



# INFOVELO

Février – mars 2009 Volume 20, No. 9

## ACTIVITÉS ET SORTIES 2009

Nouvelles Vélo plaisirs	2
Mot du président	3
L'ESTIVALE – Journée du dimanche	4
Carnet du cycliste	6
RANDONNÉE VÉLO Pennsylvanie- Maryland	9
Anniversaires	11
Formulaire d'inscription Vélo plaisirs	12

Consultez le calendrier des sorties sur le site web <http://www.veloplaisirs.qc.ca/> pour la liste complète des sorties et activités sociales prévues durant le mois. Il est recommandé de toujours vérifier l'heure et le lieu des départs au calendrier.

### Conférence Voyage en Vélo

**Quand?** Les lundis 9 et 23 février, 9 et 23 mars de 19 h à 21 h

**9 février – Sicile et Nord de l'Italie**, Patrick Lalande et Roger Farley

**23 février – Les Pyrénées**, Jean Roy

**9 mars – Les Maritimes**, Roger Farley, Jacques Lauzon et Sylvie Locas

**23 mars – Les Pays-Bas**, Denis Dagenais

**Où?** Salle polyvalente du Centre communautaire des Trembles, 150 boul. des Trembles (secteur Hull), Gatineau

À la demande générale, il nous fait plaisir de remettre à l'horaire les conférences Voyages en vélo, une activité qui a connu un franc succès il y a deux ans. Ce sera une belle occasion de se rencontrer et d'entendre quelques-uns de nos membres nous raconter leur périple en vélo au Pays-Bas, au Nouveau-Brunswick, en Sicile et autres. Vous pourrez recueillir de l'information précise et demander des questions. On vous attend donc en grand nombre.

Surveillez bien les bulletins Vélo-Bref qui vous annonceront chacune des conférences avec le pays et/ou la région qui sera couvert ou communiquez avec moi, Luc Pelland, directeur des affaires sociales, 819-568-4741, [Luc.pelland@videotron.ca](mailto:Luc.pelland@videotron.ca)

### Les Grandes Retrouvailles 2009

**Quand?** Samedi 14 mars 17 h à 19 h

**Où?** Café aux Quatre Jeudis, 44 rue Laval

**Prix de présence:** Un bon d'achat de 50 \$ pour des produits Louis Garneau

Pour se retrouver entre amis, quoi de mieux

qu'un 5 à 7? Avez-vous le goût de revoir vos amis après un long hiver? Je vous donne rendez-vous pour notre première soirée de l'année au Café aux Quatre Jeudis. Invitez un ami ou une amie non-membre pour lui faire connaître les gens sympathiques du club. C'est un rendez-vous à ne pas manquer!. Responsable: Luc Pelland, directeur des activités sociales

### Soirée d'inscription Vélo plaisirs 2009

**Quand?** Mardi 7 avril, 19 h

**Où?** Relais plein air, 397 boul. Cité-des-Jeunes, secteur Hull (voisin de la polyvalente Mont-Bleu)

À mettre à votre agenda! Toute une saison de vélo vous attend. Deux bons d'achat de 50 \$ pour des produits Louis Garneau à gagner.

### La Printanière 2009

**Quand?** Les 30 et 31 mai

**Destination :** Valleyfield

**Coût?** Environ 160 \$

Quoi? 160 \$ ! Et oui cette année la Printanière n'aura pas de levée de fonds donc pas de commandites c'est ce qui explique en grande partie l'augmentation du prix de l'inscription. Nous devons aussi considérer le prix de l'essence qui fluctue sans cesse, la location du cube et de la camionnette pour le transport des bagages et l'accompagnement sur la route. En plus le comité a décidé de payer les frais pour les bénévoles (7 qui seront là pour vous, sur la route, durant les 2 jours). Le comité travaillera très fort pour amener le prix au plus bas. Le montant inclus également le coucher en occupation double, le souper et le petit-déjeuner à l'hôtel Plaza, tous fournis à l'hôtel, ainsi que les 2 lunches du samedi et dimanche.

Les détails vous parviendront au début d'avril.

Nous comptons bien vous y voir en grand nombre!

Le comité organisateur 2009 : Denise, Jean, Micheline, France, Gilles et Serge.

## CLUB VÉLO PLAISIRS

C.P. 2163, Succ. B  
GATINEAU, QC J8X 3Z4  
(819) 770-VÉLO (8356)  
club@veloplaisirs.qc.ca  
www.veloplaisirs.qc.ca

Le club Vélo plaisirs est dirigé par ses membres. La participation bénévole des membres permet d'offrir une gamme d'activités variées. Ce sont les membres du club qui forment les divers comités, agissent comme chefs de file ou organisent les activités sociales.

Tous sont invités à participer!

### Membres du CA

**Président:** Bertrand Daigneault

**Vice-présidente :** Denise Parent

**Secrétaire :** Richard Bailey

**Trésorier :** Érik Zwarts

**Directeur des sorties :**  
Patrick Lalande

**Directeur des affaires sociales :**  
Luc Pelland

**Directrice des activités techniques :** Roxane Parent

**Directeur du marketing :**  
Benoit Brunet

**Éditeur :** Jean-Baptiste Renaud

## NOUVELLES VÉLO PLAISIRS



**Party de Noël Vélo plaisirs.** « Bonjour les cyclistes, je tiens à remercier les membres qui se sont déplacés au Café aux Quatre Juedis pour le party de Noël Vélo plaisirs. Environ 40 personnes se sont rencontrées au Café aux Quatre Juedis pour parler de tout et de rien. L'ambiance était vraiment le fun, même que l'on se sentait vraiment dans le temps de Noël avec de la belle neige qui tombait. En tout cas, plus qu'à Noël avec la pluie que l'on a eue. Plusieurs arrivaient de faire du ski avec les conditions excellentes que l'on avait. Nous avons effectué le tirage d'un prix de présence. Il s'agissait d'un bon d'achat de 50 \$ de tout produit Louis Garneau à

n'importe quel magasin qui vend les produits Louis Garneau. L'heureuse gagnante fut Roxanne Parent (non, ce n'est pas la sœur de l'ex-prés)... Par la suite, on s'est retrouvé une trentaine de personnes à la Papaye Verte pour un souper. Pas un vrai souper québécois de Noël, mais un très bon souper encore une fois entouré d'amis. Que peut-on demander de plus pour fêter?

Pour ceux qui voudraient voir des photos, elles se retrouvent sur le site web suivant: <http://community.webshots.com/user/veloplaisirs>. Le titre est 2008 - 5 à 7 et souper de Noël.

Merci encore une fois aux participants, c'est grâce à vous que ces soirées sont un succès. À l'année prochaine, Luc Pelland, directeur des activités sociales



### Services aux membres

**Envoi de l'Info-vélo**  
Sylvie Ouellet

**Révision de textes**  
Jacinthe Savard

**Changement d'adresse**  
Jean Roy : 819-770-VÉLO  
jujroy@videotron.ca

**Répondeur téléphonique**  
Chantal Gosselin

**Calendrier des sorties**  
Patrick Lalande: 613-744-8231

#### Vous avez un article?

L'Info-vélo est à votre disposition. N'oubliez surtout pas que la date de tombée des articles et des annonces classées est le 15 du mois. Les annonces classées sont gratuites pour tous les membres. On exige un certain montant pour les annonces de type commercial. Vous pouvez remettre vos textes et photos par courriel au [jbrenaud@sympatico.ca](mailto:jbrenaud@sympatico.ca) Pour plus d'information, téléphonez à Jean-Baptiste au 819-778-0182.

**Prochain voyage en vélo.** Vélo Québec nous propose sa programmation sur le site suivant: [www.veloquebecvoyages.com](http://www.veloquebecvoyages.com). On y apprend, en outre, que le Grand Tour 2009 se tiendra entre Montmagny et Rimouski avec des escapades du côté des Appalaches de la région.

#### L'Estivale en bref - janvier 2009

- Le contrat avec le collège de Kemptville a été signé et le chèque de dépôt envoyé. La confirmation des dates choisies a été

## MOT DU PRÉSIDENT

L'hiver est une période un peu triste pour le cycliste en moi! Mon vélo a eu sa mise au point annuelle et il s'ennuie au sous-sol, et moi, je m'ennuie de lui. Pour garder la forme physique et la fortitude mentale, je fais du spinning et du ski comme plusieurs d'entre vous et c'est durant ces moments qu'il m'arrive de décoller un peu de la réalité.

Il y en a qui pense à leurs amours, d'autres à leurs finances ou à leur travail, mais moi quand je spinne au centre sportif ou que je fais du rouleau dans mon sous-sol, je pense aux beaux moments que j'ai vécus avec mes amis en vélo l'été dernier. Je pense à cette sortie au Lac-à-la-Loutre que nous organisons au mois de mai et lors de laquelle le groupe des modérés (qui se pensaient faibles) est arrivé un gros 30 minutes avant le groupe des forts qui réparaient leurs cervaisons chemin faisant. Je souris à la pensée que le même scénario s'est reproduit lors de la tournée du lac McGregor plus tard en

été. Je pense aussi à toutes ces sorties de la Cabina du vendredi matin durant lesquelles nous avons partagé les imprévus, la pluie, les cafés, les crevaisons (encore!), les lunchs et surtout le beau et le bon temps de rouler ensemble. Je revois aussi ces longues côtes au Berkshire (Vermont) au sommet desquelles nous nous attendions pour reprendre notre souffle et pour nous lancer sur d'aussi longues descentes. Je revois notre petite gang à St-Sixte en train de luncher en route pour le centre de la Petite Rouge. Je vois ces paysages siciliens de villages juchés sur les pics rocheux comme s'ils étaient effrayés d'être attaqués par les hordes de touristes (incluant les cyclistes) qui hantent les lieux en haute saison. Je pense aussi au magnifique parcours automnal qu'est celui de la boucle de Calabogie avec ses forêts et ses champs de maïs. Rempli de ces pensées, je me convaincs que l'entraînement reprend tout son sens.

Il y en a qui pense à leur temps record, au nombre de kilomètres qu'ils réussiront à faire cette année, à leur technique ou à leur style, mais moi quand je fais du ski je rêve à l'été prochain. J'anticipe les odeurs qui se succéderont tout au long de la saison: celle de la terre détrempeée qui dégèle, celle des lilas, celle du foin fraîchement coupé, celle des champs de trèfle et, finalement, celle des feuilles mortes. Je rêve de rouler dans le Parc. J'imagine toutes les sorties de groupes, les entraînements, les ateliers, les sorties spéciales et les rencontres entre amis que le Club organisera et mon cœur se réjouit parce que je sais d'avance que je vivrai de bons moments l'été prochain.

Je vous souhaite autant de beaux rêves cyclistes pour l'année qui vient!

Bonne et Heureuse Année,

Bertrand Daigneault, président

## Nouvelles Vélo plaisirs (Suite)

- garantie, soit les 11 et 12 juillet 2009.
- Notre ami Maurice s'est porté volontaire pour effectuer le transport des bagages. Un gros merci Maurice.
  - François et Jacinthe ont confirmé leur participation comme chef de file touriste intermédiaire pour les 100 km. Un autre gros merci. En parlant de chefs de file, j'en ai deux probables et si vous désirez venir grandir le nombre des chefs de file faites-moi signe à [lestivale@yahoo.ca](mailto:lestivale@yahoo.ca) ou à [ed961@ncf.ca](mailto:ed961@ncf.ca), je me ferai un plaisir de vous contacter.
  - En dernier, j'aimerais remercier Jean-Baptiste pour son apport à l'Estivale. Il a été un des premiers à croire en l'évènement et à l'endosser. Il a été généreux avec ses conseils et son temps même s'il avait l'Info-vélo à faire paraître régulièrement. Un ami depuis

le début à divers postes, toujours prêt à mettre la main à la pâte pour le club. Donc, OYÉ, OYÉ, OYÉ braves gens, un gros HIP HIP HOURRAH!  
Bravo! Un beau travail bien fait. Merci encore. Ronald Simard, coordonnateur de l'Estivale

### 7<sup>e</sup> Rallye Vélo plaisirs – samedi

**6 juin.** « Bonjour à tous, Simplement vous dire que je prépare un 7<sup>e</sup> rallye à vélo dont le thème sera James Bond 007. Ouais, ça promet beaucoup de plaisirs entre amis. À mettre à votre agenda, samedi 6 juin 2009. L'information sortira au printemps, donc à suivre... » Patrice Desjardins, coordonnateur du Rallye Vélo plaisirs

### Invitation à participer à The Great Waterfront Trail Adventure.

« Bonjour à tous, Ça vous tente de pédaler avec moi pendant 1 semaine? Du 4 au 11 juillet 2009, je participe pour la première fois à une randonnée en vélo organisée par The Great Waterfront Trail Adventure. C'est la 2<sup>e</sup> édition. Ça ressemble un peu au Grand Tour sauf que ça se passe en Ontario.

Voici le trajet en vélo:

Jour 1 – Niagara-on-the-Lake à Hamilton, 74 km

Jour 2 – Hamilton à Toronto, 67 km

Jour 3 – Toronto-Darlington Provincial Park, 81,6 km

Jour 4 – Darlington Provincial Park à Presqu'île Provincial Park, 113,6 km

Jour 5 – Presqu'île Provincial Park à Kingston, 132 km

Jour 6 – Kingston à Johnstown, 113 km

Jour 7 – Johnstown à Cornwall, 83 km

Jour 8 – Cornwall à Rivière-Beaudette,  
35 km

Le coût par personne est de 450 \$ comprenant le transport des bagages, le mécanicien, l'encadrement, etc.

Les repas ne sont pas compris, donc il faudra déboursier à peu près 35 \$ par jour.

L'organisation passe dans 41 municipalités. Pour l'hébergement, vous pouvez choisir entre camping, hôtel, motel, gîte du passant.

Je vous invite à regarder le site web [www.waterfronttrail.org](http://www.waterfronttrail.org) Au plaisir et à bientôt,» Patrice Desjardins, [patrice.desjardins@sympatico.ca](mailto:patrice.desjardins@sympatico.ca)

**Des photos ou des vidéos** sont prises lors d'un grand nombre d'activités du club. Les participants aux sorties inscrites au calendrier, aux ateliers, aux présentations et aux activités sociales

peuvent être photographiés par une personne désignée, ou par l'un ou l'autre des membres présents. Il est d'usage de publier ces photos dans des albums sur Internet. Occasionnellement, elles pourront servir à du matériel publicitaire propre au club, être publiées dans la revue mensuelle du club, ou être remises aux médias à des fins promotionnelles. Malgré le consentement donné sur le formulaire d'adhésion, si vous désirez ne pas voir publier une photographie ou des images sur lesquelles vous êtes identifiable, il vous suffira de le dire au photographe qui effacera aussitôt la photo ou la vidéo de son appareil. On peut faire retirer une photo ou une vidéo d'un album (ou faire modifier la légende qui l'accompagne) en tout temps en s'adressant à [club@veloplaisirs.qc.ca](mailto:club@veloplaisirs.qc.ca). Les albums sont rassemblés dans une photothèque à l'adresse <http://www.veloplaisirs.qc.ca/Photo.aspx>

**Vélo Québec incitera les jeunes à bouger.** Au cours des trois prochaines années, Vélo Québec pilotera le projet À pied, à vélo, des villes actives! Le but: faire bouger les jeunes, leur donner le goût de se déplacer chaque jour autrement qu'en véhicule motorisé. Avec une enveloppe budgétaire de 3,3 M\$, reçue du Fonds pour la promotion des saines habitudes de vie, Vélo Québec offrira notamment un programme de formation au personnel des municipalités ainsi qu'une nouvelle édition du guide technique d'aménagement des voies cyclables, enrichie d'une section d'aménagements destinés aux piétons. Après le succès remporté dans le cadre du programme connexe « Mon école à pied, à vélo! », Vélo Québec étend son action à plus grande échelle. Et que ça bouge!

## L'ESTIVALE 2008 – Partie 2: Journée du dimanche

Au réveil, le dimanche matin est nuageux et venteux. Au moins, le vent nous souffle quart arrière avec la promesse que nous roulerons carrosse pour entrer en ville. Allez! au petit déjeuner et que ça saute! Nous sommes les derniers à déjeuner, alors ça presse.

Les vélos sortent de leur refuge. Ils s'éveillent doucement poussés par de mains tendres. Ils sont tout prêts à partir. Tous les pelotons partent les uns après les autres. Un volera comme une flèche directement vers la Maison du citoyen, un autre suivra le même parcours qu'hier espérant éviter le gros de la flotte. Un vélo à réparer et voilà les filles qui partent. À notre tour, c'est le départ. Oui, nous suivons le trajet d'hier. Mau (Maureen) me décerne la tête du peloton. Alors, telle une locomotive à vapeur dont le rythme accélère, nous laissons Kemptville derrière nous. Fini les arrêts à toutes les intersections et la circulation citadine, nous y appliquons

une bonne jambe. Le paysage défile à bon train. Plusieurs remarquent que la journée d'hier était plus difficile, c'est une histoire de vent. Clic! Un pignon de plus et le gros plateau... WOW! Ça va bien, je pourrais prendre un autre pignon. Un regard au rétroviseur me rappelle que je mène le peloton et qu'il s'étire. Baisse d'un pignon et une belle chanson dans la tête, l'asphalte défile sous nos roues. Oui, il y a de gros nuages pleins de pluie à notre gauche qui menacent et se dirigent assurément vers nous. Il faut les garder à l'oeil. Ils semblent avoir des idées noires. Voilà le petit pont en construction, un arrêt pour laisser passer la circulation opposée. Mau sort ses toasts, car elle n'a pas déjeuné. Nous arrêtons quelques minutes. Tous en profitent pour s'accorder un court repos et reprendre leur souffle.

J'ai dû être un majordome tyrannique. Mau dirige le peloton et je me laisse

guider par mes copines qui me devancent. En quatre coups de pédales et deux zigzags, nous voici à l'intersection qui mène à Osgoode. Une question: est-ce qu'on continue ou on s'arrête? Après un court délibéré, nous continuons car les nuages de gauche se font plus menaçants et il est trop tôt pour bouffer. En route, les aventuriers du vélo. C'est presque du cycloportif. Quel beau peloton! Au pont, quelques gouttes des méchants nuages tentent de nous terroriser. Comme nous sommes braves et valeureux, nous y mettons toute la gomme, sachant que si nous pouvons prendre les devants, nous n'aurons pas à subir le gros de la flotte. Pousse, tire et un peu plus loin c'est notre récompense. Un léger saupoudrage d'eau qui nous rafraîchit au lieu de nous noyer. Nous planifions dîner à Barrhaven, au restaurant Broadway. Arrivés au centre d'achat, nous nous dirigeons au restaurant. Les vélos sont cadénassés ensemble et la chaleur nous invite avec

son chant de sirène, la bonne bouffe sent bon. Enfin, un estomac grogneur qui sera silencieux. Quoi? Ah, non! Nous apprenons qu'il y aura 30 minutes d'attente pour avoir une table. Résignés, nous nous dirigeons vers le Subway, où l'air climatisé est tellement fort qu'il y fait plus froid que dehors.

Le téléphone sonne et voilà Martin qui me dit que les gardiens de sécurité de la Maison du citoyen n'ont pas notre réservation pour la Salle des fêtes. Je lui confirme que nous avons réservé. Il négocie avec les personnes responsables et me rappelle pour me dire que nous pourrions nous servir de la Salle des fêtes. Un grand Merci à Martin.

Deux copines profitent d'un « lift », mais avant de les laisser partir, la promesse est faite de se revoir à la Maison du citoyen.

Nous enfourchons nos vélos. Comme des petits poussins, nous suivons maman Mau et nous entrons dans Ottawa comme Alexandre le Grand: sans tambours et ni trompettes. Mais que voulez-vous, nous faisons de notre mieux. Les feux se sont donné le mot et nous les traversons tous verts. Enfin un feu rouge, un petit arrêt ne fait pas mal. Nous nous regroupons. Une de nos participantes demande à Mau si c'est sa bouteille d'eau qui s'écoule. Oui, c'est le pfff tsssss qui est suivi d'un « non c'est une crevaillon ». Arrêt obligatoire de l'autre côté des feux de circulation. Certaines sont très intéressées par cette petite réparation et elles suivent les étapes religieusement jusqu'au regonflement. En voiture! Et tous se dirigent vers la Maison du citoyen. Cette fois-ci, les feux ne collaborent pas et nous voici séparés en deux groupes. La volée de clochettes marque notre arrivée triomphale à la Maison du citoyen. Oui, nous l'avons fait. BRAVO! BRAVO!

Une fois à la Salle des fêtes, Mau s'occupe à placer les tables avec Alain qui a su être un bon sauveur. Il nous prête un sérieux coup de main. Merci beaucoup Alain. Je récupère la voiture avec les denrées. Les certificats-cadeaux



**Les beaux sourires de l'Estivale 2008**

sont remis aux présents. Il y a des barres nature, des chips et des biscuits, de l'eau et du thé glacé de disponibles. Les conversations vont bon train et voici que d'autres pelotons arrivent. Vers les 16 h, le groupe se défait chacun de son côté. L'an prochain? Oui, oui, on y sera.

Un peloton manque toujours à l'appel! Nous nettoyons la salle et nos pensées vont vers le peloton manquant. Aucune réponse au cellulaire, les cent pas sont faits par François, car c'est le peloton de Jacinthe, sa douce moitié, qui se fait attendre. La « folle du logis » tente de nous prendre en main avec toutes sortes de présomptions négatives. Philippe de Pecco's est volontaire pour les retrouver. Mais où aller? Alors, nous prenons notre mal en patience. Enfin, voici notre peloton manquant qui tourne le coin du patio. Ouf! La tension sort, la joie revient et Alain prend une photo dont il vous a parlé dans le dernier Info-vélo. Oui, elles ont fait les 100 km à leur vitesse et sont dans leur horaire. Enfin, nous respirons tous.

Les moteurs démarrent, les automobiles quittent les lieux et le silence reprend possession de la cour de la Maison du citoyen. Tous reprennent le chemin de la maison, satisfaits d'avoir accompli une belle fin de semaine à vélo, un défi et du nouveau paysage...

Elle est finie la belle histoire de l'Estivale 2008! Mais l'an prochain... Tu vas voir!!!

Comme vous pouvez tous le constater, plusieurs ont mis la main à la pâte pour vous permettre de participer à cette fin de semaine superbe.

Notre présidente et notre conseil d'administration ont su reconnaître cet événement. Martin a agi comme trésorier, négociateur et conseiller de première classe. Maurice a accepté de conduire le camion à bagages.

Les chefs de file ont été superbes.  
Cyclo sportif: Pierre La Roche  
Cyclo sages: Suzanne Blais  
Touriste A: Alain (bicycle) Gauthier  
Touriste B: François Gélinas, René Prévost et Jacinthe Savard  
Touriste C: Maureen Edwards

Ce sont tous des nôtres qui ont religieusement donné leur temps et qui ont su tirer leur épingle du jeu lorsque nécessaire. Et que dire des réservistes dans les coulisses, qui si le besoin était, auraient sauté à pieds joints dans la galère. Oui, il y avait des chefs de file en réserve.

À Jean Baptiste qui avec l'Info-vélo nous a informé et donné le goût de participer.

À la personne qui nous a fait une belle page Web.

À Jacinthe Savard, Monique Charbonneau et Jacynthe Dubé pour la révision superbe des textes.

Suite page 8

# Le Carnet du Cycliste

**E.M. Précision**

GPS et accessoires  
Vêtements tactiques  
Optique et jumelles  
Accessoires de tir sportif  
Expertise et service  
en armes à feu

26 boul. St-Raymond  
Gatineau, Québec  
Tél. : 819.770.4GPS  
Sans frais : 1.866.661.9687

**FRESH AIR  
EXPERIENCE**

1291 Wellington  
Ottawa, Ontario  
K1Y 3A8  
Tél.: (613) 729-3002  
Télééc.: (613) 729-9352

Sans frais: 1-877-722-3002  
Courriel: [freshair@magma.ca](mailto:freshair@magma.ca)  
[www.freshairexp.com](http://www.freshairexp.com)

Vélo à votre mesure  
Vélo sur mesure

**CYCLE.**  
*ontariens*

1955 St-Louis  
Gatineau, J8T-4H6  
819-568-4871

**GIANT**

**CA** Suzanne Bisson-Girard  
Comptable agréée

101, rue Cholette  
Gatineau (Qc) J8Y 6L7  
Tél. : 819-770-3753  
Télééc. : 819-770-6125  
[bissons@videotron.ca](mailto:bissons@videotron.ca)

**PECCO'S** Vélos, skis et accessoires

**Deux magasins pour vous servir...**

 **eclipse**

86 Murray  
Ottawa, Ontario  
K1N 5M6  
TÉL : 562-9602  
TÉLÉC : 562-9677

79 Laval  
Hull, Québec  
J8X 3H2  
TÉL : 771-8933  
TÉLÉC : 771-9263

# Le Carnet du Cycliste

**On va vous faire toute une impression!**  
rapide • couleur • qualité • prix

centre de photocopie

**copie**

685

ERIE • RELIURE

**COOPSCO**  
centre de photocopie

**copie CONFORME**

LASER COULEUR • PLIN • PAPETERIE • RELIURE  
685, boul. St-Joseph, Hull • T10-0637

Copie Conforme est une division de la Coopérative Collégiale et Universitaire de l'Outaouais.

**Bicyclettes de Hull**  
Un vélo à votre mesure!

675, Boul. St-Joseph  
Gatineau, Qc J8Y 4B4 (819) 770-6355

Le seul et l'unique **cycle bertrand** depuis 46 ans

Une des 10 meilleures boutiques en Amérique du Nord

Pour des conseils, du service et un suivi continu de haute qualité **bertrand** sur mesure ...Revue Bicycling 1991

Réparation de toutes marques  
Pièces - Accessoires - Vêtements - Vente & Location de vélos

SHIMANO Vélos électriques VALEC Easy GO Genesis Bicycles

**819-771-6858**  
136 Eddy, (Hull) Gatineau

**YAKIMA THULE SportRack**

**RAIK**  
Stéphane Franchi

tel: 819-771-8RAK (8725)  
fax: 819-771-1604

salle de montre  
76 rue Lois #7  
Gatineau (Hull)  
J8Y 3R4

**L'Entreprise « Clém Y Den »**

Les spécialistes du tricycle  
Denis Saint-Cyr, président

Représentant : Alain Gauthier, 819-246-9882  
1454, avenue Forand, Plessisville, Québec G6L 1X4  
[www.clemyden.com](http://www.clemyden.com)

**adidas** **20%** de rabais sur les lunettes de vélo Adidas aux membres de Vélo-plaisir

• examen de la vue  
• lunetterie

**L'OPTOMÉTRISTE**  
DR PIERRE PELLETIER, OPTOMÉTRISTE  
390, MALONEY EST, GATINEAU (À CÔTÉ DE LA LIBRAIRIE RÉFLEXION)  
**669-2019**

# Le Carnet du Cycliste

Relais plein Air - Club Skinouk  
Parc de la Gatineau




397, boul. Cité-des-Jeunes, Gatineau 819-595-9001  
relaispleinair@bellnet.ca

aux  
4  
patis

44, rue Laval, (Vieux-Hull)  
Gatineau, QC (819) 771-9557

Café Bar

Vélos des Ronds-Points



3 Dalpé, Gatineau  
819.776.9993  
www.velosdesrondspoints.com

 **Cyclo-sportif  
G.M. Bertrand Inc.**

167, rue Wellington  
Gatineau (QC)

T: 819.772.2919  
F: 819.772.4774

www.cyclegmb Bertrand.com



## L'Estivale 2008 (Suite)

À Sylvie Ouellet pour l'envoi des Info-vélo.

J'espère n'avoir oublié personne, car tous les bénévoles sont très importants. Sans eux, aucun événement n'est possible.

Et finalement à tous les participants qui ont bien représenté leur club lors de cette randonnée.

Une seule clé perdue, ce n'est pas trop pire comme désastre.

Il y a aussi nos commerçants commanditaires qui ont cru en nous:

G.M. Bertrand  
Pecco's Vélo  
Les Bicyclettes de Hull  
Cycle Outaouais

Bushtuka  
Fresh Air

Un gros merci à tous. Ronald Simard, organisateur et coordonnateur de l'Estivale



# RANDONNÉE VÉLO Pennsylvanie-Maryland

## « ÉPOUSTOUVÉLOTION » (Pittsburgh-Washington)

Le Great Allegheny Passage (GreatAlleghenyPassage.org ou 888-282-BIKE pour recevoir gratuitement le dépliant) est une piste cyclable de 335 milles répartis comme suit : 132 milles sur une ancienne voie ferrée de Pittsburgh en Pennsylvanie à Cumberland au Maryland et 184.5 milles le long du Chesapeake and Ohio Canal Towpath (voir [www.nps.gov/choh](http://www.nps.gov/choh)) de Cumberland à Washington D.C.

Voici quelques données de notre périple dans la partie de la Pennsylvanie.

- Belle piste couverte de poussière de roche;
- Longe la rivière Youghiogheny, une petite rivière sinueuse qui, presque tout le long du trajet, chatouillait nos yeux;
- À certains moments, je me voyais dans le film « Delivrance »;
- Les arbres forment de temps à autre un tunnel de verdure qui inspire un romantisme « quiet »;
- Des épaves des mines de charbon se dressent pour nous rappeler que les civilités humaines ont été une base du développement régional;

- Un très long pont cyclable (le Salisbury Viaduc - 1 908 pieds) passe au-dessus d'une autoroute, d'une voie ferrée double, d'une route de campagne le tout mettant davantage en valeur les fermes et les montagnes qui se profilent au loin;

- Un autre (le Keystone Viaduc - 909 pieds) nous fait voir la « majestuosité » des espaces, tandis que la turbulence de la rivière en dessous laisse entendre sa mélodie;

- Le Big Savage Tunnel (3 294,6 pieds) a été construit en 1912 et rénové pour les cyclistes en 2006 au coût de 12MM \$. Une merveille de solitude, sa noirceur nous attire. Lorsqu'on y entre, l'espoir nous aspire puisqu'au loin,

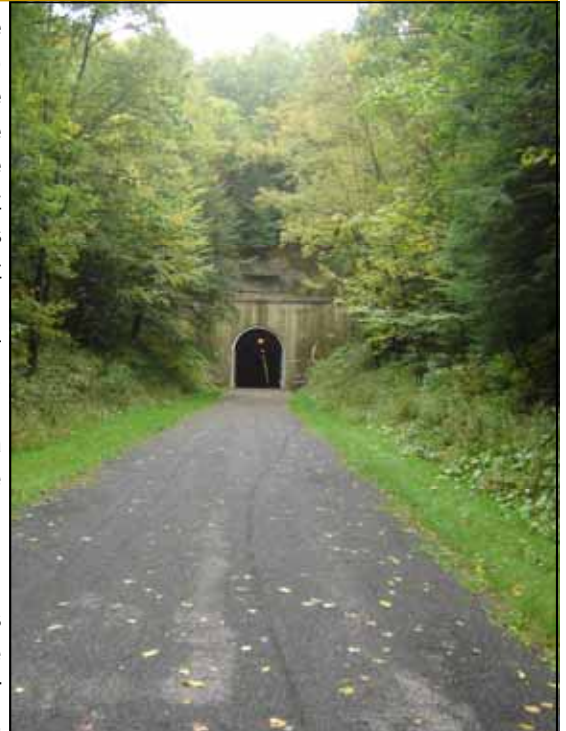
à la sortie, se profile un jet de lumière. Un banc nous attend pour permettre davantage à nos yeux de se vautrer dans la quiétude « orgasmique » du paysage;

- Le Eastern Continental Divide nous laisse perplexe;

- Près d'Ohiopyle, prenez le temps de visiter deux maisons construites par LE

GRAND architecte Frank Loyd Wright (Fallingwater et Kentuck Knob). Fallingwater est un « must » mais il faut réserver, car des gens de par le monde y viennent pour apprécier une œuvre de ce génie. Fort Necessity est un autre endroit qui historiquement vaut son pesant d'or; et finalement

- Un train à vapeur (un train géant comme ceux des années 50,



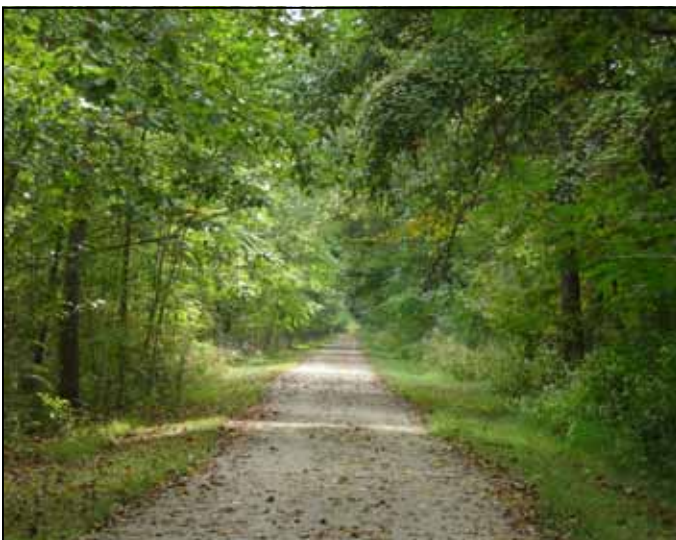
Big Savage Tunnel

pas un microbe comme celui des années 20) vous accueille dans une courbe à un moment où vous vous y attendez le moins.

Les montées sont gentilles: 1 % et un peu plus quelquefois. À partir de Meyersdale, la descente vers Cumberland va jusqu'à 3 % à certains endroits, mais la moyenne est de 2 %. Les villages à travers lesquels nous passions étaient intéressants et l'accueil y était bienveillant. On y trouvait de temps à autre des services de mécanos-vélos. Le prix du logement est très abordable, de même que ceux dans les restos. Ce n'est pas la grande gastronomie, mais c'est bon et simple.

Voici quelques endroits où nous avons logé :

- À Bell Vernon (entre West Newton et Smithon) qui n'est pas inscrit sur la carte du Great Allegheny Passage: Knotty Pine Motel, dans la même unité



Allegheny Passage



**Allegheny Passage — Pont Meyersdale**

Panhandle Trail, Laurel Highlands Hiking Trail, etc. À Gettysburg, vous trouverez le site d'une très grande bataille de la guerre civile américaine où plus de 51 000 soldats y sont morts ou ont été blessés en trois jours. Il faut plus d'une heure en auto pour faire le tour ([www.nps.gov/gett](http://www.nps.gov/gett) ou 717-334-1124). Lincoln y a prononcé un discours important et comme le veut la tradition U.S. « It's big ».

Nous n'avons pu faire la partie de Cumberland à Washington car pendant plusieurs jours la forte pluie a fait des siennes, rendant la piste difficilement praticable. Nous nous sommes alors dirigés vers Salisbury au Maryland. Nous avons fait des « pétales » magnifiques. (J'utilise le mot pétale dans le sens des pétales d'une fleur, car nous nous trouvons au centre et chaque jour nous partions du centre pour faire une randonnée, un pétale de cette fleur magnifique de voyage.) Une dans les marais où se prélassaient des cygnes blancs et de nombreux hérons blancs. Une autre où les chevaux sauvages brouaient près des dunes de sable, sans se préoccuper de nous, alors que la mer en arrière-plan nous invitait à venir la cajoler.

deux chambres avec chacune un lit double, le tout pour 54 \$. Pour y arriver, vous devez grimper une pente assez stimulante mais facile. Vous pouvez manger (souper et déjeuner) au Cedar Brook Golf course. La vue de la terrasse est très belle et les collines qui se profilent au loin vous aiguissent l'appétit. Il y a aussi des chambres simples. Pour information: [www.knottypinemotel.net](http://www.knottypinemotel.net) ou 724-929-7010. Demandez Daniel.

House Restaurant. Accueil chaleureux dans une atmosphère familiale. Très bonne table à un prix abordable. Il est préférable de réserver: 814-634-8145 (Beth et Mike)

- À Cumberland, nous nous sommes régalés au resto The Crabby Pig.

En Pennsylvanie, en dehors du réseau cyclable, il y a de magnifiques randonnées pédestres: Montour Trail,

- À Ohiopyle, il y a une belle randonnée pédestre à faire. Les rapides accueillent les kayakistes avec un grondement chaleureux. Il y a plusieurs gîtes; on dirait qu'ils appartiennent tous au même proprio. Le Ohiopyle House Café vous sert un vrai verre de vin pour 4 \$ (jusqu'à ras le bord) tandis que la Marce Tavern (de l'autre côté du pont) vous sert une bonne bière locale.
- À Meyersdale, The Burgess' House date des années 1900. Les chambres sont très grandes et très belles avec leurs meubles de l'époque (40 \$ ou 45 \$ par nuit dépendamment de la chambre). L'horloge grand-père vous y souhaite la bienvenue. Pour information: [Theburgess.com](http://Theburgess.com) ou 814-662-2436. Nous y avons trouvé notre meilleur resto du périple, le White



**Fallingwater**

Nous avons voulu bénéficier des meilleurs rabais dans les hôtels lorsque nous voyageons avec l'auto. Dans les centres touristiques de l'État et quelquefois ailleurs, on trouvait des feuillets qui contenaient des coupons donnant jusqu'à 50 % de rabais pour des chambres. On peut aussi trouver ces « coupons-rabais » sur internet: [hotelcoupon.com](http://hotelcoupon.com), [travelcoupon.com](http://travelcoupon.com), [roomsaver.com](http://roomsaver.com) et d'autres.

Nous étions deux joyeux lurons et deux joyeuses luronnes. Une ou deux personnes partaient avec l'auto le matin pour se rendre au point d'arrivée que nous avons déterminé au préalable. Puis, elles enfourchaient leur vélo et venaient à la rencontre des deux autres qui étaient partis en même temps sur la piste cyclable. Nous dînions ensemble. Et l'équipe pédalait allègrement vers le « reposolbie ». Nous roulions une soixantaine de kilomètres par jour. C'était fin septembre et début octobre.



MaryLand — Vers Hoopersville

Les feuilles changeaient de couleurs et il y avait très peu de touristes. Bonne randonnée, Michel Légère

Si vous avez besoin d'information supplémentaire, n'hésitez pas à communiquer avec moi.

P.-S. « N'hésitez pas à dire « BONJOUR » et à mentionner que vous venez du Québec. Faites-le avec votre plus bel accent québécois, ils aiment ça. » ML

## BONNE FÊTE!!!

### Février

- 1 France Paquet
- 2 Maryse Dionne
- 3 Gilles Favreau et François Laplante
- 4 Denis Paquette
- 6 Andrée Bigelow, Julie Salomon et Louis Tremblay
- 9 Judith Pelletier et Yves Roy
- 11 Isabel Mainville
- 14 Maurice Bergeron et Normand Bergeron
- 19 Emmanuelle Gagnon
- 20 Sylvie Ouellet
- 21 Louise Allaire

### 23 Louise-Hélène Lampron et

- Lucie Levert-Legault
- 24 Patrice Prud'homme
- 26 Maureen Edwards et Martin Frenière
- 27 Marie-Lyne Tremblay
- 28 Robert Rochon

### Mars

- 6 Paul Cuerrier et Doris Laplante
- 7 Lynne Lapointe
- 8 Marc Angers et Yanik Robidoux
- 10 Josée Pronovost et Rodolphe Rehel
- 11 Dominique Ratté
- 12 Louis Picard

- 13 Hélène Favreau et Marie-Josée Ladora
- 17 Renée Saint-Arnaud-Watt
- 18 Gérald Dionne et Jacques Lauzon
- 19 Christiane Drouin et Laetitia Martin
- 21 Alain Pigeon
- 24 Martin Savoie
- 26 Madeleine Bastien
- 28 Julie Gilbert
- 29 Pierre Charbonneau
- 30 France Morin et Chantal Parent
- 31 Sylvain Lemay et Réjean Nappert

## Adhésion 2009 - Club Vélo plaisirs – Adhésion 2009 – Club Vélo plaisirs – Adhésion 2009

### Frais d'adhésion (du 1<sup>er</sup> avril 2009 au 31 mars 2010)

Individu : 45 \$

Famille : 45 \$ pour la première personne et 25 \$ par personne additionnelle demeurant à la même adresse

Étudiant : 25 \$ pour les étudiants à plein temps de moins de 25 ans

Mode de paiement : Comptant

Chèque  (Libellé au nom de club Vélo plaisirs)

### EN CARACTÈRES D'IMPRIMERIE S.V.P.

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_ Province : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_ (jr) \_\_\_\_ (mois) \_\_\_\_ (année) Tél. : (rés.) (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_ (trav.) (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

### Autres membres demeurant à la même adresse :

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_ (jr) \_\_\_\_ (mois) \_\_\_\_ (année) Tél. : (rés.) (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_ (trav.) (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_ (jr) \_\_\_\_ (mois) \_\_\_\_ (année) Tél. : (rés.) (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_ (trav.) (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

### Cochez l'information que vous **NE désirez PAS** voir publier dans le Bottin des membres 2009

Adresse

Tél. (rés.)

Tél. (trav.)

Courriel

### Indiquez le ou les volets qui vous intéresse(nt) :

Randonneurs (piste cyclable - vitesse de 15 à 20 km/h)

Touristes-randonneurs (piste cyclable et route - vitesse de 18 à 22 km/h)

Touristes intermédiaires (route - vitesse de 22 à 26 km/h)

Touristes avancés (route - vitesse de 26 à 30 km/h)

Sportifs sages, modérés et avancés (sur route et en petit peloton serré avec rotation) - vitesse de 25 km/h et plus

Ces vitesses ne sont pas des moyennes, mais plutôt un rythme, régulièrement maintenu autour de ces vitesses, selon le groupe. En début de saison, ces vitesses sont quelque peu réduites.

### Versions électroniques

Cochez si vous souhaitez recevoir le journal **Info-vélo** électroniquement seulement. (Mercil)

Cochez si vous souhaitez recevoir le **Bottin** des membres électroniquement seulement. (Mercil)

Je soussigné(e), reconnais que la pratique du cyclisme comporte l'existence de dangers et de risques réels de blessures et d'accidents graves. **Je déclare connaître la nature et l'étendue de ces dangers et de ces risques et j'accepte, librement et volontairement, de les courir.** De plus, je dégage le club Vélo plaisirs et ses représentants de toute responsabilité qui pourrait résulter de la pratique de ce sport dans le cadre des activités organisées par le club Vélo plaisirs et ses représentants.

Je consens à ce que des photos ou vidéos sur lesquelles j'apparais soient affichées sur le site du club ou utilisées pour l'Info-vélo sans pour autant perdre mon droit à les faire retirer pour quelque raison que ce soit.

J'ai signé \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_

### Autres membres demeurant à la même adresse

J'ai signé \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_

J'ai signé \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_

Postez à Club Vélo plaisirs, C.P. 2163, Succ. B, Gatineau, Québec J8X 3Z4

club@veloplaisirs.qc.ca ou (819) 770-VÉLO (8356) ou www.veloplaisirs.qc.ca