

**Spécial participants semaine
vacances dans le Verdon**



Montceau Tri Mag



**Camping Les lacs du Verdon
Régusse
14 au 21 avril 2018**



SPORT



TOURISME



CONVIVIALITE

En vélo dans l'Verdon, on s'dépasse même quand le goudron fond !

Dès le dimanche matin, différents groupes étaient constitués et partaient à l'assaut des routes provençales. Avec ce soleil resplendissant, sur des routes plutôt sinueuses, de belles bosses, des petits cols, la relance était de mise. Et cela tous les matins excepté le jour de la rando canoë. Certains, inscrits sur le L d'Aix en Provence seront allés reconnaître le parcours vélo. Le jeudi, un groupe s'élança sur les routes et les hauteurs du Naturman sur lequel quelques uns s'y frotteront en octobre prochain. Bref, des parcours de 40 à 92 km, voire plus pour les plus chevronnés, auront permis d'engranger les kilomètres et d'affiner la forme du moment !

Attention toutefois aux déviations et au goudron frais !



Coucou !



Oh !

Hisse !



Facile le coach ! Les doigts dans le nez!
(enfin juste avant la photo...)



Manquait plus que les plumes !



Fatigués ? Jamais !!



La bien nommée ! Qui explosera sur la prochaine de Philippe ?

En canoë, pas de pédales, on rame ! Mais tous capitaines de pédalo ce jour-là !



Coach Benoît nous avait dégotté une sortie canoë avec moniteurs et accompagnateurs. Une vraie expédition avec femmes et enfants à la conquête du Verdon. La colonie de



Régusse quasiment au complet sur l'eau. Un groupe en canoë et un groupe en rando sur les berges à l'aller. Un bon pique-nique et retour à la base en changeant les équipages !



RETOUR A LA BASE ET HOP ! RENFORCEMENT MUSCULAIRE !



Coach Sandrine nous a proposé plusieurs séances. Faut bien souffrir un peu au soleil ! Tiens, tiens, vous remarquerez une présence féminine importante !



Que ce soit à l'entraînement ou en vacances, il ne faut pas se mettre Martel en tête. Et pourtant !



Plusieurs groupes auront randonnée, en particulier sur le chemin du Blanc Martel qui descend au bord du Grand Canyon du Verdon (le plus imposant d'Europe). Le bout du tunnel fut parfois long car il fallait aussi dominer son vertige... que ne connaissait pas ce chamois peu farouche. Des paysages à couper le souffle et une eau d'un vert turquoise exceptionnel !



Ballades à pieds autour de Régusse ou à proximité ne manquaient pas, beaucoup seront allés voir la cascade près de Sillan. Tous ces chemins auront aussi permis aux trailers de raboter leurs semelles (Même si aucune photo ne le montre!). Les trails et les raids ne manquent d'ailleurs pas dans la région, Celui de Régusse/Aupt avait lieu une semaine plus tard. Une autre fois peut-être !

Convivialité : le maître mot

Pas un soir sans rassemblement sur la place du Pizza club MontceauTri gentiment mise à disposition par le camping. Apéro de mise, bien sûr en toute modération évidemment... Chacun apportant de quoi boire, manger ou grignoter. L'occasion d'écouter nos gentils organisateurs, coachs Benoît et Sandrine, nous présenter les possibilités du lendemain avec moult palabres habituels ! « Quand ? Où ? Combien ? Tu disais ? Parle plus fort ! J'ai pas entendu ! Répète ! Tu es sûr ? Fais voir la carte ! Qui est partant ? Etc. »

Et que dire des soirées dans les mobil-homes ? Et de la traditionnelle soirée au restaurant du camping. Le ban Bourguignon y résonne encore !

« Et la facture u ure, elle est des nô ô ô ôtres ! »

Bref, Une réelle convivialité et une ambiance des plus agréables ! Même avec nos ados chéris très compréhensifs !



Mise à l'eau ?

Bientôt la fin de la semaine et les combis de natation toujours bien rangées. Température extérieure proche de 30° au soleil, mais dans l'eau ?

Faut aller la tâter !



Plutôt frisquette les filles, non ?

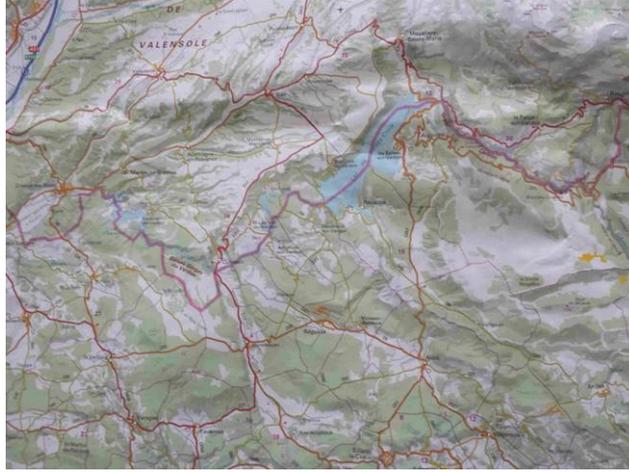


Tout bleus en sortant qu'ils étaient nos deux schtroumpfs téméraires !



14°, 15° ! Chaud devant !

TOURISME



Faire du sport dans un cadre aussi magnifique obligeait donc à visiter la région.

Régusse, Aupt, Bauduen, Aiguines, Esparron, Ste Croix, Moustiers-Ste-Marie, Quinson, Trigance, le plateau de Valensole, les lacs aux couleurs extraordinaires, aux eaux claires et limpides et bien sûr le Grand Canyon nous auront éblouis sous ce soleil estival.

Tous ces villages et paysages auront aussi fait de nous des touristes de haut niveau !



De vrais touristes, non ?



J'oubliais !

Un groupe s'en est même allé à une fête médiévale et il se chuchote que certains d'entre eux se seraient fait fouetter en public. Mais chut, faut pas le répéter... Monter en danseuse le lendemain ne fut pas trop douloureux ! Mais un privilège !

Pour terminer



Ce fût donc une belle semaine de vacances accompagnée par une météo des plus agréables. Dehors toute la journée dans un camping qu'on pourrait qualifier de haut de gamme avec des mobil-homes assez confortables, tennis, city parc, piscine chauffée avec tous ses jeux aquatiques, équipement bien apprécié de tous nos jeunes , mais pas que ! (Vu ! Les séances de bronzette sur les lits de soleil !)

Enfants et ados auront aussi pu profiter d'activités à proximité comme cheval ou escalade. C'était aussi leurs vacances ! Merci à eux d'avoir été aussi sympas !

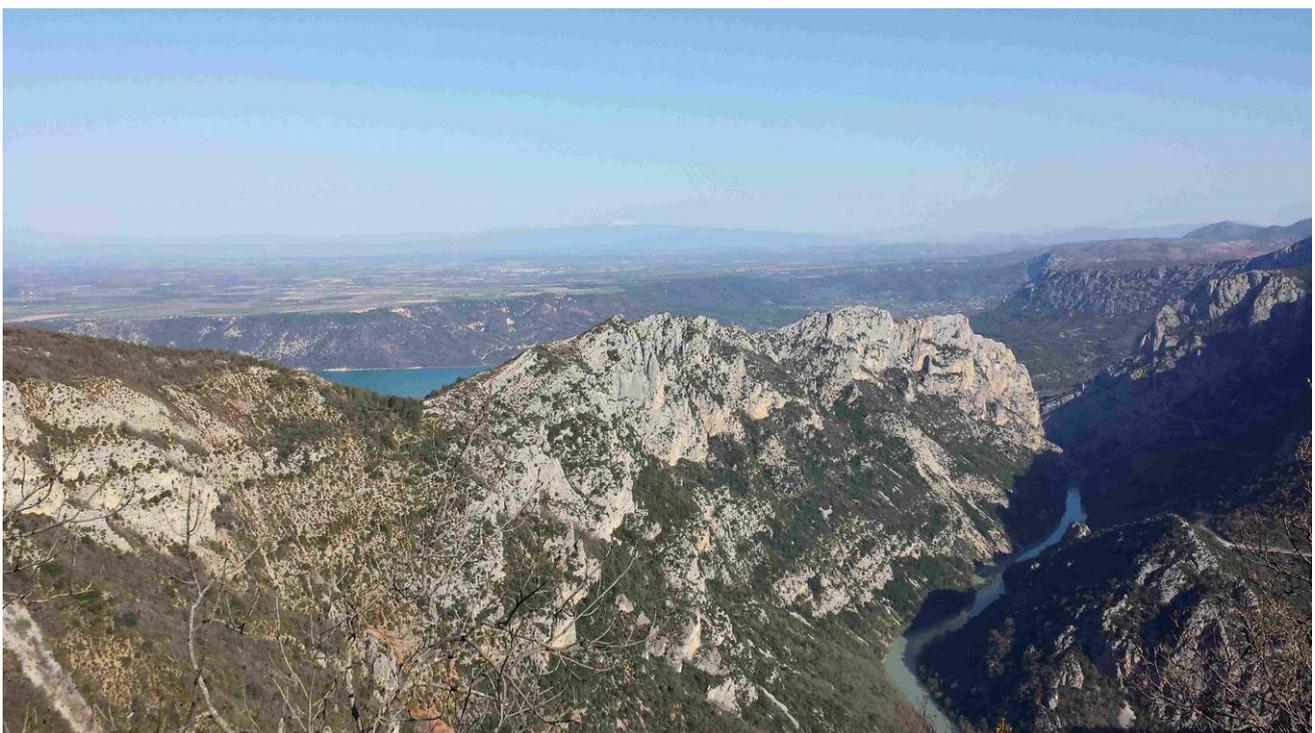
Le camping aussi aura été sympa en mettant à notre disposition la terrasse de la pizzeria et son site d'animation et ses tapis de sol pour les séances de renfo !

Il faut aussi et surtout vraiment remercier **Benoît et Sandrine** qui ont su proposer, gérer et animer dans la bonne humeur cette jolie semaine.

A ce qu'il se dit, nombreux d'entre nous reviendront tôt ou tard.

En tout cas, après l'Espagne, La Londe les Maures et Fréjus vacances précédentes réussies, Régusse nous aura régélé.

A renouveler l'année prochaine de toute évidence !



*Merci aux contributeurs pour leurs photos qui m'ont aidé à réaliser modestement ce petit supplément souvenir.
Christian*