



Anne-Marie Ghémard  
présidente

## À vélo, en Russie

août 2014

J'avais depuis longtemps envie de voyager en Russie, car je parle un peu russe et j'aime la culture russe, la littérature, le cinéma, la musique. Quand j'ai reçu un mél du club russe de cyclotourisme, transmis par ECF, la fédération européenne, et proposant des randonnées cyclistes, je me suis décidée, car j'aime voyager à vélo.

La Russie est un pays gigantesque. Nous avons parcouru 600km à vélo, mais je ne prétends pas connaître la Russie. Je vais juste essayer de vous présenter notre tour et vous donner un aperçu de la situation du vélo à Moscou et alentours, tel que je l'ai perçue.

Le club de cyclotourisme russe organise des circuits à vélo pour les cyclistes étrangers depuis 1996, annuellement depuis 2002. Pour vous informer sur leurs différentes propositions, allez sur leur site : <http://www.rctc.ru/fr/>

Pour ma part, j'ai choisi le tour « confort » dans l'anneau d'or, car les dates me convenaient. Notre groupe était assez réduit, peut-être à cause du conflit en Ukraine : 8 étrangers, dont 3 américains, 2 australiens, 2 néo-zélandais et moi, avec 2 guides russes. La langue commune était l'anglais. J'aurais préféré un groupe russophone.

**L'organisation du tour** était parfaite, compte tenu des conditions locales. Une camionnette transportait nos bagages et le ravitaillement. Andréï, qui la conduisait, nous attendait tous les 25km environ, ou lorsqu'il pouvait y avoir un doute sur la route à suivre. Nous pédalions à notre rythme, seul ou avec d'autres, et Vladimir fermait le groupe. Selon les jours, nous parcourions entre 20 et 93km, notre maximum, en tout 579km en 10 jours. Nous étions logé dans des hôtels confortables.

Je n'avais pas emporté mon vélo. Il m'a été fourni par le club russe, un vélo de bonne qualité adapté au voyage, avec une selle confortable. N'oubliez pas votre équipement de cycliste, y compris votre gilet fluo pour être vu.

Le climat au mois d'août était parfait pour pédaler, ni trop chaud, ni trop froid. Pas de vent. Quelques averses, sans plus.

### **Histoire et culture**

L'anneau d'or est une région située au nord de Moscou, où de nombreuses villes et villages ont conservé et restauré de belles églises orthodoxes et autres monuments anciens. Nous avons visité des monuments, des musées, suivi des visites guidées qui nous expliquait l'histoire locale, le goulag, l'ère soviétique ou plus généralement l'histoire et la culture russe. L'objectif du club de russe est de faire comprendre à leurs visiteurs la vie russe dans sa réalité quotidienne. Vladimir et Andréï étaient disponibles et à l'écoute pour répondre à nos questions et discuter, comparer nos différentes cultures.

J'ai particulièrement aimé la Volga, un fleuve majestueux, si large alors qu'il est encore près de sa source, paisible mais si puissant. Nous l'avons suivi et traversé plusieurs fois dont 2 fois en petite barque à moteur. Je m'y suis baignée.

Les paysages de plaine ne sont pas vraiment monotones. Les couleurs changent avec la lumière. Les cultures, les friches alternent avec les forêts. Certains villages sont ravissants avec leurs maisons de bois décorées. Mais il y a aussi des ruines, des maisons ou des immeubles décrépits, des usines ou

des hangars abandonnés.

Cuisine : Quand nous étions à vélo, nous ne nous arrêtons pas pour déjeuner. Nous faisons des pauses tous les 25 ou 30 km pour prendre une collation, plus légère à digérer en pédalant. Mais nous avons testé la cuisine russe matin et soir. Le petit déjeuner russe est copieux et savoureux : porridge, œufs, blinis, saucisses, fruits, salades... Le dîner comporte en général 3 plats : salade, plat principal et dessert. Je vous recommande particulièrement les soupes chaudes ou froides, qui se dégustent plutôt au déjeuner et les concombres.

Nous avons aussi essayé le bain russe, le bania. Après avoir bien sué dans un sauna, en vous fouettant avec des branches si vous le souhaitez, vous passez sous la douche très fraîche et vous plongez dans la piscine non chauffée. Mais comme votre peau est encore chaude, c'est délicieux. Puis vous retourner au sauna vous réchauffer.... Ad libitum !

### **Les routes**

Pas de pistes cyclables, ni de voies vertes en Russie, ne rêvez pas !

Beaucoup de voitures et de camions. La circulation a beaucoup augmenté ; les embouteillages autour de Moscou sont phénoménaux. Le code de la route est très mal respecté, en particulier les lignes blanches, les limitations de vitesse. Et en 600 km, je n'ai vu aucun contrôle routier, juste une fausse voiture de police en haut d'une côte. Pas étonnant que la Russie détienne le record du monde des accidents de la route avec 12 accidents pour 10 000 voitures et 35 000 morts par an. Pensez à votre gilet fluo...

Les routes très fréquentées sont en bon état, avec en général un épaulement revêtu assez large. Mais il sert aussi aux véhicules un peu lents, pour laisser doubler les plus rapides.

L'hiver est rude et les routes difficiles à entretenir. Nombre de routes secondaires sont chaotiques. Consolation : dans ce cas, les voitures roulent un peu moins vite.

Autant qu'il était possible, Vladimir nous a conduit sur des routes peu fréquentées, parfois sableuses ou chaotiques. Mais nous avons aussi dû, quand il n'y avait pas d'alternatives, affronter les camions et les 4x4, peu respectueux des vélos.

### **Se déplacer à Moscou**

L'agglomération de Moscou compte 15 millions d'habitants et grossit chaque jour.

Beaucoup de voitures. Le vélo, par contre, est nettement moins utilisé. Il y a bien quelques vélos en libre service dans le centre de Moscou, mais très peu de cyclistes. Personnellement, je n'ai pas osé me lancer, à cause de la circulation automobile, assez effrayante. En plein centre de Moscou, existent des rues à 2 fois 4 voies, véritables coupures urbaines ! Les piétons sont contraints de faire des détours pour emprunter les passages souterrains, avec escaliers. Je ne sais pas comment les rares cyclistes rencontrés composent avec ces coupures.

Le club russe de cyclotourisme travaille avec les autorités responsables de la ville de Moscou, pour améliorer la circulation des cyclistes. Ils ont bien du courage !

Pour se déplacer, le métro est très performant et bon marché, 0,80€ le ticket. Des rames rapides, espacées de moins de 2 minutes, transportent 7 millions de voyageurs par jour. De plus, le métro est beau. Quand vous descendez dans le métro, qui est très profond, vous entrez dans un musée de l'époque du réalisme soviétique. Sculptures, mosaïques, luminaires...

Si la Russie vous tente pour un voyage à vélo, je vous recommande vivement de vous adresser au club russe de cyclotourisme. Vous pouvez avoir toute confiance en eux.

Si vous avez des questions, vous pouvez m'écrire à [amghemard@gmail.com](mailto:amghemard@gmail.com)