

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 30 (2000)
Heft: 7-8

Artikel: Francis Krafft: une activité entre amis
Autor: Pidoux, Bernadette
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-826469>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 29.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

l'avance, par deux organisateurs spécialisés. «Nos bagages sont pris en charge par les petit bus qui nous accompagnent. Nous roulons sur nos propres vélos et si l'étape nous semble trop longue, nous pouvons monter dans le bus», explique Gabrielle. Une quinzaine de cyclistes prennent part à ces grandes expéditions. Les femmes y sont moins nombreuses que les hommes, mais elles tiennent elles aussi la distance. Le voyage en Nouvelle-Zélande représentait deux mille kilomètres. «Mon mari a roulé de bout en bout, mais moi, je m'arrêtais parfois, lorsque la fatigue se faisait sentir. Les femmes pédalent pour le plaisir, mais les hommes parfois se piquent au jeu et ne veulent pas qu'il soit dit qu'ils sont exténués», confie Gabrielle.

Vents contraires

Gabrielle parle avec modestie de ses exploits. Pourtant, au fil de son récit, lorsqu'elle évoque les vents qui balayent la Nouvelle-Zélande et qui vont rarement dans le bon sens, on se rend bien compte que les étapes qui étaient fixées parfois à 200 kilomètres par jour n'étaient pas de tout repos. Les Bardy et leurs amis ont ainsi roulé un mois, en s'arrêtant chaque soir dans un hôtel réservé à l'avance. Cette organisation les enchante: «Pas de souci de charrier ses valises, ni de chercher un restaurant, il ne nous reste qu'à pédaler», commente Gabrielle.

Et le reste de l'année? Gabrielle, qui a fêté ses soixante ans, s'est arrêté de travailler il y a trois ans déjà et elle attend impatiemment que Léo, 62 ans, prenne aussi sa retraite. Car, le week-end, ils parcourent ensemble les petites routes. D'autres fois, ils prennent la voiture et les vélos et parcourent la Lozère ou une autre région tranquille de France pour maintenir la forme. «Lorsque je me baladais à bicyclette il y a trente ans avec mon mari, cela supprimait! Les femmes n'étaient pas si nombreuses à rouler sur des vélos de course!» Gabrielle espère pouvoir voyager encore longtemps de cette manière peu banale, qui lui permet de se «laver la tête», comme elle dit, de tout souci. D'ailleurs, quand elle se plaint que quelque chose ne va pas, Léo lui dit toujours: «Prends ton vélo...» Et ça marche, ou plutôt, ça roule!

Il fait partie du groupe de cyclistes du MDA et roule aussi avec les membres du Pass'sport Senior. Francis Krafft aime le vélo pour les contacts qu'il crée et pour la nature qu'il permet de côtoyer.

Photo E. Mandelmann



Francis Krafft: une activité entre amis

Son vélo l'attend sur le balcon de son bel appartement de l'est lausannois. Francis Krafft part en balade plusieurs fois par semaine, toujours avec des amis, et s'il fait beau temps seulement. Francis n'a nullement l'intention de battre des records, ni de mettre à mal sa musculature. Ce qu'il apprécie dans cette activité, c'est le sentiment de liberté qu'elle procure.

Francis Krafft se souvient que le vélo, pour sa génération – il a septante ans –, a d'abord été synonyme d'unique moyen de transport que connaissait la jeunesse. Le vélo garantissait de belles virées entre copains et des rentrées nocturnes assurées... Plus tard, Francis, qui a toujours été plutôt sportif, a apprécié la plongée sous-marine, qu'il a pratiquée dans toutes les eaux du globe. Le vélo qu'il possédait alors s'enuyait ferme dans la cave. Il y a quelques années, Francis a décidé de revendre son matériel de plongée très perfectionné pour s'acheter un vélo de course sur mesure.

Assistant social de profession, Francis avait décidé de prendre une

retraite qui lui ressemblerait, active et toujours en contact avec d'autres. C'est dans cet esprit qu'il a rejoint le groupe Cyclo 3 du Mouvement des Aînés, à Lausanne. «J'aime cette équipe et l'absence de contraintes qui y règne. A notre âge, nous n'apprécions guère d'être dirigés d'une manière rigide. Là, nous décidons ensemble du rythme et de la manière dont se déroule la promenade.» Parfois, les amateurs du jour ne sont que trois ou quatre, parfois ils sont bien plus. Quelques-uns choisissent de s'arrêter en cours de route, d'autres sont plus pressés de rentrer. Progressivement, au cours de la belle saison, les Cyclo 3 passent de trente à soixante kilomètres dans la journée, sur des itinéraires tranquilles. Ils sillonnent, entre avril et septembre, les petites routes de la campagne vaudoise, dans le Jorat, ou poussent jusqu'à Romont ou Morat. De temps en temps, les cyclistes du MDA vaudois rencontrent ceux du MDA genevois pour une balade commune, histoire de se faire de nouveaux amis et de changer d'itinéraire. Francis, qui est rarement inactif, participe aussi

au Pass'Sport Senior mis sur pied par Pro Senectute. Les mêmes cyclistes insatiables se retrouvent d'ailleurs fréquemment dans les deux organisations.

Camps cyclistes

Pour le MDA, Francis Krafft a également relancé les camps cyclistes. «Puisqu'on est si bien ensemble, pourquoi pas plus longtemps?», s'est-il dit. C'est ainsi qu'une quinzaine de passionnés se sont retrouvés pour visiter les châteaux de la Loire, une région idéale pour faire du vélo de randonnée, sans efforts excessifs et avec des buts d'étapes exceptionnels. Cette année, le camp cycliste aura lieu en France toujours, dans la région de Limoges, à la mi-septembre. Avis aux amateurs! «Il y en aura vraiment pour chacun, des plus chevronnés aux plus amateurs, avec des cols et des chemins plats», raconte-t-il. Le transport se fait en car et chacun apporte son propre vélo. Sur ce point, les vrais amoureux du vélo sont intransigeants: un vélo, c'est personnel! Certains sont sensibles à son poids, d'autres préfèrent miser sur les vitesses ou une hauteur parfaitement adaptée.

«A notre âge, il faut réapprendre le vélo d'une autre manière. On n'a pas besoin d'avancer vite, il faut rouler en souplesse et les vélos modernes sont vraiment fantastiques pour ça», rappelle Francis. Son plus beau souvenir à vélo? «Je me souviens d'une montée un peu rude à Chesalles. J'accompagnais une personne qui n'en pouvait plus et qui disait qu'elle n'y arriverait pas. Alors je lui ai raconté quantité d'histoires pour qu'elle avance et qu'elle oublie l'effort et elle a pu grimper la côte.» Le vélo, il n'y a rien de tel pour se faire des amis. D'ailleurs les vétérans de Cyclo 3, qui ne peuvent parfois plus rouler parce qu'ils sont très âgés, viennent toujours aux deux repas annuels du groupe. Et qu'importe si chacun est issu de milieux différents, la petite reine les réunit toujours.

Bernadette Pidoux

Adresse: Cyclo 3 dans les sections cantonales du Mouvement des Aînés.
Renseignements: MDA Lausanne, tél. 021/321 77 66.

Pass'Sport Seniors, tél. 021/646 17 21.

La Senior Classic est faite pour vous

Grande première en Suisse romande, la Senior Classic 2000 a pour but de réunir tous les amoureux du vélo pour une belle journée, autant festive que sportive.

Antoine Briachetti est un mordant qui aime faire partager son amour du cyclisme. Né dans les années 30, il a exercé le métier de pâtissier. Il consacre maintenant du temps à sa passion et il a constaté que peu d'épreuves sportives cyclistes étaient ouvertes aux seniors. Alors l'idée a germé de créer du «sur-mesure». Antoine Briachetti s'est adressé à Pro Senectute pour la logistique et il a lui-même choisi le tracé de la course, dans la région où il vit, sur de petites routes pittoresques.

Daniel Perroud, organisateur du Tour de Romandie, a conseillé l'équipe d'Antoine Briachetti et le Musée Olympique soutient l'événement.

La Senior Classic est fixée au 2 septembre prochain, elle est ouverte

à tous les plus de 55 ans, licenciés ou pas. Le départ et l'arrivée auront lieu à Bassins, dans le canton de Vaud. Deux parcours sont proposés à choix: le premier de 45,7 km comporte une dénivellation de 800 mètres, le second de 25,2 km se limite à 350 mètres de dénivellation. A chacun de déterminer, selon ses possibilités, le parcours qui lui convient le mieux. Les participants et participantes seront répartis en quatre catégories, selon leur âge. Un encadrement médical et un service de bus-balai sont bien entendu à la disposition des concurrents. Un repas est prévu au terme de la course, qui réunira concurrents, famille et amis. Ainsi, d'une manière ou d'une autre, vous pourrez participer à cette grande manifestation.

B. P.

Inscriptions: le délai d'inscription à la Senior Classic 2000 est fixé au 14 août. Les frais d'inscription sont de Fr. 50.—, course et repas compris. Les bulletins peuvent être obtenus auprès de Michèle Bailly, Pro Senectute Vaud, rue du Maupas 51, case postale 752, 1000 Lausanne 9, tél. 021/646 17 21.



Photo E. Mandelmann

Une sortie du groupe cycliste du Mouvement des Aînés