



## Sommaire

Introduction.....	3
BREST - MENTON.....	Chapitre 1 - 1
DUNKERQUE - PERPIGNAN .....	Chapitre 2 - 1
DUNKERQUE - MENTON .....	Chapitre 3 - 1
STRASBOURG - HENDAYE .....	Chapitre 4 - 1
BREST - PERPIGNAN.....	Chapitre 5 - 1
BREST - STRASBOURG.....	Chapitre 6 - 1
DUNKERQUE - HENDAYE .....	Chapitre 7 - 1
HENDAYE - MENTON .....	Chapitre 8 - 1
STRASBOURG - PERPIGNAN .....	Chapitre 9 - 1

### **ANNEXES**

A - Compléments concernant plusieurs Diagonales

B - Se repérer dans les villes de départ ou d'arrivée

*Les pages ont été numérotées par chapitre afin de permettre l'insertion de compléments.*

### Quelques références concernant l'auteur

#### **Gilbert JACCON**

Né avant la dernière grande guerre à Beaune et résidant toujours à Beaune, après une carrière de chercheur/ingénieur en hydrologie de surface qui l'a conduit à travailler en Afrique et au Brésil durant 25 ans. Tombé dans le chaudron des Diagonales en 1994 sous l'influence de Georges Mahé et de son compère montpelliérain Jean-Pierre Ratabouil.. Secrétaire-adjoint de l'Amicale des Diagonalistes de France de 1996 à 2002 et chargé des analyses d'itinéraires. Co-créateur en 1998 des EuroDiagonales avec Francis Pouzet Titulaire de 16 Diagonales de France, 6 EuroDiagonales, 2 Grandes Diagonales, d'Europe, 3 Paris-Brest-Paris, un Tour de France, etc... Connu aussi sous le patronyme du Paralytique pour les récits de ses Aventures avec son compère et ami Francis Pouzet, alias l'Aveugle.



*Contact : 18, ruelle Berthet 21200 BEAUNE [gilbert.jaccon@club-internet.fr](mailto:gilbert.jaccon@club-internet.fr)*

## A propos des Diagonales de France

### Un peu d'histoire...

Les Diagonales de France ont été créées en 1930, par Philippe Marre, inspiré par Vélocio.

C'est son ami Georges Grillot qui réalise la première Diagonale à tandem avec son équipier Coiffier au printemps de 1930. À partir de 1932, c'est toujours Philippe Marre, devenu responsable de la revue *Le Cycliste* après la mort de Vélocio qui en est le contrôleur jusqu'à ce qu'en 1947, il remette définitivement et sans réserve les Diagonales de France et leur contrôle à la Fédération.

En 1985, l'Amicale des Diagonalistes de France nouvellement créée par Georges Mahé, a déposé la marque « Diagonale » (avec un D majuscule !) auprès de l'I.N.P.I. avant de la rétrocéder en 1996 à la FFCT aux termes d'une accord faisant par ailleurs de l'ADF une confrérie partenaire de la FFCT pour la gestion et le développement des Diagonales. Cette Amicale, qui va fêter son vingtième anniversaire, a été successivement présidée par Georges Lemercier<sup>1</sup> durant 10 ans (1988-1998), puis par Paul Fabre de 1998 à 2002. Son président actuel est Bernard Lescudé.

### Un peu de règlement

#### *Article 1*

Les Diagonales de France, au nombre de 9, consistent à relier à bicyclette ou toute autre machine mue par la seule force musculaire, deux sommets non consécutifs de l'hexagone français, en des délais inférieurs ou, au plus, égaux à ceux indiqués dans le tableau ci-dessous. Chaque Diagonale constitue une randonnée indépendante pouvant être effectuée dans l'un ou l'autre sens. Le choix de l'itinéraire est libre, mais il ne sera pas tenu compte de la distance prévue par le candidat pour justifier une modification des délais accordés.

Diagonale	Distance (km)	Délai (heures)
1 Brest - Menton	1.400	116
2 Dunkerque - Perpignan	1.190	100
3 Dunkerque - Menton	1.190	100
4 Strasbourg - Hendaye	1.170	99
5 Brest - Perpignan	1.060	89
6 Brest - Strasbourg	1.050	88
7 Dunkerque - Hendaye	1.050	88
8 Hendaye - Menton	940	78
9 Strasbourg - Perpignan	940	78

Mots-clés des autres articles : autonomie, voitures suiveuses interdites, esprit randonneur et d'équipe, non publication des temps réalisés, obligation de compte-rendu...

### **Etudes d'itinéraires**

À la demande de Francis Pouzet, responsable du Petit Diagonaliste, les études des neuf itinéraires ont été publiées entre 1992 et 2000, dans l'ordre suivant :

DUNKERQUE - MENTON	PD n° 20 - avril 1992	auteur : Alain CHARRIERE
HENDAYE - MENTON	PD n° 22 - avril 1993	auteur : Paul GUINET
STRASBOURG - HENDAYE	PD n° 24 - avril 1994	auteur : Alain CHARRIERE
BREST - STRASBOURG	PD n° 26 - avril 1995	auteur : Robert DERVAUX
BREST - MENTON	PD n° 28 - avril 1996	auteur : Gilbert JACCON
BREST - PERPIGNAN	PD n° 30 - avril 1997	auteur : Gilbert JACCON
DUNKERQUE - HENDAYE	PD n° 32 - avril 1998	auteur : Gilbert JACCON
DUNKERQUE - PERPIGNAN	PD n° 34 - avril 1999	auteur : Gilbert JACCON
STRASBOURG - PERPIGNAN	PD n° 36 - avril 2000	auteur : Gilbert JACCON

Ces études dressent une statistique des parcours les plus fréquentés par les diagonalistes pour une période déterminée (2 à 4 saisons). L'analyse est faite à partir des feuilles de parcours adressées au Délégué fédéral. Elle est donc établie sur des projets et non sur des réalisations effectives.

---

<sup>1</sup> Notre ami Georges a été emporté par la maladie en juillet 2003

Entre 2001 et 2003, j'ai publié trois sur les « Routes interdites et les Chemins conseillés » dans le Petit Diagonaliste. Ces articles regroupent des études ponctuelles faites par des membres de notre Amicale : comment traverser ou contourner une ville, par où passer pour fuir le trafic d'une nationale, etc. Dans le présent document, ces études ponctuelles ont été placées en complément de chaque chapitre lorsqu'elles ne concernent qu'une seule Diagonale ou dans l'annexe A lorsque plusieurs Diagonales sont intéressées.

Durant l'hiver 2003, j'ai condensé et complété les cinq analyses (BM, BP, DH, DP, SP) dont j'étais l'auteur en vue de leur publication sur le site Internet de l'ADF (Alain Schaubert étant à l'époque le "Webmaster"), dont l'adresse est :

[www.diagonales-de-France.info](http://www.diagonales-de-France.info) (suivre ADF puis Préparer son itinéraire)

Enfin les quatre premières études (DM, HM, HS et BS) ont été refaites entre septembre 2004 et février 2005, à partir des feuilles de parcours des années 1999-2000 et 2002-2004. Elles ne seront pas publiées dans le Petit Diagonaliste, mais très rapidement disponibles sur le site ADF ou sous la forme de fichiers .pdf (Acrobat Reader) téléchargeables sur mon site personnel : <http://perso.club-internet.fr/gilbert.jaccon>

### Quelques réflexions personnelles

- 1- démarrer une Diagonale de France est encore aujourd'hui chercher l'Aventure avec un A majuscule, en dépit du monde complètement aseptisé, assisté, médiatisé, artificiel, dans lequel nous sommes immergés... C'est un peu notre « Raid Gauloises » à nous. Et c'est, à mon avis, cela qui en fait le charme et le principal attrait.
- 2- faire une Diagonale de France, ce n'est pas seulement se lever tôt et pédaler durant quinze heures avant de tomber dans un bienheureux sommeil, durant trois à quatre jours consécutifs. Le pédalage vers la réussite est l'aboutissement d'un projet longuement mûri, mijoté, figolé, remis à zéro, reconstruit, rêvé, craint, réalisé, dominé. Et c'est aussi la source d'une grande satisfaction, d'un vrai bonheur, d'anecdotes mille fois revécues pendant les insomnies, du plaisir de raconter son voyage, de coller ses photos dans son album, de recevoir son carnet de route, de relire ses notes ; Une Diagonale, c'est la source intarissable d'une longue jouissance...
- 3- le premier acte du diagonaliste est de tracer sa route sur la carte, après avoir fait quelques choix essentiels : celui de l'élué d'abord (peu importe à mon avis...), les points de passages pré-déterminés (pour saluer la tante Adèle, photographier le château de Chambord, grimper le Galibier, éviter une grosse agglomération ou aller pointer un BPF). Le second acte est de totaliser le kilométrage et de dresser le plan de route en choisissant les étapes (sauf s'il roule « en continu » et couche « là où le sommeil le prend »). Il lui restera aussi à préparer son matériel et à soigner sa forme pour être prêt physiquement - et surtout psychologiquement - le jour J...
- 4- quelques observations personnelles, basées sur une expérience décennale...
  - 1 feuille de parcours sur 5 comporte une sous-estimation de la distance variant de 15 à 30 km, ou plus...
  - le choix de l'itinéraire n'a jamais été (ou est exceptionnellement) une cause d'échec ; on prendra soin quand même d'éviter les zones de relief si l'on ne grimpe pas très bien (tenir compte des chevrons sur la carte Michelin !), de ne pas allonger démesurément la distance (100 km de plus revient à réduire le délai de 5 heures), de réduire les zones où le pilotage est difficile (banlieue de grandes villes par exemple) si l'on n'a pas un bon sens de l'orientation et une bonne lecture de la carte...
  - le découpage des étapes est plus important que le choix de l'itinéraire : il faut le faire en utilisant la totalité du délai (une heure de sécurité est suffisante). Une feuille de parcours sur 4 prévoit une arrivée avec plus de 5 heures « d'avance » (jusqu'à 15 heures !). Une distance de 960 km par exemple (SP ou HM) est trop souvent découpée en trois étapes de 320 km ! Soit en partant à 4 heures du matin le jour J, une arrivée à 21 heures le jour J+3, donc avec 13 heures d'avance sur le terme du délai (78 heures soit J+4 à 10 heures !). Un découpage en quatre étapes (120 km + 3 fois 280 km ou l'inverse) est beaucoup plus rationnel : il permet, en partant à 15 heures le jour J, d'arriver à 20 heures le jour J+4, avec une heure de « rab sécuritaire » et avec l'avantage d'avoir « tenu » son road-book (ou a peu près) même avec des vents contraires (ce qui n'est assurément pas le cas avec des étapes trop longues... à moins d'avoir des jambes de champion...). Je conseille aussi de moduler le découpage en fonction du relief : 260 km avec plus de 2.000 m de dénivellation valent largement 300 km « à peu près plats » !
  - la gestion du temps est absolument primordiale : s'il ne faut pas se décourager pour un retard de 3 à 4 heures dû à des conditions météorologiques défavorables qui peuvent à tout moment changer, il est essentiel de faire la chasse aux minutes gâchées inutilement, qui viennent réduire le temps de repos dans un lit, seul moment de vraie récupération (on ne récupère pas en s'énervant à attendre le serveur dans un restaurant...)
  - un remède efficace contre la pluie (en plus des garde-boue évidemment !) : le poncho ! Je n'ai jamais perdu le moral dans ma « bulle » à l'abri des intempéries. Et pourtant j'en ai connu des jours entiers de pluie avec mon compère l'Aveugle ! Dommage qu'il n'existe pas des ponchos climatisés pour lutter contre la canicule, parce que celle-là, c'est bien le pire ennemi du diagonaliste. Du moins pour moi. Plus encore que le vent !