
Essais Lieux de pratique du roller

Posté par Titi95 - 19-03-2008 à 09:52

Après la voie verte Gasny / Dieppe (voir post) j'ai voulu faire la découverte d'autres lieux pour rouler. Je vous donne mes impressions.

Samedi 15 mars vers 10h00

Essai au tour du Circuit de Lonchamp

Le circuit de LONCHAMP est un anneau goudronné de 3,6 km autour de l'hippodrome
Ce samedi matin, beaucoup de monde en vélo de course, circulation rapide, voir dangereuse pour les rollers (empatement des pieds),
Démarrage à froid rapide pour suivre un minimum le rythme du flot
Je me suis limité à trois tours.

Ensuite, je me suis rabattu sur les pistes dans le bois de Boulogne juste à coté.
Pas mal de monde aussi (piéton, vélo, roller débutant, chiens) et croisements fréquents ce qui oblige à des ralentissements fréquents.
Revêtement roulant sans plus.
alentours assez jolis, (j'ai fait mon touriste de base qui découvrirait quoi)
J'ai roulé environ 50min.

Mon opinion : à conseiller pour les locaux qui n'ont pas le choix d'aller ailleurs ou alors, venir les jours ou il y a peu de monde (si c'est possible...)

Adresse et localisation Pages Jaunes

Samedi 15 mars 13h00

Essai Piste d'Herblay

C'est à mon retour de Paris ou j'ai voulu essayer cette piste.

C'est un anneau d'environ 200m

Goudronné très roulant et propre, peu de monde, avec 4 pistes de front. Il est bien plat (pas de faux plat)

Idéal pour travailler les croisés (surtout à droite), s'appliquer à faire des mouvements propres et puis pour le travail de fond (cardio linéaire) comme le fractionné.

J'ai tourné 45min.

Avantages :

Pas très loing de Cergy

Place de parking

Eclairage

Inconvénients :

Celui de tourner en rond

Respet des horaires

Horaires :

En semaine de 18h30 à 22h avec éclairage si nécessaire !

Le samedi de 12h à 14h et 16h30 18h30

Le dimanche libre (à confirmer)?

Le Gardien avec qui j'ai discuté est sympa et m'a invité à revenir si je le voulais.

Adresse et coordonnées :

Gymnase rue Orme Macaire 95220 HERBLAY 01 39 97 51 88

Adresse et localisation Pages Jaunes

a+ pour d'autres essais :)

=====

Re:Essais Lieux de pratique du roller

Posté par operron - 20-03-2008 à 23:33

Petit complément d'information sur les pratiques parisiennes:

Le dimanche matin il y a pas mal de vitesseux sur les quais (entre quai de la Rapée-Bastille et le Louvre) vers 9H-10H jusqu'à quasiment midi (selon la fréquentation touristique).

Il y a encore plus de patineurs en vallée de Chevreuse (Le Marais près de Saint-Chéron, ou Saint-Rémy-les-Chevreuses), départ vers 10H.

Longchamp, le dimanche après-midi je ne sais pas si c'est très fréquenté, par contre tu peux y rencontrer des patineurs le samedi après-midi tout comme au bois de Vincennes (circuit du polygone).

=====