



UCPV – Union Cycliste
Le Puy en Velay



"Sous les couleurs UCPV"

3 Mars 2025

Un stage de reprise pour les "routiers" de l'UCPV

C'est dans la région de Rosas en Espagne qu'une quinzaine de "routiers" de l'Union Cycliste du Puy-en-Velay se sont déplacés pour un stage d'endurance pendant la semaine du 22 au 28 Février dernier.

Tous les jours, par une météo globalement favorable malgré quelques pluies et un peu de vent, les coureurs ont accumulé les kilomètres tout en variant les séances d'un entraînement profitable pour tous. Le programme était riche, alternant les courtes sorties de mise en jambes ou les raids longue distance, les parcours de récupération et les séances dédiées aux techniques de course, sans oublier les découvertes touristiques et les périodes de loisirs récréatifs, notamment le pilotage de karts ! Le peloton UCPV a pris beaucoup de plaisir à rouler sur les bords de mer, le col de Banyuls, Cadaquès, le col de Sant Pere de Roda et les autres belles routes vallonnées de la région.

Après une semaine de stage intense, marquée par des efforts soutenus et une progression constante, tous les participants rentraient avec de bons souvenirs. Ce stage bénéfique et réussi sur le plan sportif et humain a permis à chacun de perfectionner sa technique et de renforcer son endurance en vue des premières compétitions de la saison. Les séances variées ont permis d'affiner la condition physique et d'améliorer la cohésion du groupe. L'investissement et la motivation de chacun ont été exemplaires, et les résultats devraient se faire sentir sur la saison.





