

## Section VTT almanach 2024/2025



VTT, mais pas que... 😊



Edito.

Bonjour 2025, au revoir 2024,

La saison 2023/2024 se termine en toute quiétude pour notre équipe de cycliste, nous consolidons nos acquis et avons terminé certains projets pour en entamer de nouveaux et ce, toujours malgré des emplois du temps serrés, nos terrains de jeux vont à nouveau s'élargir en allant (re)découvrir la forêt d'Argonne autour de Sainte Menehould et découvrir la prolongation de cette même forêt du côté ardennais sur le secteur de Boulton aux bois sans bien évidemment oublier nos tracés favoris : plateau ardennais, vallée de la Semoy, wallonie et Vosges.

Certains d'entre nous continuent d'expérimenter ou découvrir de nouveaux horizons : Châtel, super Morzine, Deuil les bains, Super besse, Bouillon etc..., on attend vos retours concrets !!

Cette année, nous avons aussi innovés en proposant les Vél'escapades à l'intention de tous, sans cotisation, afin de faire découvrir nos belles campagnes environnantes de proximité à nos chères têtes blondes et pourquoi pas les pousser un peu plus loin avec nous.

La nouvelle saison marque aussi le renouveau de nos équipements d'emport : la remorque principale a bénéficié d'une rénovation quant aux supports vélo (merci aux bricoleurs-ouvriers qui ont participé), une nouvelle remorque est en préparation avec l'UIMM et le minibus est toujours utilisé par le groupe pour les déplacements et malgré le départ d'inscrits fidèles, nous sommes toujours aussi nombreux cette année, ce qui nécessite toujours des chauffeurs de covoiturages supplémentaires !!

Un nouveau logo et de nouveaux T-Shirts ont aussi vu le jour !

Merci à toutes et à tous pour cet investissement, merci aux mairies qui aident Familles Rurales autant que faire se peut chaque année.

Ci-dessous, notre nouveau trombinoscope.

Bonne saison à tous !

Thomas Szymanski – Président AFRVS –

Ils ont soutenus Familles Rurales :



Commune de



Commune de



Commune de



Commune de Saint Hilaire  
le Petit



Commune de  
Vaudesincourt

Commune de



Ets Tandart  
Rue des Remparts  
51600 Vaudesincourt







# Alexandre Bardin

Pseudo = Alex

Chef du monde de moto-net.com, il n'en reste pas moins un pédaleur émérite, le cadre surdimensionné de son spad est à la hauteur de ses performances

 **175**

Sa taille (en cm)

**43**

Son âge



**68**

Son poids (en kg)



**65**

Sa fréquence cardiaque au repos (Bpm)

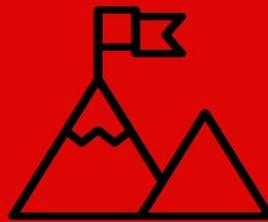


**765**

La largeur de son cintre (en mm)

**170**

La longueur de ses manivelles (en mm)



**29x2.4/2.4**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus av. & ar. (en bar)



**1.6/1.6**

**nope**



Chiffre porte-bonheur



Son/ses spad(s)

- Scott Spark 960 2022

- RR 9.1 2012

- Nakamura Edge Cliff 2016

Son tracé favoris

Ma balade

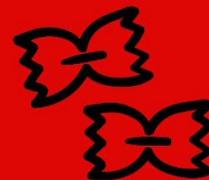
en Balagne

(Haute Corse)



**960**

La hauteur de sa selle (en mm)



**20**

Sa quantité de pâtes à l'année (en kg!)

Phrases cultes et plus :

- La Corse est un beau pays.

=> Alex, la Corse, c'est en France.

- oui, voilà, ne les froissons pas, la France, appartient à la Corse.

- "non, c'est pas vrai, je n'ai toujours pas de vélo électrique!".

Saint-Alex, priez pour nous.





Contact avec l'assurance vie avant la première descente de la journée.



# Andy Vaillant

## Surnom / pseudo : toufou

french rider du terroir,  
toujours chaud pour aller rouler  
dans n'importe quelles conditions.

**160**

Sa taille  
(en cm)

**16**

Son âge



**58**

Son poids  
(en kg)



**65**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**760**

La largeur  
de son cintre (en mm)

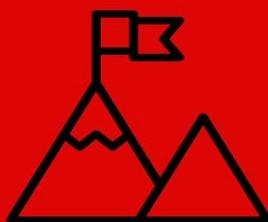
**170**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**280**

La hauteur de sa selle (en mm)



**27.5x2.4/2.25**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.4/1.6**

**16**

Chiffre porte-bonheur



Son/ses spad(s)

Lapierre 527 Edge  
2017

Son tracé favoris

**4 Cross**  
**Lac Blanc**



**15**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

### Phrases cultes et plus :

Andy = un casque intégral ici? pas la peine!"

Coach = Andy? ça va? quoi? on ne comprend rien  
avec tous ces cailloux dans ta bouche."

Andy = j'aurais dû mettre un casque..."

Coach = et un dentier."



Finisher



Enduro de la Semoy 2021/2022/2023 - Roc d'Ardennes 2023



Andy, tour du millénaire / Croix Scaille



# Ange Bedoni

Pseudo = Ange Soriot (no comment)  
En lutte contre l'establisment obligeant les jeunes à se lever tôt pour démontrer son sérieux.

**177**

Sa taille (en cm)

**16**

Son âge



**68**

Son poids (en kg)



**60**

Sa fréquence cardiaque au repos (Bpm)



**780**

La largeur de son cintre (en mm)

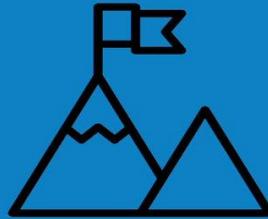
**175**

La longueur de ses manivelles (en mm)



**650**

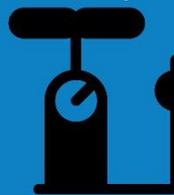
La hauteur de sa selle (en mm)



**27.5x2.4**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus av. & ar. (en bar)



**1.8/1.8**

**179**

Chiffre porte-bonheur

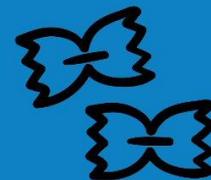


Son/ses spad(s)

**YT Industries  
Jeffsy Cf**

Son tracé favoris

**Avoriaz,  
Super Morzine**



**20**

Sa quantité de pâtes à l'année (en kg!)

## Phrases cultes et autres :

Est en passe de faire des étincelles avec deux bobines de film.

Essaie de soutenir qu'il est occupé à ne rien faire.

Séquestré le samedi matin par une horde d'enseignants qui l'empêchent de s'épanouir.

EDLS 2023, Roc d'Ardennes 2023





Tournavaux ou le spot injustement sous-estimé..

# Tribu Baronnet / Prévot

## Identification des riders

Jibé  
Lucile  
Lilas  
Méloé

**586**

Leurs tailles cumulées  
(en cm)

**88**

Leurs âges cumulés

**178**

Leurs poids cumulés  
(en kg)

**60 à 85**

Leurs fréquences cardiaques  
au repos (Bpm)

**480 à 740**

Largeurs  
des cintres (en mm)

**150 à 175**

Longueurs  
des manivelles  
(en mm)

**y'en a pas!**

La hauteur des  
tiges deselles télesco  
(en mm)

La section des pneus  
av. & ar.

Des grosses roues  
et des petites roues

La pression de leurs pneus  
av. & ar. (en bar)

**à l'oeil!**

16, 32, 9 et 20

Chiffres porte-bonheur



Leurs bicloux

Pleins de vélos avec  
des roues

Leur tracé favoris

Le chemin de  
l'école par les  
petits ponts  
et la rive Philippe.

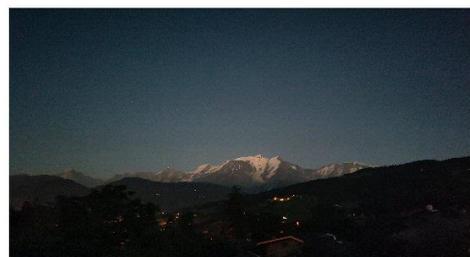


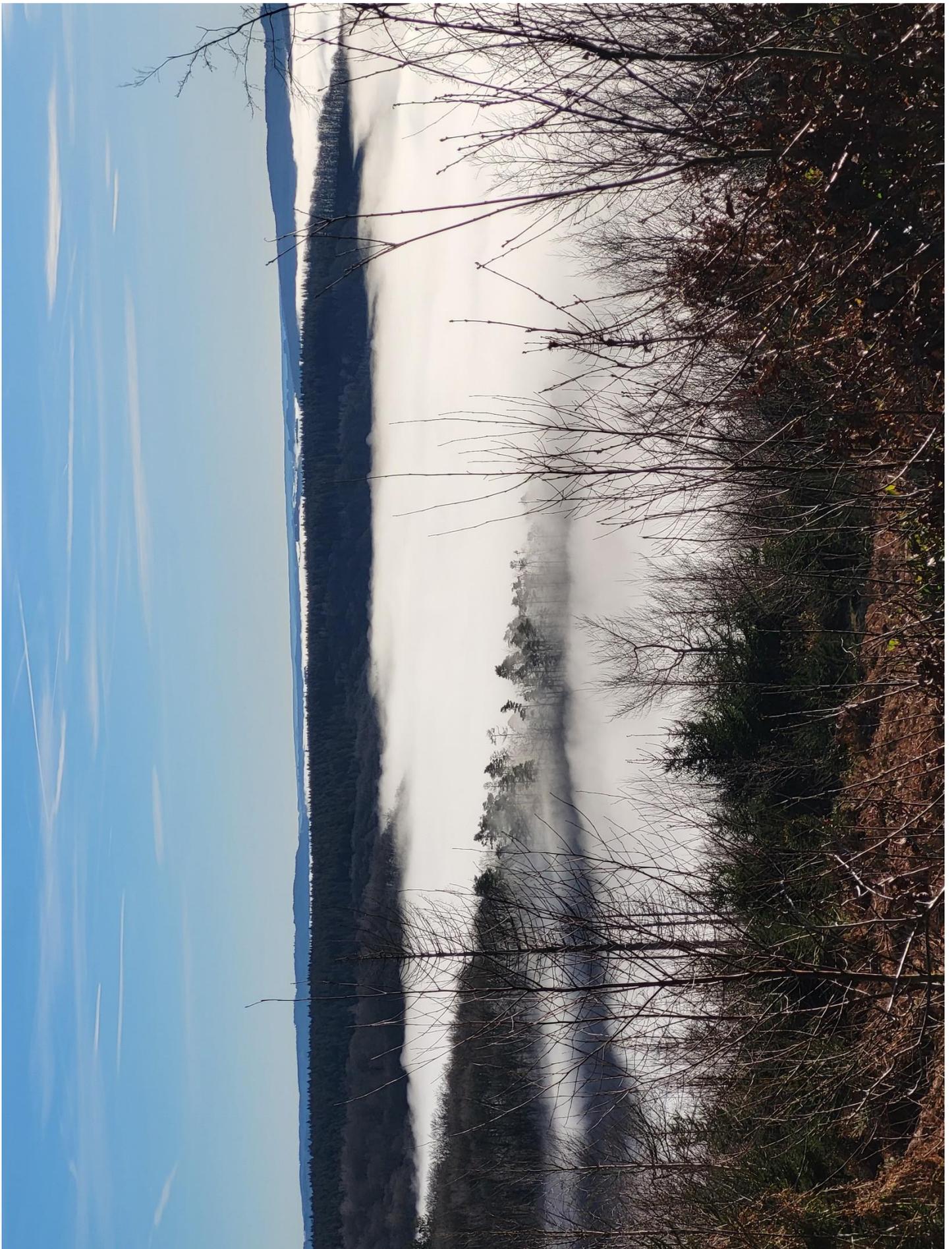
**45**

Leur quantité de pâtes à l'année  
(en kg) Mais petits joueurs!!

### Phrases cultes et plus :

- j'aurais un vélo quand je serais grande!  
=> Super Méloé, ça va venir vite.
- non, mais c'est moi "Lucile" qui parlait!
- "Lucile = allé, les filles un effort!
- Jibé = oui, allé, les filles un petit effort.
- Lucile = Jibé, je parlais aussi pour toi."





## Mer de nuages – Nohan/Semoy Décembre 2024

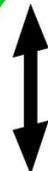
Section VTT saison 2023/2024– AFR Vallée de la Suipe – Association reconnue d'IG depuis 07/1983



# Björn S.

## Surnom = xxdarscism

(on pense que son clavier était cassé quand il l'a écrit)

 **172**  
Sa taille  
(en cm)

**13**  
Son âge



**53** Son poids  
(en kg)



**60**  
Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**760**

La largeur de son cintre  
(en mm)

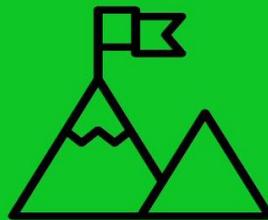
**170**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**640**

La hauteur de sa selle (en mm)



**27.5x2.35**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**le 8**

Chiffre porte-bonheur



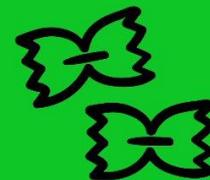
Son/ses spad(s)

**Giant Stance 2 2015**

custom

Son tracé favoris

La Virolo  
(La Bresse)  
et la Flow  
(Lac Blanc)



**25**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

Phrases cultes et autres :

- quand est ce qu'on va au bike park?
  - quand est ce qu'on va au bike park?
  - quand est ce qu'on va au bike park?
  - quand est ce qu'on va au bike park?
- mais que veut il dire exactement?



Participation à l'EDLS 2023

(blessé au combat)

Roc-Roy 23/24

Roc d'Ardenne 23



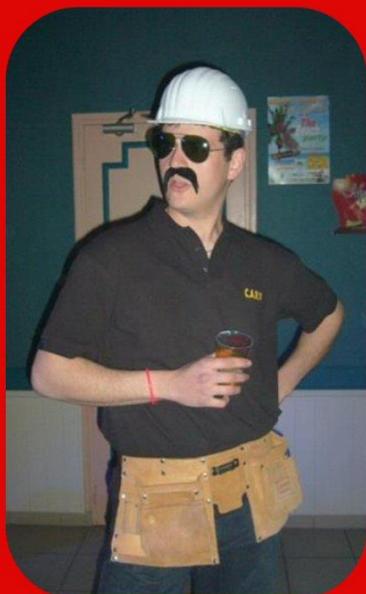


Fin de session au trail center de Breuil (Morvan).

# Cédric Cotret

Pseudo = Céd'

AYAI!! il a passé les 40, donc il a craqué pour une autre nouvelle monture d'assisté, mais qu'est qu'il est influencable!!



**186**

Sa taille  
(en cm)

**40**

Son âge



**85**

(à vide)

Son poids  
(en kg)



**65**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**800**

La largeur  
de son cintre (en mm)

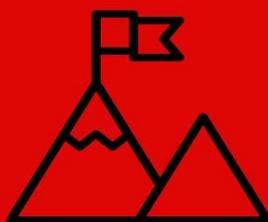
**170**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**680**

La hauteur de sa selle (en mm)



**29x2.5/2.5**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.8/1.8**

**15**

Chiffre porte-bonheur



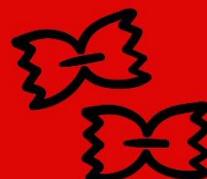
Son/ses spad(s)

- Marin Wolf Ridge 9.
- Orange Bike Phase MX
- Intense Tracer 2022

Son tracé favoris

Toujours le SIF

(y'a un truc  
avec ça)



**25**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

Phrases cultes et plus :

- " j'hésite à prendre un nouveau vélo"  
=> ah ben non, c'est la même phrase  
que l'ancien almanach...pis, en fait, il  
a quand même repris un autre vélo...

pffff...roh l'autre, le faible!





**Mais siiiii, l'est content !**



# David Vincent

Pseudo = Mc Gyver vaudesincourtois

Erreur de prénom à la naissance  
vu le gabarit, ce n'est pas David  
mais Goliath

**196**

Sa taille  
(en cm)

**42**

Son âge



**100** Son poids  
(en kg)



**85**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**765**

La largeur  
de son cintre (en mm)

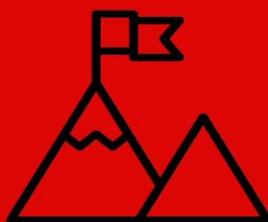
**175**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**960**

La hauteur de sa selle (en mm)



**29x2.2/2.2**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**2.0/2.0**

**24**

Chiffre porte-bonheur



Son/ses spad(s)

**Sunn Travis 29XL**  
(tu m'étonnes XL)

Son tracé favoris

La montée de  
**Champ Bernard!**



**15**

(vraiment si peu?)

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

Phrases cultes et plus :

- "Là où je roule, il n'y a pas besoin de route!"
- "il est où le canapé?"
- "ça existe un canapé tout terrain?"





On lui avait dit, mais il n'a pas écouté...



# johann caillard

Pseudo = Dark Caillard pour ses élèves

Plein de volonté, a investi dans un VTT elliptique (??), un home-trainer, converti son RR 8.1 en Gravel et surtout repris un Giant Stance 29 tout suspendu, finalement, pas besoin d'un VAE!

**184**

Sa taille (en cm)

**49...50**

Son âge



**ça intéresse qui?!!** Son poids (en kg)



**80** Sa fréquence cardiaque au repos (Bpm)



**790**

La largeur de son cintre (en mm)

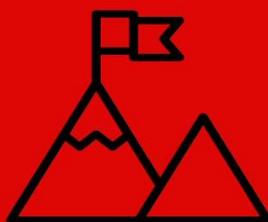
**170**

La longueur de ses manivelles (en mm)



**170**

La hauteur de sa selle (en mm)



**29x2.4**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus av. & ar. (en bar)



**2.3/2.3**

**pas besoin**



Chiffre porte-bonheur

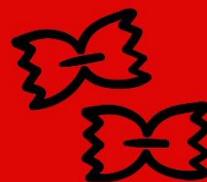


Son/ses spad(s)

RR 8.1 Custom gravel  
Giant Stance 2 29"

Son tracé favoris

Nantaru  
(Trail center Semoy)



**25**

Sa quantité de pâtes à l'année (en kg!)

## Phrases cultes et plus :

- "J'en peux un peu moins plus que l'an dernier".
  - "on est bientôt O Pye d'la Voye?".
  - "je serais là dimanche matin! ah ben non...".
  - "statistiquement parlant, il y a toujours pire que soi!"
- => Johann, tu connais le paradadoxe de Simpons? allé, ça va aller!!!





Première de la vél'escapade.



# Jonathan Bedoni

Pseudo = Jo

Ses nouvelles performances inhérentes  
à sa nouvelle monture ont poussé  
la confusion de son pseudo avec JO2024

↑  
**169**

Sa taille  
(en cm)

↓  
**44**

Son âge



**chiche** Son poids  
(en kg)



**75**  
Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**790**

La largeur  
de son cintre (en mm)

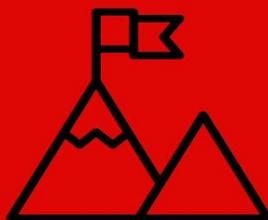
**175**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**TDS 220**

La hauteur de sa selle (en mm)



**29x2.4/27.5x2.4**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.5/1.5**

**12**

Chiffre porte-bonheur



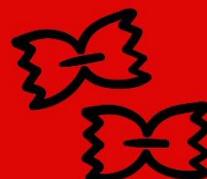
Son/ses spad(s)

Orange Bike Phase MX  
(Shim' EP801)

Son tracé favoris

Traces enduro  
de la Semoy,

Lac Blanc, Méta,  
les portes du soleil.



**25**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

Phrases cultes et plus :

Bon les gamins, on avance!! je suis devant vous!

=> attends, mais toi, t'as un élec'!!!

ET ALORS? C'EST QUOI LE PROBLEME?

Finisher Roc Gourmand 2023





# lien szymanski

Pseudo = badryze

Jeune homme plein d'ambitions, rider hors pair, musculature hors normes (inversement proportionnel à la modestie?)



**187**

Sa taille  
(en cm)

**bientôt 20**

Son âge



**84**

Son poids  
(en kg)



**60**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**800**

La largeur  
de son cintre (en mm)

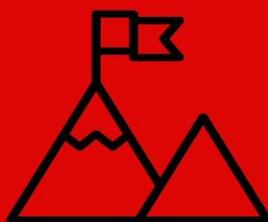
**175**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**240**

La hauteur de sa selle (en mm)



**29x2.3**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.6/1.6**

**le 30**

Chiffre porte-bonheur

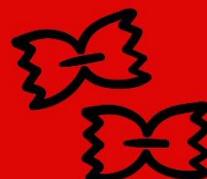


Son/ses spad(s)

Cube ONE 77 Pro  
29 black anodized 2024

Son tracé favoris

La Romsteak  
(Hautes-  
Rivières), la Fat  
Bike Park Lac Blanc



**50**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

## Citations et plus

- je rentre tard je vais à la salle.
- je prend la voiture pour aller faire du vélo..
- il est où romain ?
- un jour j'irai en Nouvelle-Zélande...
- ...c'est où?



## Finisher

Enduro de la Semoy 2021/2023/2024  
Enduro d'Husseren 2021  
Roc Marathon 2022 (83km/2700D+)  
Roc Gourmand 2023  
Roc Ruelles 2023





Nouvelle monture, nouvelles ambitions.



# myriam szymanski

## Surnom / pseudo : Mrs Magoo

Roule aléatoirement de façon incertaine,  
dans le doute d'une hypothèse ;)

**officieusement**  
168,  
**officiellement**  
164.  
Sa taille  
(en cm)

**48**  
Son âge

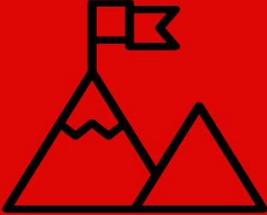
 **jocker** Son poids  
(en kg)

 **70**  
Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)

  
**740**  
La largeur  
de son cintre (en mm)

**170**  
La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)

  
**280**  
La hauteur de sa selle (en mm)

  
**27.5x2.3**  
La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)

  
**1.8/1.8**

**5**   
Chiffre porte-bonheur

  
Son/ses spad(s)  
RR 520S custom

Son tracé favoris  
**La**  
**trans-**  
**semoysienne**



 **beaucoup**  
 **trop!**  
Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

Phrases cultes et plus :  
"Julie, je crois qu'on est perdues".  
"C'est encore loin?"  
"Je n'aime pas les descentes, ça descent (imparable)"

Palmarès : Roc-Roy 2023/2024, Roc Gourmand 2023





Sans peur, sans reproche et une appétence pour la boue

# nadège arrouart

Surnom / pseudo :Nad'

Secrétaire associative sur roues,  
sportive à pédales.



**171**

Sa taille  
(en cm)

**48**

Son âge



**jocker** Son poids  
(en kg)



**trop!**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**740**

La largeur  
de son cintre (en mm)

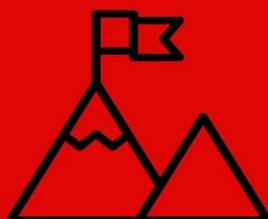
**170**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**280**

La hauteur de sa selle (en mm)



**26x2.4**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**2.0/2.0**

**prrrrzzz?**



Chiffre porte-bonheur



Son/ses spad(s)  
RR 8.3 custom

Son tracé favoris

La  
voie vers  
la boulangerie  
(c'est pas sérieux)



ouais...  
pas mal!

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

Phrases cultes et plus :

"La route de Notre Dame des Champs?? oui, je l'ai faite une fois."

=> Nadège, on va peut être y aller.

"Ouais, ben c'est Notre Dame de la torture, mais j'y suis arrivé!!"





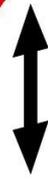
La « tout droit », Les Franches Tailles sur Rocroi, 24%...



# Nathan Virot

Pseudo = Natou

Vttiste fou qui possède autant de vélo que de disciplines.  
Emprunte néanmoins en douce le VTAE de son paternel,  
en pensant ne pas de se faire gauler = tout se sait!

 **168**

Sa taille  
(en cm)

**13**

Son âge



**66**

Son poids  
(en kg)



**60**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**730**

La largeur  
de son cintre  
(en mm)

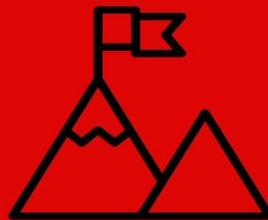
**175**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**220**

La hauteur de sa selle (en mm)



**27.5x2.2**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.8/1.8**

**67**

Chiffre porte-bonheur



Son/ses spad(s)

Canyon Nerve AL

Son tracé favoris



Indéterminée,  
va falloir bouger ses  
petites fesses!!



**67???**

comme le chiffre fétiche?

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

## Phrases cultes et autres :

"pfffffff, encore une montée..."

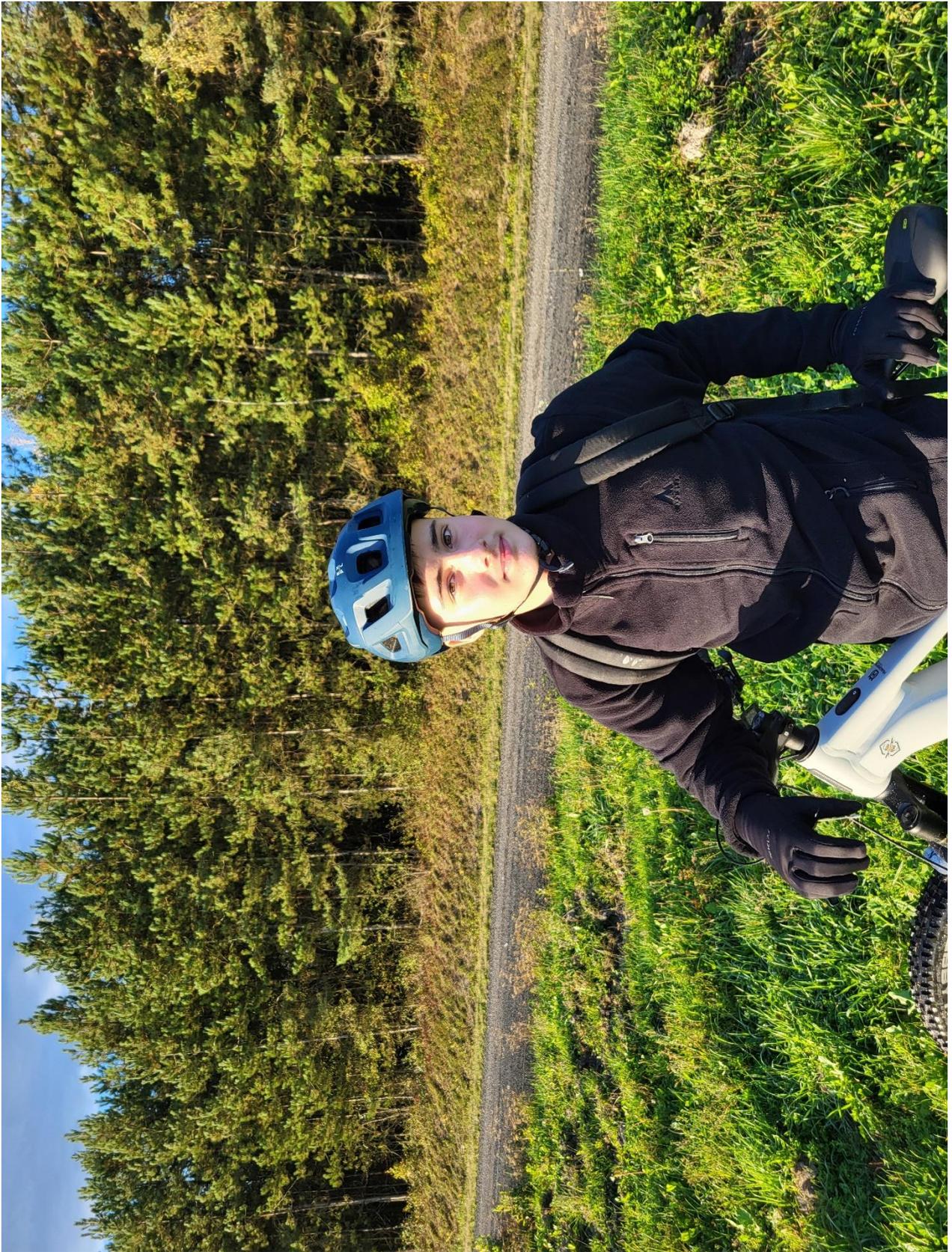
=> Nathan, si ça monte, il y a une descente derrière

"ouais...je ne sais pas".

=> si Nathan, si on fait une boucle, le D+ et le D- seront identiques.

"j'ai un doute...Cos25+V16x3.1416...euh ok, je vous crois!"





Nathan V. / Ride on time

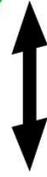


# robin vincent

Pseudo = robin'hey / robinex.

Nouvelle saison, nouvelle monture.

Le bonhomme a pris 10 cm en 1 an, on espère tous que le niveau progresse de façon aussi intense, continue!!

  
**180**

Sa taille  
(en cm)

**13**

Son âge



**54**

Son poids  
(en kg)



**70**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**720**

La largeur  
de son cintre (en mm)

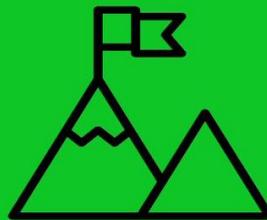
**175**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**600**

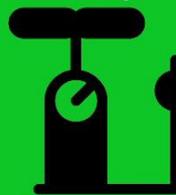
La hauteur de sa selle (en mm)



**27.5x2.35**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.7/1.7**

**le 28**



Chiffre porte-bonheur

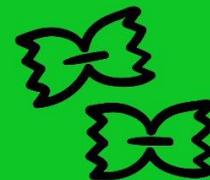


Son/ses spad(s)

- Nakamura 720 Ltd custom.  
- RR 6.3 custom

Son tracé favoris

Toute la  
Semoy (bon  
gamin ça!)

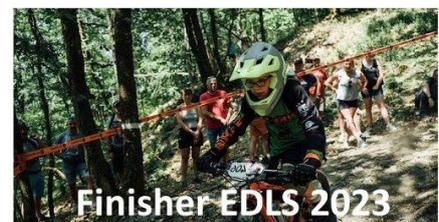


**15**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

Citations et plus :

=> "wesh", oui, encore et toujours,  
celle-là, je n'en peux plus personnellement.  
2023 = il termine l'Enduro Kids de la Semoy.  
En 2024/2025 se donne pour objectif de  
descendre toutes les traces de la Semoy!





Il est grand, mais on pensait quand même qu'on l'aurait mieux de loin...

# Jean-Sébastien Virot

Pseudo = jean seb

A investi dans un vélo avec un nom de tronçonneuse, histoire de débarder les obstacles dont les autres riders...attention, danger!



En vrai, on n'avait pas d'autres photos, on ne sait pas bien ce qu'il fait.

**n'a pas de mètre...??!!**

Sa taille (en cm)

**42**

Son âge



**erreur 404**

Son poids (en kg)



**70**

Sa fréquence cardiaque au repos (Bpm)



**790**

La largeur de son cintre (en mm)

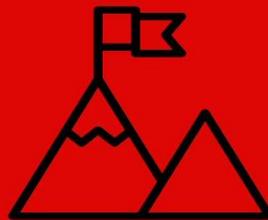
**175**

La longueur de ses manivelles (en mm)



**220**

La hauteur de sa selle (en mm)



**29x2.6/27.5x2.4**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus av. & ar. (en bar)



**2.0/2.0**

**13**

Chiffre porte-bonheur



Son/ses spad(s)

**Husqvarna MC3**

Son tracé favoris

La balade du dimanche pour l'instant (tu vas voir les traces!)



**42**

comme son âge

Sa quantité de pâtes à l'année (en kg!)

Phrases cultes et plus :

Semaine 1 :

Bonjour, je viens pour mon fils, ça à l'air sympa le vélo, les balades?"

=> c'est ouvert à tout le monde, ça ne t'intéresse pas toi aussi?"

"oui, bon, on verra l'année prochaine"

Semaine 2:

=>ah, salut Jean-Seb, tu vas bien? tu fais une drôle de tête!

"j'ai acheté un vélo!!! on s'inscrit où???"

=> en fait...tu serais pas un peu influençable?? :) :) )





Même pas sales.

# Sacha Bardin

Pseudo = Wonder

N'écoute rien en descente, fonce en descente,  
force les descentes, descent les descentes,  
c'est indécent



**132**

Sa taille  
(en cm)

**10**

Son âge



**30**

Son poids  
(en kg)



**Sacha? au repos?  
n'imp'!!**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**640**

La largeur de son cintre (en mm)

**160**

La longueur de ses manivelles  
(en mm)



**TDS**

**300 mm**

La hauteur de sa selle (en mm)



**24x2.6**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.4/1.4**

**Pas la peine**



Chiffre porte-bonheur

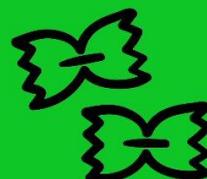


Son/ses spad(s)

Commençal Ramone 24  
de 2024

Son tracé favoris

Là où il roule,  
il n'y a pas de  
tracé.



**15**

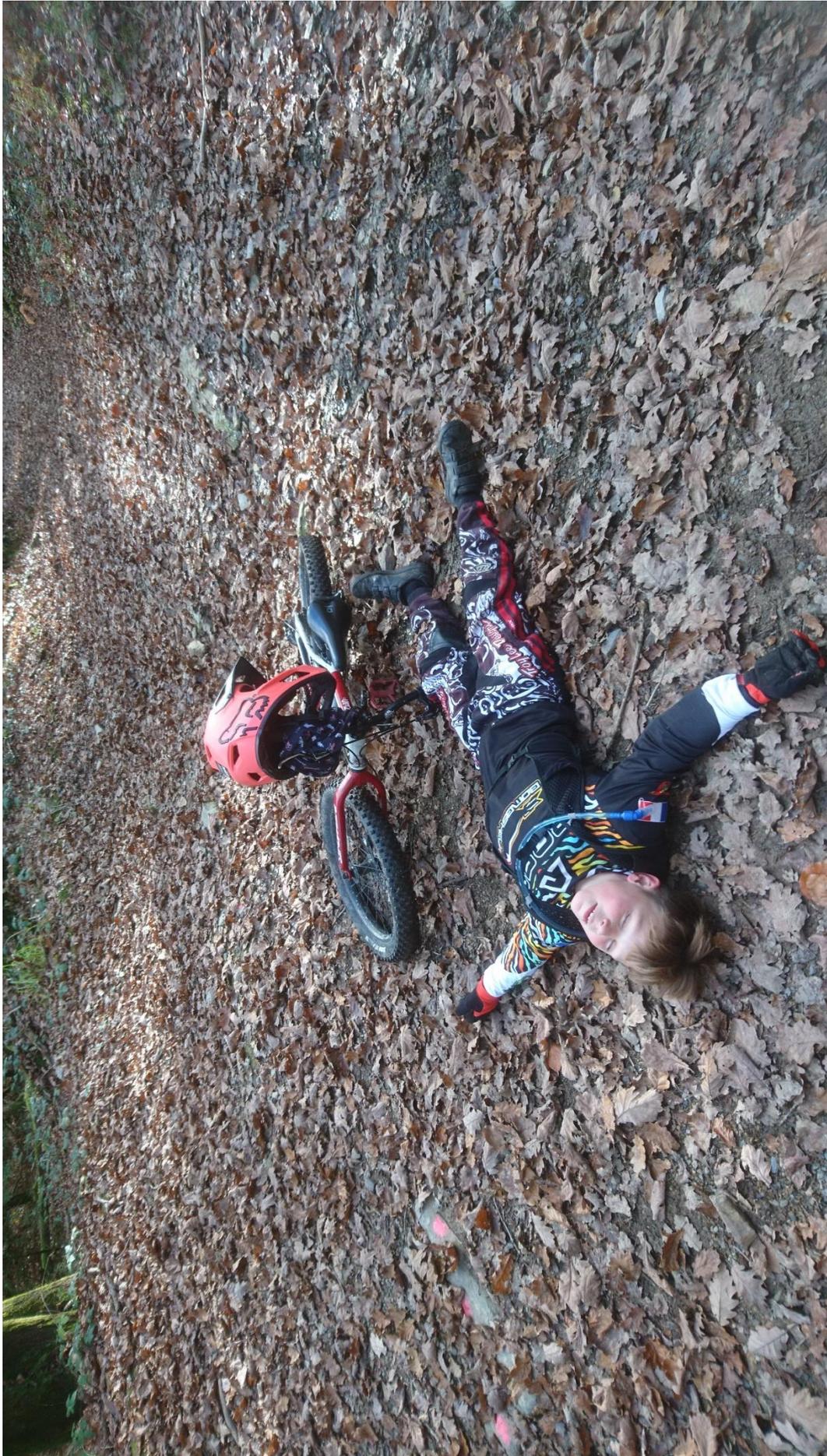
Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

Phrases cultes et plus :

- "Thomas, tu me donnes ça?"
- "Jonathan, tu me donnes ça?"
- "Cédric, tu me donnes ça?"
- "Andy, tu me donnes ça?"

=> attention, cet individu a tendance à vous dépouiller!





Sacha en plein effort, oui des fois, c'est difficile !

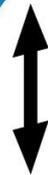


il a un problème de mâchoire lui non?

# swen szymanski

Pseudo = Edenzuu  
(faut pas chercher)

Athlète hybride, ne s'arrête jamais  
(non vraiment, ne cherchez pas)

 **178**  
Sa taille  
(en cm)

**16**  
Son âge



**68** Son poids  
(en kg)



**45 (mytho)**  
Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**780**

La largeur de son cintre  
(en mm)

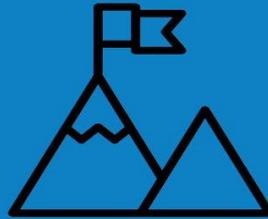
**175**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**730**

La hauteur de sa selle (en mm)



**29x2.4**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.5/1.25**

**Pas besoin**



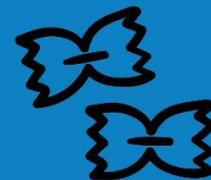
Chiffre porte-bonheur



Son/ses spad(s)  
Orbea OCCAM  
SL30 2024

Son tracé favoris

La Roots  
(Lac Blanc  
bike park)



**35**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

## Citations et plus :

2023="je suis en pleine prise de masse".

2024= a grandit de 4 cm et a pris 5 Kg, marche pas la prise de masse.

- semble avoir ralenti sur Marvell (ouf).
- se concentre plus sur son vélo que sur son permis de conduire.





A défaut du bonhomme, on a son casque.

Mer de nuage à Nohan/Semoy



# Tao Bardin

Pseudo = Toto

Béthenivillois toujours assumé, entend les voix du ride, analyse, râle et assume :)

**160**

Sa taille  
(en cm)



**55**

Son poids  
(en kg)

**14 years**

Son âge



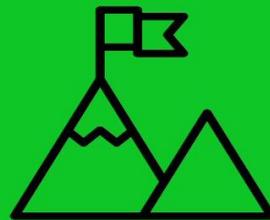
**70**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)



**720**

La largeur  
de son cintre (en mm)



**27.5x2.35**

La section des pneus av. & ar.



Son/ses spad(s)

**RR 530S**

**170**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.7/1.7**

Son tracé favoris

La flow  
(Lac Blanc)

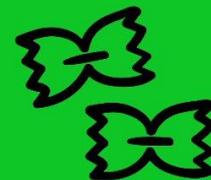


**600**

La hauteur de sa selle (en mm)

**le 8**

Chiffre porte-bonheur



**25**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)

## Phrases cultes :

- "cette montée m'a tuée..."
  - "j'ai failli mourir dans la descente"
- => semble entretenir une relation étroite avec la mort.

**Rêve d'une nouvelle monture  
dont l'octroi serait lié à l'arithmétique**





Je passe le pont les yeux fermés



# thomas szymanski

Pseudo = traktopell

Randos, métal, trail, canoé,  
montagne, sentiers, histoire, forêt, Semoy, Ardennes,  
Vosges, Samoëns, Rocroi, bivouac, amis, tout y est.  
Sinon, je crois qu'il y a un problème avec le nombre de vélo.

**183**

Sa taille  
(en cm)

**46**

Son âge



**81**

Son poids  
(en kg)



**65**

Sa fréquence cardiaque  
au repos (Bpm)

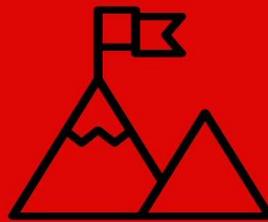


**777**

La largeur  
de son cintre (en mm)

**170**

La longueur  
de ses manivelles  
(en mm)



**29x2.35/2.25**

La section des pneus av. & ar.

La pression de ses pneus  
av. & ar. (en bar)



**1.6/1.6**

**81**

Chiffre porte-bonheur



Son/ses spad(s)

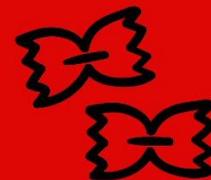
- RR XC100s (XC)
- RR AM100s (AM)
- BMC Straitline 7.0 (DH)
- Marin San Anthelm
- Vitus 990.
- Triban RC100

Son tracé favoris

Toutes

les Ardennes!

(françaises et belges)



**30**

Sa quantité de pâtes à l'année  
(en kg!)



**680**

La hauteur de sa selle (en mm)

Phrases cultes et plus :

- attention, pour les nons initiés, le Pye d'la Voye est un guet apens.

=> tu veux dire un guet à pinte? où on commandes des pintes?

Là, je ne sais plus quoi répondre, où alors voir en dessous...

- ...bon, tu me fatigues!

- tu ne connais pas Roc la Tour?????! tu as loupé ta vie.



Roc d'Ardennes 2022/2023  
Roc-Roy 2023/2024





Thomas – observation avant la tempête.

# Patchwork 2024 :



Ils étaient avec nous ces dernières années : Jules, Elouan, Jonin, Gabriel, Mathis, Nathan T, Romain, Baptiste, Nathan S, Théo, vos emplois du temps ont eu raison de VOUS



De retour avec nous un jour ?

Elles et ils ont roulé ou marché avec nous cette année en invités : Cécile, Julie, Maéllis, Louison, Camille, Noa, Jérémy, Florian, Mi-K, Martin, Solène, Juliette, Paul, Lily, Elise et Gaëtan, vous êtes les bienvenus.





Le calendrier prévisionnel des grosses sorties 2025:

Fin avril = Peut être une nouvelle édition du Roc d'Ardennes à Houffalize en Belgique (Roc by night, XC regular, mid Roc, Roc Ruelle Roc Rouge et Roc gourmand) ou une nouveauté près de Chimay ?

Début mai = repérage Vallée de la Semoy sur plusieurs jours en préparation de l'Enduro de la Semoy

Fin mai = engagement dans le dur pour les volontaires pour le Stoneman Arduenna (180 km / 4000 D+)

Juin = Enduro de la Semoy et journées au Lac Blanc.

5 et 6 Juillet = Canoé et Roc-Roy pour tous (

Mi-Août = on approche la fin de la saison, on se ressource sur la Semoy

Septembre = Raid Bocq 115 km ou Grand Raid Godefroy ou alors un tour à l'enduro des mines ? 😊

Plus évidemment toutes les sorties mensuelles

Un grand merci aux familles et aux entreprises qui nous ont aidé de près ou de loin sur la saison 2023/2024 aussi bien en nature, services (logistique et recyclage) que financièrement !

Pour contacter l'association :

**Association Familles Rurales Vallée de la Suippe**

Mairie – 17 Rue Saint Rémi – 51600 VAUDESINCOURT

Tél. : 07 68 15 42 84

[www.frvalleedelasuipe.fr](http://www.frvalleedelasuipe.fr)

Courriels :

[secrtaire@frvalleedelasuipe.fr](mailto:secrtaire@frvalleedelasuipe.fr) – Nadège Arrourart –

[tresorier@frvalleedelasuipe.fr](mailto:tresorier@frvalleedelasuipe.fr) – Marjorie Moyere –

[danse@frvalleedelasuipe.fr](mailto:danse@frvalleedelasuipe.fr) – Laurence Gille –

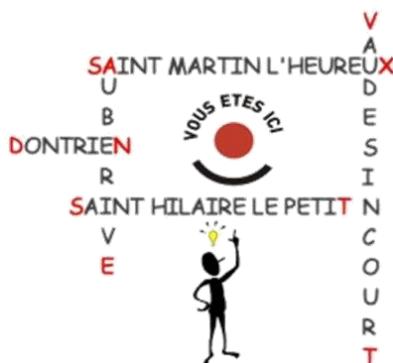
[modelisme@frvalleedelasuipe.fr](mailto:modelisme@frvalleedelasuipe.fr) – Collectif –

[jeunesse@frvalleedelasuipe.fr](mailto:jeunesse@frvalleedelasuipe.fr) – Collectif –

[animation@frvalleedelasuipe.fr](mailto:animation@frvalleedelasuipe.fr) – Collectif –

[vtt@frvalleedelasuipe.fr](mailto:vtt@frvalleedelasuipe.fr) – Thomas Szymanski –

[presidence@frvalleedelasuipe.fr](mailto:presidence@frvalleedelasuipe.fr) – Thomas Szymanski –



Crédits photo : Familles Rurales.

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique.

Association Familles Rurales Vallée de la Suippe – Association déclarée le 11 juillet 1983 –  
SIRET 32814108000015 – Code NAF/APE 8899B

Nature, bivouacs, randos et paysages,



A l'année prochaine !

(photo = pont de claies éphémère à Vresse/Semoy)