participerai bien sûr aux compétitions en Tout Terrain et Longue distance notamment pour défendre mon titre au Marathon.

Quels sont tes prochains objectifs monocyclistes ?

KL: Ma priorité est l'Unicon XV et faire en sorte qu'il soit aussi réussi que possible. J'aimerais aussi essayer de nouveau le record des 24h, et aussi un jour le record de l'heure.

Comment vois-tu ton avenir monocycliste ?

KL: Je veux rouler aussi longtemps que je pourrai et visiter autant de pays que possible sur une roue.

Et l'avenir du mono en général ?

KL: Je pense que c'est très excitant de faire partie de ce sport en ce moment. Je l'ai vu se développer et devenir très mature même dans le peu de temps depuis lequel je roule. Qui aurait pensé il y a 8 ans que nous aurions des moyeux à vitesse, une course internationale par étape, et du trial et du street au niveau que nous avons actuellement ?



Suisse, Alpes Unicycle tour, 2005

# Le mono à la fac c'est pour Caen ?

Photos : Nicolas Treboute

Par Nicolas Treboute

Depuis octobre 2006, deux adhérents de l'association « Tapes à 100 Balles ! », Johan Bodet (conseiller monocycle Basse-Normandie) et Éric Boulle (moniteur éducateur), décident avec l'animateur sportif du Suaps de CAEN, Laurent Testard, de mettre en place une heure hebdomadaire de monocycle. Il existe maintenant à l'Université de Caen, en Normandie, un nouveau créneau réservé aux monocyclistes.

Il y avait déjà à la FAC de Caen, un créneau pour pratiquer les arts du cirque avec Laurent : la jonglerie et accessoirement le monocycle. Matériellement, il pouvait déjà mettre à disposition des étudiants un mono-trial et un mono 24 pouces.

Johan, Eric et Laurent avaient déjà eu l'occasion de se rendre à la Convention de Jonglerie de Nantes où le Suaps donne l'exemple grâce notamment à Loïc Guiffan pour la promotion des arts circassiens et dans le développement d'une activité monocycliste pluridisciplinaire.

En octobre 2006, la perspective de la troisième Coupe de France de Monocycle qui s'annonçait à Nantes donne son impulsion au projet d'ouverture d'un

créneau spécifique monocycle dans le réseau universitaire de CAEN.

Le Suaps de la Fac de Caen a facilement accepté de réserver aux monocyclistes, chaque semaine, un créneau d'une heure et d'investir dans l'achat de trois 20 pouces standard (à prix CFM), ce qui porte à 5 le nombre de monocycles mis à disposition des étudiants. Et l'élan a été bien suivi en 2007, puisqu'au plus fort de l'année, ce sont jusqu'à une douzaine de monocyclistes (débutants ou confirmés) qui sont venus se confronter à la discipline sur le créneau réservé.

Aujourd'hui, le bilan reste mitigé car bien que l'activité soit reconduite à la rentrée 2007, un nouveau système de carte étudiante qui rend le coût des activités bien plus élevé et leur accès plus restreint a fait du tort à cette initiative récente. Le monocycle reste accessible sur le temps de cirque mais le créneau qui lui était dévolu est complètement déserté. A suivre !



# Analyse de selle

Photos : Patrice Guerlais

Cet article se compose de deux parties : la première, pratique (ci-dessous), sera suivie par une explication ostéopathique dans le prochain numéro.

A l'occasion d'une visite chez un ostéopathe pour des douleurs dorsales et lombaires fréquentes, nous avons essayé non seulement de me soulager mais surtout de trouver l'origine de celles-ci et, cerise sur le gâteau, d'en supprimer la cause. Il est ainsi apparu que l'écrasement du coccyx et du périnée par la selle pouvait être incriminé, d'où l'idée d'adapter une selle à titre expérimental et d'essayer pendant quelques temps. Cette opération s'étant révélée une réussite, je l'ai depuis renouvelée sur toutes mes selles. Bilan : au bout de 2h intensives de mono (basket, hockey, MUni, ...), je n'ai plus jamais les lombaires qui « tirent », seulement les jambes fatiguées !

L'opération est simple, je vous conseille cependant de la tenter d'abord sur une selle peu coûteuse afin de vous faire la main et d'essayer. Puis de la renouveler sur votre selle fétiche, vous savez, celle à 60€ ! De nombreuses étapes décrites ci-après pourront sembler simples, voire simplistes, à de nombreux monocyclistes un tant soit peu bricoleurs, elles sont là surtout pour rassurer les autres et leur montrer que l'intervention est à leur portée. Notez cependant que de plus en plus de fabricants prennent en considération ce problème et fournissent des selles comportant déjà ces découpes.

Vous aurez besoin des outils suivants :

Un grand tournevis plat pour soulever les pare-chocs et les agrafes.  
Un cutter à lame large pour découper la mousse. Une lame fine est utilisable, mais plus fragile et moins pratique pour cette opération.  
Une clé plate ou à tube de 10 pour les écrous de fixation des pare-chocs et du tube de selle.  
Un stylo à bille pour marquer la zone à découper sur la mousse.  
Une règle de 30cm (absente sur la photo).  
Une pince à bec fin pour attraper les agrafes.  
Un petit marteau pour enfoncer les agrafes neuves.  
Uneagrafeuse de tapissier.  
Des agrafes de 10mm de hauteur, environ une trentaine.  
Optionnel : un couvre-selle en gel (le moins cher possible, c'est pour découper des bandes de gel et améliorer encore plus le confort).



Le couvre selle en gel

Selle d'origine (modèle basique QU-AX pour la démonstration)



# Technique



Vue des fixations : pare-choc avant (4 écrous borgnes + rondelles), tube de selle (4 écrous + rondelles), pare-choc arrière (2 écrous borgnes + rondelles).

Retirer tous les écrous et rondelles, ainsi que le tube de selle.

Retirer le pare-choc arrière en faisant doucement levier avec le tournevis plat.



Retirer les agrafes depuis l'arrière de la selle jusqu'à la poignée de selle.

Pour extraire chaque agrafe, glisser tout d'abord le tournevis sous elle, exercer une torsion douce pour la décoller du revêtement, puis l'attraper avec la pince.

Décoller le tissu de la mousse, depuis l'arrière jusqu'à la poignée de selle, en tirant doucement dessus. Un bruit d'arrachement est normal, un peu de mousse reste parfois collée au tissu.



Tracer de petits repères sur la mousse pour ensuite délimiter la zone à découper : avec la règle qui va de la vis arrière gauche du pare-choc à la vis avant droite du tube de selle.

Même chose de la vis arrière droite à l'avant gauche.

Au niveau des vis arrières de fixation du tube de selle finir le tracé à main levée sur la mousse. La zone à retirer est hachurée sur la photo.



Pour les plus jeunes ou les maladroits, attention à ne pas vous couper ;-)

Avec le cutter, découper en biais les bords de la zone sur environ 2cm de hauteur. Le biais n'est pas indispensable, juste plus confortable par la suite ;-)

Puis horizontalement pour enlever la pièce de mousse.

Ne pas s'inquiéter si la mousse fait quelques peluches, ce n'est pas très grave.

## Technique



Étape optionnelle : la mise en place de bandes de gel pour améliorer encore plus le confort. Je n'ai pas trouvé de solution satisfaisante pour fixer ce gel, mais il semble tenir assez bien en place tout seul. Peut-être en le cousant dans la mousse ?

Avec le couvre selle en gel: découdre/découper les coutures du couvre-selle pour accéder au gel, marquer trois bandes d'environ 2 à 3cm de large sur 10cm de long. Découper ces trois bandes et ne pas conserver la bande provenant de la bordure du gel, elle n'est pas assez épaisse.

Poser les deux bandes restantes de part et d'autre du canal périnéal découpé dans la mousse.



Remise en place du tissu:

bien tirer le tissu vers l'arrière pour le tendre et placer une première agrafe au milieu. L'agrafe ne sera pas totalement enfoncée dans le matériaux, nous nous en occuperons un peu plus tard. Attention à ce que les bandes de gel ne bougent pas si vous avez choisi d'en placer.

Partir de cette première agrafe et continuer à tendre le tissu pour l'agrafer en progressant vers l'avant jusqu'à rejoindre le tissu encore fixé. Là-encore ne pas s'inquiéter si les agrafes ne sont pas totalement enfoncées, il faut surtout s'occuper de bien tendre le revêtement. Ne pas économiser les agrafes ;-)

finir d'enfoncer les agrafes avec le petit marteau remettre en place le pare-chocs arrière.



Vues de la selle taillée, on voit bien que l'appui se fait maintenant sur les ischions (os du bassin sous les fesses et entre les jambes), et que le coccyx est « dans le vide ».

Remonter le tube de selle (une rondelle et un écrou borgne par vis) en positionnant la selle le plus loin possible vers l'avant, l'avant de la selle doit remonter le plus haut possible. Ceci finira de placer le coccyx dans le vide et permettra l'appui sur les ischions.

## Stats CFM

# Des chiffres et 3 lettres

Par Hypo'Phil

La première Coupe de France de monocycle a été organisée en 2004 à Dinan, par le valeureux club de la Beaumanoir qui avait eu le grand courage de se lancer pour cette première. Des Coupes de France ont suivi en 2005 et 2006, respectivement à Sophia Antipolis et Nantes

Le but de cet article est juste de présenter, en se basant sur les données transmises par les organisateurs, l'évolution du nombre et du type des participants et de quelques résultats en athlétisme, sur ces trois années consécutives de CFM.

D'abord, le nombre de participants a oscillé entre 140 et 200 environ, sans tendance nette entre les trois années. Le nombre de participantes a régulièrement augmenté, pour passer de 8% en 2004 à 20 % en 2006. Le monocycle se féminise, en pourcentage, la représentation féminine à la CFM 2006 est déjà plus importante que celle à l'assemblée nationale !

La part des jeunes est restée constante les deux premières années, puis progresse très fortement en 2006. L'avenir semble assuré.

Ensuite, dans le tableau suivant sont représentées les meilleures performances obtenues pendant les CFM pour quelques disciplines. Pour références, les meilleurs résultats obtenus lors du dernier Unicon sont également indiqués.

A quelques exceptions près, les performances s'améliorent toutes à chaque nouvelle CFM. On mesure cependant encore l'écart important par rapport aux résultats des Unicon, sauf peut être pour le saut en longueur. On voit aussi qu'à part dans le gliding, les féminines françaises sont maintenant présentes dans toutes les disciplines. On constate enfin que les féminines à Unicon ont souvent des résultats meilleurs que les meilleurs résultats français, hommes et femmes confondus.

Espérons maintenant qu'on aura l'occasion de faire d'autres rencontres d'athlétisme en France, avec de nombreux participants. Lors des derniers Unicon, on a eu l'impression que les deux seuls pays où des personnes s'entraînent sérieusement en athlétisme sont le Japon et la Suisse. Mais en tant qu'amateur complet et en dilettante, je me suis vraiment bien amusé à concourir pour les différentes courses et j'aimerais bien pouvoir le faire plus souvent en France.



CFM 2004		139 participants		
	H	F		
Juniors:	42	0	30%	
Séniors:	86	11	70%	
	92%	8%		

CFM 2005		198 participants		
	H	F		
Juniors:	51	13	32%	
Séniors:	118	16	68%	
	85%	15%		

CFM 2006		169 participants		
	H	F		
Juniors:	62	20	49%	
Séniors:	73	14	51%	
	80%	20%		

		CFM 2004	CFM 2005	CFM 2006	Unicon 2006
400 m	H	*	1'05"71	1'05"32	58"09
	F	*	1'34"25	1'26"44	1'00"70
100 m	H	15"11	15"67	15"38	12"62
	F	20"69	20"00	20"70	13"65
50 m 1 pied	H	12"86	10"86	9"48	7"77
	F	-	16"83	13"74	8"54
Parcours IUF	H	23"26	23"01	22"40	19"93
	F	28"96	27"50	29"91	20"21
30 m marcher sur la roue	H	13"50	13"01	12"07	7"34
	F	-	13"86	24"39	8"05
Gliding	H	15,5 m	50,8 m	54,6 m	93,9 m
	F	-	-	-	82,4 m
Coasting	H	-	79,0 m	85,0 m	154,1 m
	F	-	-	6,03 m	133,75 m
Hauteur	H	60 cm	80 cm	90 cm	98 cm
	F	-	30 cm	75 cm	72 cm
Longueur	H	2,03 m	2,35 m	2,5 m	2,55 m
	F	-	0,90 m	1,1 m	1,4 m
Lenteur avant	H	17"38	23"30	25"73	41"50
	F	16"37	20"23	18"06	51"46
Lenteur arrière	H	13"56	14"98	20"32	34"84
	F	-	21"91	15"69	39"09
		* piste de 350 m			

Tableaux du haut: Proportion des catégories de participant pour chaque CFM

Tableau ci-contre: Evolution des performances

Événement  
Mono

WUNSCHKONZERT

Par Stoine et Gagou

# Prononcez : Vouchkonzerte

Photos : Valérie Delecroix & Gagou



ci-dessus : Un bout de l'aire de trial, à l'intérieur de l'usine

ci-dessous : Le proto triple fourche de Spencer Hochberg

Départ de Rennes le jeudi matin, huit heures, il fait froid, mais on est motivé.

Chanceux comme pas possible, malgré plus de deux heures d'attente, on est pris par un gars bien sympa qui nous emmène tout droit à Bruxelles ! Le stop, ça marche !

Un belge bien sympa nous emmène à 500 mètres du Abenteur Halle. On arrive donc vers minuit et demi dans cette ancienne usine réaménagée en skate-park et salle d'escalade!

On a été accueilli très amicalement par Olaf, qui est toujours de bonne humeur et prêt à aider n'importe qui ! Du coup on était bien fatigués, mais on a aidé à ranger les bières (y'en avait une quantité hallucinante !)

On a rencontré Spencer Hochberg, qui nous a montré un proto Kris Holm : une sorte de triple fourche !!

Après ça, les espagnols débarquent, tous bourrés, rigolant à souhait et, étonnamment, parlant tous anglais ! A 6h du mat', enfin, ils vont dormir et nous aussi...

Vendredi matin, vers 13h, petit déjeuner allemand (Brötchen, charcuterie et autres) et arrivée de tout plein de monde, on attend avec impatience l'arrivée d'autres français!

D'ailleurs, vers 15h, Yoggi arrive, sans mono...

problème de dos : unicycle forbidden ! Puis Enzo et Adrien (avec toute sa famille et ses tricks de bourrin de ouf de mort).

Grosse session de flat entre Shaun, Spencer, Adrien, Enzo, Mike Swarbrick et Kelly Hickman (l'inventeur du Hickflip et grand pote de Shaun). Le 720 passe plusieurs fois et le quintuple wrap roll d'Adrien fait halluciner tout le monde !! Un peu plus tard, on voit arriver la Keukly Team : Loic (avec son père), Mirethu, et Samiaul, avec sa superbe fourche gryère.

Pendant ce temps un freestyliste allemand nous fait du coasting debout arrière : blasant...

Tout le monde (enfin, les français en tout cas) se demande quand arrive le repas du midi et, enfin, vers 19h il arrive ! Mais c'est le repas du soir... Ici, on mange le petit déj' à midi, le repas d'après (et le dernier) vers 19h...

Après le repas on nous demande d'aider à faire les zones de trial, ce qu'on fait (un peu) avec l'aide de Yoggi, qui installe une zone simple, mais dure : un drop, départ à 3m et des patates, arrivée deux mètres en dessous, sur une planche sur deux pneus !

Le trial commence, moi (Gaël), je regarde des dingues sauter partout, et un compétiteur me demande de juger. Étonné, mais de bonne foi, j'accepte. Je suis donc commis juge à l'arrache... Lutz EichHolz a réussi le plus de zones. Les résultats sont sur [www.wunschkonzert.net](http://www.wunschkonzert.net)

Après ça la compétition de best trick commence (vers 1h du mat...), ayant appris à rouler sur les manivelles quelques heures avant la compet', je me lance, et participe... mais



## Événement Mono



Ci-dessous: Une zone de trial !

Ci-dessus: riders français américain canadien pendant la compétition de flat



Loïc et son Hick Triple et Alexander (un espagnol) qui fait du violon sur monocycle, et qui fini avec une descente en salto arrière, gagnent haut la main la compétition... à l'applaudimètre !

Les deux vainqueurs ex aequo reçoivent une chope de bière en guise de médaille. C'est une poterie faite à la main et le propriétaire peut la remplir de bière à volonté jusqu'à la fin de la convention (trop cool !!!).

Ce vendredi, contrairement au jeudi, ce sont les allemands qui boivent à plus soif, et rient toute la nuit !

Samedi matin, vers 13h, les gens se lèvent, mangent et attendent la compétition de flat, animée par Yoggi, et se déroulant comme à la CFM, sous forme de battles. Mélange de freestyle et de flat, y'avait du gros !!

Ont participé 4 freestylistes : Till, Jan, Torsten Chantz, Felix Dietze et 5 flatteurs, à savoir, Loïc Baud, Adrien Delecroix, Enzo Ventura, Shaun Johansson et Spencer Hochberg.

Ils sont tous passés une fois, puis se sont affrontés sous forme de battles de 2 minutes. Felix a fait un run parfait : c'est le seul qui n'est pas tombé lors du premier passage...

Le street s'est déroulé vers minuit, il y avait 10 participants : Loïc, Adrien, Samiaul, Shaun, Kelly Hickmann, Spencer, Mike, Stoine, Kevin McMullin et David Weichenberger. Là tous les participants sont passés deux fois. Encore une fois y'avait du gros et de la hauteur (drop de deux mètres, avec un 180 unispin, ou encore un cranckflip) et de très bons grinds !

La soirée s'est terminée en Uno à boire avec les espagnols, puis pour l'un d'eux en drague d'une Danoise, très mignonne en effet...

Pour finir je dirais que c'était une super convention, mais que les épreuves très tardives font que pendant la journée il ne se passe pas grand-chose. Pour les non-professionnels de la chose, on a tendance à se demander quoi faire ! Heureusement que le rubik's cube existe ! Mais il n'empêche que si une version 4 se fait, j'y serai !

Par Adrien Delecroix  
Photos : Valérie Delecroix

# Seatwrap roll

Seatwrap roll to 180 body, c'est quoi ce trick ?  
Une figure que je prends plaisir à faire. Pour un grand nombre de riders et avec une pointe de persévérance, elle est tout à fait réalisable.



Le départ se fait selle devant avec des petits bonds (fig. 1).

La main gauche sur la poignée et la main droite à l'arrière droit de la selle. Les manivelles sont à l'Horizontale. La position des mains, droite ou gauche devant, comme tout ce qui va suivre dépend entièrement de nos différentes personnalités. Chacun doit s'approprier toute figure comme il la sent au mieux.

Tout ce qui va suivre est un enchaînement qui se réalise assez rapidement. Alors, pourquoi ne pas travailler chaque mouvement indépendamment puis, assembler le tout au fur et à mesure jusqu'à l'obtention du trick complet. Pour cette figure, ma préférence est à gauche mais si pour vous c'est la droite, alors, tout par la droite.

Assez discutailié, allons-y ! Car depuis le temps que vous faites des bonds sur place, vous devez commencer à fatiguer.

On est prêt, on se lance ! Inclinez légèrement le monocycle vers la gauche. Faites passer la jambe gauche entre le mono et votre jambe droite de sorte qu'elle soit devant afin que le pied vienne pousser une fois le pneu vers l'avant (fig. 2).

Lorsque le pied a terminé sa poussée, la main gauche passe le relais à la main droite qui maintient fermement la poignée (fig. 3).



# *to 180 body...*



Ce passage de la selle d'une main à l'autre avec les deux bras également vers l'arrière du corps est un peu difficile. Le monocycle est maintenant légèrement incliné vers la droite. Dans la foulée, la jambe gauche va ramener le pied sur le haut de la manivelle gauche (fig. 4).

Les manivelles terminent leur rotation, elles sont parallèles au sol, la pédale droite est vers l'avant, la jambe et le pied droit ne la touchent plus (fig. 5).

Avec ce dernier mouvement, nous créons un élan et on donne une impulsion au corps de sorte à lui faire faire une demi-rotation, "le 180 body" (fig. 6).



## Figures / Technique



La réception des pieds se fait sur les manivelles ou les pédales et nous nous retrouvons face à l'avant du mono (fig. 7).

Le trick est plaqué, bien joué ! On garde l'équilibre et on repart en roulant tout fier (fig. 8-9) ou pourquoi pas, en enchaînant une autre figure. Au diable l'avarice !

**BON RIDE A TOUS !!**



Par Valérie

## Unistyle

Photos : Valérie Delecroix



C'est l'histoire d'une association qui est née sur Clapiers il y a pratiquement 4 ans, grâce au désir d'un groupe de jeunes adolescents...

sur le site de Xavier... Il progresse très vite, ce qui réveille la curiosité de Romain Bouschbacher, son voisin et qu'il incite à le rejoindre dans la pra-

Juin 2005, fête de la musique. Ce soir là, nous nous trouvons sur Teyran, un village héraultais près de Clapiers, où l'ambiance festive est au rendez-vous.

Adrien Delecroix en est à ses tout débuts en mono et, en dehors de la foule, il s'acharne à enchaîner quelques tours de pédales sur son QU-AX (qui resta peu de temps à son service (1 mois) car Adri passa rapidement au trial avec un Devil Gold).

Pendant la soirée, un gars s'approcha de lui. Il se présenta, lui dit qu'il savait en faire et lui demanda s'il pouvait essayer son mono.

C'est grâce à ce mono qu'Adri fit la connaissance de Xav' (Xavier Collos), qui lui proposa de le retrouver à l'asso Unistyle à Clapiers en septembre si ça l'intéressait.

Pendant tout l'été, Adrien continue le domptage de son monocycle. Il trouve des vidéos sur Internet, tombe



Téléthon 2007

tique de ce drôle d'engin. Adrien lui parle de sa rencontre avec Xav', de son asso sur Clapiers et dès la reprise des activités d'Unistyle, tous deux ne manquent pas de s'inscrire et suivre ainsi le rendez-vous mensuel.

Nous découvrons ainsi qu'il existe une fédération. Aussi, Xavier les informe qu'à la fin du mois d'octobre, la

Coupe de France de mono se tiendra à Valbonne, près de Nice. Il leur dit aussi que c'est un événement très sympathique, avec une ambiance formidable et que, si ils peuvent s'y rendre, ils pourront voir, découvrir et participer aux différentes disciplines du monocycle.

Les 2 potes sont emballés, ils en ont l'eau à la bouche ! En plus c'est pendant un long week-end de la Toussaint, alors pourquoi pas?

Nous voilà en route pour notre toute première convention !

Peu à peu, les jours et les mois s'écourent et dans notre petit village de Saint-Drézéry, ces deux garçons qui roulent de partout sur un engin à une roue que l'on ne voit "que dans les pistes du cirque", attirent les regards et l'attention des gens.

Ils participent ainsi, à la demande des associations du village, à leur première animation pour le Téléthon 2005, puis à des démonstrations lors de journées pour les jeunes.

C'est stupéfiant et peu ordinaire ce que l'on peut réaliser sur un monocycle ! C'est pour ça que deux acolytes supplémentaires se joignent à leur duo.

L'été suivant est là et avec lui l'opportunité de rencontrer beaucoup de monocyclistes : UNICON XIII à Langenthal en Suisse! Ravis des bons mo-

ments vécus à Valbonne, nous réitérons l'aventure et partons pour cette Convention Internationale.

Ce fut une fabuleuse expérience ! De plus, Alexandre, le petit frère d'Adrien, vient d'avoir un mono pour son anniversaire et c'est pendant ces UNICON qu'il parvient à rouler tout seul !

Septembre 2006, le 9 pour être précise, c'est l'Assemblée Générale d'Unistyle, ce qui annonce la reprise des rendez-vous ! Le bonheur quoi !!!!!

Mais cela est de courte durée car Xavier annonce que cette année, il est dans l'impossibilité de s'occuper de l'asso. Donc, si personne ne reprend les rênes, ce sera la fin d'Unistyle... Adri et Rom, présents lors de cette assemblée, se regardent très brièvement et réagissent spontanément :

"Dissoudre Unistyle ? non ! Ce n'est pas possible, elle ne doit pas s'éteindre..."

Tout ce qu'ils ont découvert, vécu grâce à elle est formidable. Ils veulent continuer cette aventure et perpétuer la pratique du monocycle. Ce sport apporte tellement de moments sensationnels, de convivialité, de partage avec ses amis et sa famille. Il forme une grande famille de mono-



Ci-dessus : Une partie d'UNISTYLE saison 2007/2008

Ci-dessous : Rendez-vous hebdomadaire du mercredi après midi

cyclistes, pas seulement française, mais mondiale.

Alors que vous reste-t-il à faire face à ces deux jeunes passionnés et motivés ?

Une seule solution : tenter cette aventure avec eux !

L'assemblée se termine, je la quitte avec dans une main un monocycle tout-terrain 24" et dans l'autre, le dossier administratif et la présidence d'Unistyle.

Nous habitons Saint-Drézéry, un petit village typiquement languedocien de 2000 habitants, avec un château et un parc où, cet après midi du 9 septembre 2006, se déroule le forum des associations à partir de 14h. Officiellement, nous n'existons pas sur la commune et de plus, il est déjà 13h.

Pour Adrien et Romain, ce n'est pas un problème ! Mes deux premiers adhérents ont en eux une énergie de plusieurs milliers de volts ! Et ils ne perdent pas les pédales, c'est le cas de le dire.

Vite ! Sur le pc ! Et en deux clics, ils créent de petites cartes :



Si le monocycle t'intéresse, alors rejoins-nous ! Renseignements au .....

Puis, installés sous un pin du parc avec une toute petite table de camping et deux monocycles, c'est la Naissance D'Unistyle à Saint-Drézéry.

Les gens posent des questions : " C'est difficile de tenir dessus ? ", " Depuis combien de temps vous en faites ? " ...

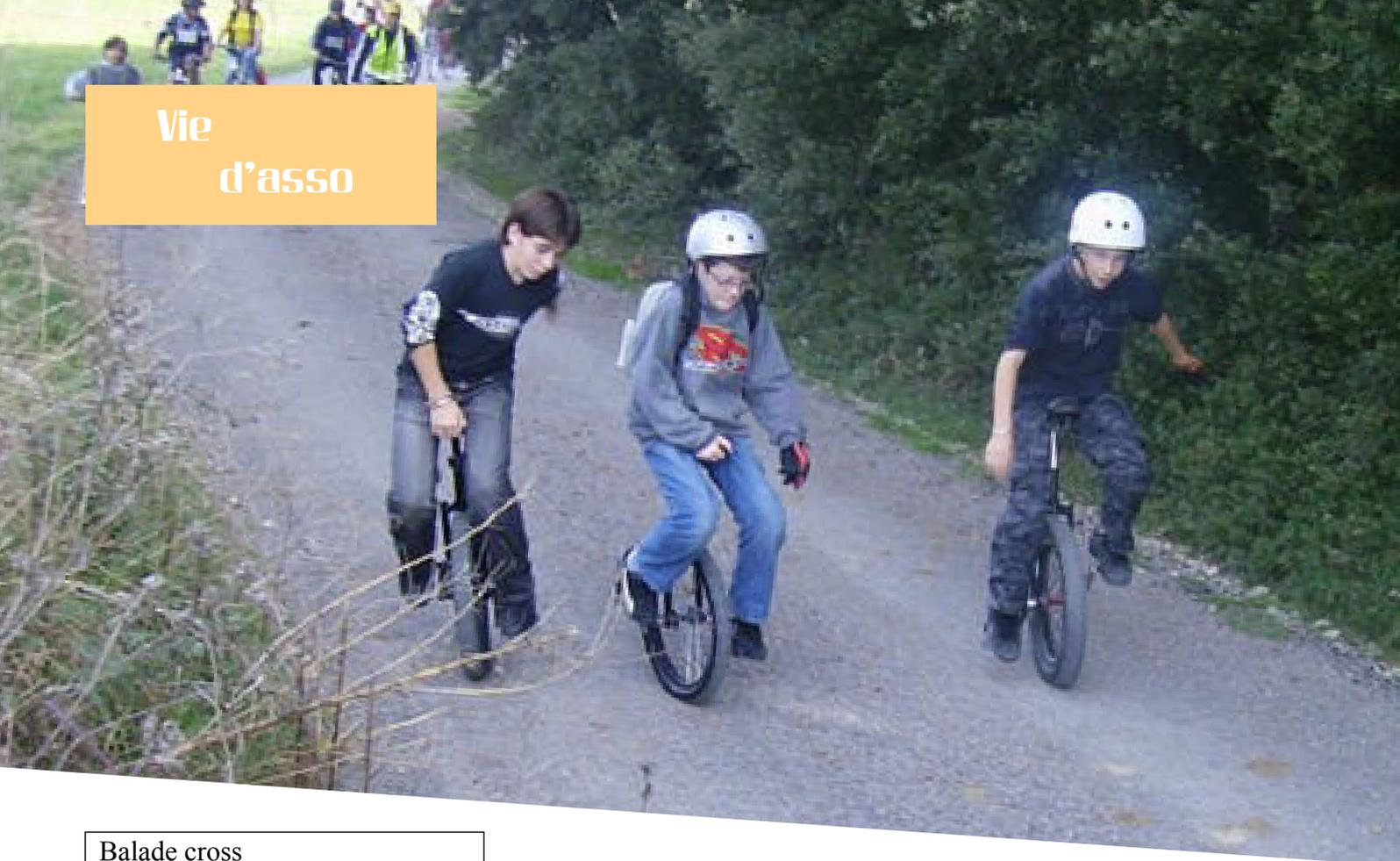
A la fin de l'après-midi, quelqu'un d'autre se pose des questions... Cette fois-ci c'est moi :

" Comment allons-nous nous y prendre ?", " Quels jours les rendez-vous ?", " les horaires ?", " le matériel ?" ...

Heureusement que le site de la FFM existe. Son contenu ( girafon, liens vers d'autres asso, vers les fédérations d'autres pays, les témoignages, ...) m'a été très utile et continue de l'être !

La semaine suivante, nous avons constitué le nouveau bureau avec Eric Bouschbacher et Céline Novik. Cela m'a permis de régulariser toute la





## Balade cross

paperasse administrative de la préfecture, de la mairie, de la banque et de l'assurance de l'asso.

Aujourd'hui, près d'un an et demi après, Unistyle regroupe une trentaine de monocyclistes âgés de 7 à 21 ans (et sûrement plus dans l'avenir!). Adhérer à Unistyle, qui est une asso affiliée, c'est adhérer systématiquement à la FFM.

Nos rendez-vous hebdomadaires ont lieu le mercredi après midi pour les débutants et le samedi après midi pour les confirmés. Ces rendez-vous sont basés sur la devise suivante : Se faire plaisir avant tout !

Nous abordons différentes disciplines : initiation au basket, street, flat, trial, mais aussi des parcours de slalom, courses de relais, jeux en monocycle (inspirés par la convention « Y'a du jeu dans ta roue ») et sans oublier nos balades cross auxquelles nous convions les parents, les amis ... . Ces sorties sont très importantes pour les enfants et les ados, car ils partagent des moments privilégiés très forts. De plus, nous ne manquons pas de terminer ces balades par de bons goûters où l'animation est au rendez-vous (test de BC Wheel, de Girafe ou encore de Pogo Stick (engin permettant de sauter verticalement)). En juin 2006, nous avons même fini notre sortie par une

bonne grillade suivie d'une nuit en camping sauvage (sur terrain privé) !

Même si je suis présente à tous les rendez vous, ces derniers sont réalisables grâce à un trio de choc :

Adrien, Romain et notre charmante Marine Mirault également créatrice de notre site Internet : [www.unistyle.fr](http://www.unistyle.fr). Merci à elle pour son formidable travail. Etant donné que je suis dans les remerciements, je ne veux pas manquer de les adresser à Stéphane Ruiz (le papa de Charly, jeune monocycliste de 8 ans) qui nous a fait la surprise de nous créer le logo d'Unistyle.

Il n'est pas toujours facile et sans peine de gérer des enfants et des adolescents. Leurs demandes sont différentes en fonction de leur âge, de leurs envies, de leurs capacités. Il faut éviter le découragement et donner plus d'importance à ce que chacun arrive à réaliser, à son rythme, au fil du temps.

Mais lorsque l'on prend le temps de les écouter, que l'on est attentif à leurs attentes, que l'on est patient, que les plus grands s'impliquent dans l'évolution des plus jeunes, que l'on diversifie les activités des rendez-vous, alors, tout paraît plus simple. Et croyez-moi, même si tout cela vous

semble un sentiment personnel, le résultat est là.

Leur joie est immense, leur fierté débordante, leur confiance en soi grandissante et le plus pur des diamants, dans ces moments là, a moins d'éclat que leurs yeux...

Et moi dans tout ça, il est vrai que je ne sais pas faire de mono, je suis un peu trouillard ! (j'ai quand même essayé d'en faire, toute seule dans mon couloir, mais professionnellement j'ai trop besoin de mes bras et jambes, donc je dois les préserver!). Je suis très fière d'eux et très heureuse de pouvoir contribuer à tout cela .

Et le remerciement, on ne l'attend pas. Car il est là, avec cette vie qui émane d'eux.

Eric-Emmanuel Schmidt a dit : "Ce que tu gardes pour toi est perdu à jamais, ce que tu donnes aux autres est à toi pour toujours"

A travers eux, je roule aussi un peu. Bon STOP ! Il faut que j'envisage sérieusement d'apprendre à rouler !

Voilà comment Unistyle s'est retrouvée et vie maintenant à Saint-Drézéry . Et si votre mono vous mène un jour vers chez nous, venez, nous serons très heureux de votre visite !

# Rock riding & crank Roll

Par Pyairot

Photos : Aurélie Catalino & Serge Divers

Cette CFM a été organisée à partir de la fin août. Yoggi nous avait fait part de son envie d'organiser les épreuves de Flat et de Trial à Buthier. L'organisation pour le camping est aisée. Yoggi avait aussi à cette époque, une solution copieuse pour les repas.

De mon côté, je trouvais faisable d'organiser un cross là-bas, c'était également un bon moyen d'avoir une très belle épreuve de trial pendant une CFM (j'aurais beaucoup aimé qu'il y en ait eu une à Nantes).

Comme le logement et la nourriture forment une grosse part des soucis et qu'en 2006, le nombre d'épreuves avait été trop important (Imposant aux organisateurs un rythme trop soutenu) il a été décidé de se lancer dans l'aventure.

Je suis arrivé là bas le jeudi soir, ce qui permet d'arriver décontracté et d'apprécier le fléchage que Yoggi a placé tout l'après-midi.

Le vendredi on fait la reconnaissance pour le muni avec Bobousse. Autant dire que la zone de Buthier ne nous a pas aidé. Ou c'est plat, ou c'est infranchissable, rocher, sable, barrière, on a fait ce que l'on pouvait, mais je l'ai trouvée sympa cette petite balade.

Les monocyclistes arrivent petit à petit et partent directement sauter sur les rochers. C'est vrai que la première fois que je suis arrivé à Buthier, je ne savais pas où donner de la tête ; on a envie de sauter partout. Les flateurs se retrouvent sur les terrains de tennis, ça promet pour la compet' du lendemain...

La soirée est détendue, j'ai beaucoup aimé les jeunes qui passaient les pires tricks sous les lumières des WC.

Le samedi c'est compet' et pour moi elle a consisté à inscrire tout le monde en un minimum de temps. Ce n'est pas normal qu'il n'y ait eu que 25 préinscriptions, alors que tout avait été mis en œuvre pour faciliter le paiement. Un grand merci à ceux qui ont fait l'effort.

Yoggi devient expert dans l'art de tracer les zones de trial. Certaines années, aux koxx days, les catégories étaient sous-évaluées. Cette année vu les résultats, c'était très bien fait. C'était assez drôle d'entendre les monocyclistes "Mais c'est des malades, on va y laisser nos rayons". Bravo à tous les participants qui se sont surpassés.

Les secouristes sont venus pour rien.

Une heure après, on commence le flat. Ceux qui se sont présentés avaient à 75 % le niveau du podium street des



Xavier Collos pendant la compétition de flat

AC

## Evénement Mono



Ci dessus: Zone de trial naturelle, CFM2007

Ci dessous: Lucas Millisher, trial expert, CFM2007

derniers UNICON. Pour une première épreuve du genre et elle devait avoir lieu, ça s'est très bien passé. Ceux qui sont arrivés en huitième de finales le méritaient et les juges (le team koxx) ont fait un bon boulot. Après il y a eu du copinage entre battles mais s'il y avait eu des juges (Pour avoir le niveau de juger, vous auriez été copain avec l'un ou l'autre) ça aurait été pire (qui voudrait juger Adrien Delecroix vs Kristian Kovac ?). L'ambiance émise par les projecteurs a permis de réchauffer un public qui ne demandait que ça. Pour la soirée, ça m'a moins plu. J'ai organisé les CFM pour les monocyclistes qui aiment faire la fête sans trop d'excès. Je n'ai de leçon à donner à personne,



mais ça m'ennuie quand même.

Le traçage du cross s'est fait dans de bonnes conditions. J'ai oublié de dire à Toinou de vous faire mettre vos dossards devant, je m'en suis bien mordu les doigts pour l'arrivée.

Un grand pardon à toutes les filles inscrites dans cette épreuve, pour qui j'ai oublié le podium.

Je garde une bonne impression de cette CFM. Je remercie Yoggi et tous les membres de la FFM sans qui, il n'y aurait pas eu d'édition 2007.

On aurait tous aimé qu'il y ait du basket, de l'athlé (le saut en hauteur ?), un 10 km...

Mais bon qui embarque pour la CFM en 2008 ???

« *Le tour du monde en 80 jours* » De Jules Verne.  
Par Djé

Une fédé et des compets: les monocyclistes deviennent des sportifs! Pour t'éviter de devenir trop abruti, le Girafon te présente, en une page, les grands chefs d'œuvre de la littérature française. Pour que les championnats du monde monocyclistes ne soit pas des Cons Unis!

Philéas Fogg est un riche célibataire anglais. Passepartout est son domestique.



Philéas lit un jour dans son journal préféré que l'on peut faire le tour du monde en 80 jours.



Philéas parie 20000 livres avec les membres de son club qu'il peut réussir cet exploit.



Mais l'inspecteur Fix soupçonne Philéas Fogg d'être un voleur et décide de le suivre.



Après un voyage en bateau, Philéas commence son périple en Inde. Il passe la figure de la « vache sacrée ».



Puis au Japon, Philéas gravit le Mont Fuji en « langue walking ».




Il arrive en Angleterre à la date prévue.



Aux States il descend les collines de Frisco en « Bottom gliding ». Aie ça pique!



L'inspecteur Fix l'arrête et le garde en prison durant une journée. Philéas a perdu son pari. C'est ballot!



Mais ayant fait le tour du Monde d'Est en Ouest autour de la planète, Philéas a donc gagné une journée sur le Soleil. Il file à son club. Son pari est finalement gagné. **FIN**



Ah! Ca fait du bien de se cultiver un peu... Dans la prochaine rubrique du Girafon Littairère « Les Misérables » de Victor Hugo ou « Ma vie, mon œuvre » de Loana. Merci à monolivier et Jack.