



Séjour de l'ESGL sur Marie Galante

Activités :

Parcours de l'île à vélo

Visites touristiques et culturelles

Découverte de la gastronomie locale

Échanges linguistiques

Baignade et plage

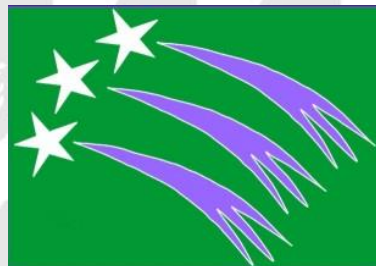
du 14 au 24 février 2011

Site web du club : <http://www.esgl-cyclisme.org>

L'ESGL : Entente sportive Gervaisienne et Lilasienne est un club de cyclisme traditionnel affilié à la Fédération Française de Cyclisme (FFC). Il est situé en Seine Saint Denis (93), et les communes du Pré Saint Gervais et des Lilas sont limitrophes de la ville de Paris (75).

Née en 1957, l'Entente Sportive Gervaisienne étendit son action aux Lilas en 1963, et adopta ces couleurs:

Le vert du Pré



Le mauve des Lilas



Patrice Plumain, assurant l'encadrement de la section Minimes-Cadets à l'ESGL, et originaire de Marie Galante, a souhaité faire découvrir son île natale aux enfants pendant leurs vacances scolaires.

C'est avec beaucoup d'investissement personnel et de persévérance, qu'il l'a réalisé.

Les parents se sont investis unanimement pour que le séjour se déroule avec une équipe au complet.

Romain Naour et son père Florent, kiné, Isabelle, ambassadrice du club sur Marie Galante,



ont participé activement à l'encadrement de tout ces jeunes.

Tatie Josette, Georges, et Sylvie ont assuré l'intendance.

L'ESGL pose devant chez Tatïe Josette, en bas La Treille. (Grand Bourg)
De gauche à droite: Lise, Florent, Louis, Georges, Florent, Jean-Baptiste, Alexis, Patrice, Mona, Romain.



Les cyclistes apprécient les routes fleuries



Arbre du voyageur



Visite touristique et culturelle :

Plage de Saint Louis



Gueule Grand Gouffre



Moulin de Bezard



Portail orné d'un cycliste
(embranchement N9 vers Moringlane)



Moulin du Château Murat



Régime de bananes et sa fleur





Au marché de Grand Bourg, hospitalité,
disponibilité, gentillesse



Flamboyant Vers Canada...



Vieux Fort



Visite Distillerie Bielle



Jardin botanique
du Château Murat



Découverte de la gastronomie locale:

Confection des Bokits
avant dégustation



Autres recettes :
Poisson grillé
Colombo de cabri
Blaff de poisson
Thon frais grillé
Ribbs et poulet grillé
Poisson en court bouillon
Fricassée de lambi
Poisson frit
Fricassée de chatrou



Chacun tourne la manivelle de la
sorbetière pour mériter son dessert !

Migan de Fruit à pain, museau et queue



Boudins créoles, chaudage,
au restaurant avec animation
Gwo ka



Jus de fruits frais chez Ti Jos
(Grand Bourg)

Chaudéau et
gâteau pour
l'anniversaire
de Mona



Fruits frais:
Ananas
Goyave
Noix de coco
Mangues
Sapotilles
Pommes Malaka
Papayes

Bébélé le dernier soir



Journée plage:

Kayak de mer



Jeux de ballon

Bouées



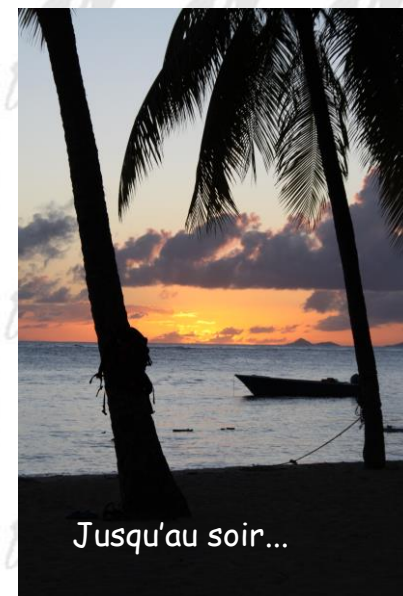
Repas



Jeu de sable



Jeu de boules



Jusqu'au soir...

Entraînement Sportif :



L'éventail



Lise en contre jour, au flash



Distances chronométrées



Côte de Moringlane

Autres côtes gravies :
Grelin,
Morne Piton,
Morne des Pères,
La Treille,
Canada.



Certains ont quelque chose à cacher...



Florent prend la pose !



= dure côte !



En plein mois de février !!!
Brrrr ! Il fait -2°C à Paris...



Portrait de Mona parue dans France Antilles,
avec un article sur l'ESGL à Marie Galante.





Bientôt le retour, Merci Tatie Josette !



Isabelle, licenciée à l'ESGL,
ambassadrice du club sur
Marie Galante a prêté
gracieusement son véhicule.



Romain :
Entraînement hivernal dans
des conditions idéales.



Florent, kiné, photographe,
webmestre :
Ravi !

Patrice, satisfait du séjour



Les minimes cadets pensent déjà à l'année prochaine !

MARIE-GALANTE. De jeunes cyclistes de Seine-Saint-Denis s'entraînent sur la Grande Galette

Les jeunes cyclistes goûtent à l'hospitalité marie-galantaise

Sept jeunes adolescents du club ESGL (Entente sportif gervaisienne et lilasienne) en Seine-Saint-Denis, dans la région parisienne, ont effectué du 14 février jusqu'à hier, un stage d'entraînement à Marie-Galante. Ce projet, initié par leur entraîneur Patrice Plumain, originaire de l'île, visait à leur permettre de s'entraîner dans un cadre différent de celui dans lequel ils évoluaient habituellement. Les jeunes cyclistes ont sillonné les routes marie-galantaise, tout en découvrant les charmes de l'île. Ils ont également pu apprécier la gastronomie du terroir. Les parents de leur entraîneur ont été au petit soin avec eux et leur ont préparé de petits plats. Entre les dombres, le migan de fruit à pain, et le bébél servi la veille de leur départ, ils ont passé en revue

les spécialités culinaires de Guadeloupe. Il faut dire que Patrice Plumain, un brin chauvin tenait à faire découvrir son île natale à ses protégés. Les sites touristiques, les plages, la cuisine... ils repartent chez eux avec un pincement au cœur. Ils ont été si bien accueillis. Ils gardent en mémoire cette image idyllique de la Grande Galette. Ils ont apprécié la gentillesse des Marie-Galantais, de ceux qui leur disaient bonjour avec le sourire, de ceux qui ralentissaient sur la route pour les saluer. Ils ne sont pas encore partis qu'ils veulent déjà revenir. Peut-être dans le cadre familial cette fois-ci, avec les parents. Ils sont tombés amoureux du créole. D'ailleurs ils emportent dans leurs valises de précieux ouvrages écrits en créole.

Huguette IBALOT ■

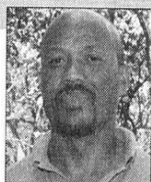


L'équipe au grand complet, parée à prendre la route.

IL A DIT...

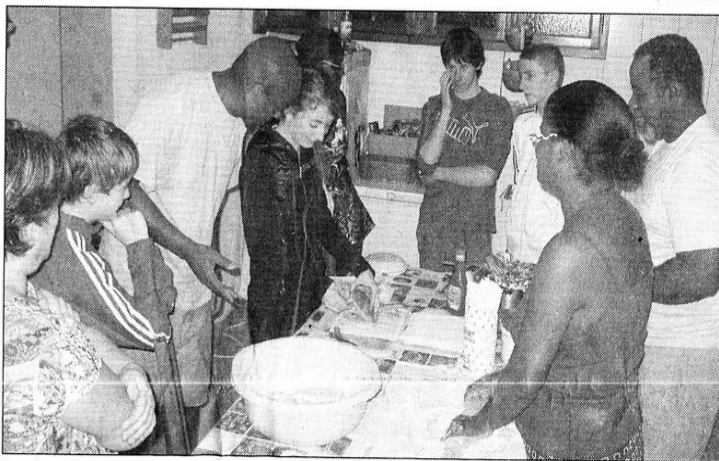
PATRICE PLUMAIN
ENTRAÎNEUR DES JEUNES

« J'espère pouvoir renouveler l'opération »



J'ai surtout voulu mettre mon île en avant. Quand je parlais aux enfants de Marie-Galante, ils me posaient beaucoup de questions. Ils voulaient savoir où elle se trouvait, comment étaient les habitants... Et puis j'ai eu l'idée de les emmener voir de leur propres yeux cette île dont je leur parlais avec passion. Je suis content parce que j'ai atteint mes objectifs qui étaient d'offrir aux jeunes un stage

de qualité tout en leur faisant découvrir mon île natale. J'espère pouvoir renouveler l'opération en améliorant ce qui n'a pas été. Mais globalement, pour une première expérience, j'avoue que je suis amplement satisfait. Nos jeunes cyclistes seront des ambassadeurs du charme marie-galantais puisqu'ils parleront autour d'eux de cette île magnifique qu'il ont eu la chance de découvrir.



La préparation des bokits a été un moment fort du séjour.

► Un anniversaire inoubliable

Mona Pantel, jeune cycliste, a pris l'avion pour la première fois. Et cerise sur le gâteau, elle a pu fêter, dimanche, ses 14 ans à Marie-Galante.

« C'était la première fois que je prenais l'avion et j'ai apprécié le voyage. Nous avons été très bien accueillis ici. J'ai d'ailleurs fêté mon anniversaire pour la première fois



L'adolescente affirme avoir passé un agréable séjour.

en tee-shirt manches courtes.

D'habitude, l'événement se passe sous la neige. C'est très agréable sous le soleil. Ça me change. Marie-Galante est un pays magnifique, avec une belle végétation. Ce n'est pas du tout la même mentalité qu'à Paris. Les gens sont très accueillants et très gentils. Si je pouvais, je reviendrais plus souvent.