



DANS CETTE ÉDITION

Annonces de Patrice	2
Mot du président	3
Une semaine de vélo en Australie	3
L'Automnale 2009	4
La Garonne en vélo	5
Carnet du cycliste	6
Autre pays, autre problème	9
Sortie préparatoire en vue d'une cyclo sportive	10
Postes ouverts au conseil d'administration	10
Anniversaires octobre	11
Anniversaires novembre	11
Inscription Automnale	12

Assemblée générale annuelle, soirée de clôture Vélo plaisirs 2009 et soirée de remerciement des bénévoles

Quand ? Samedi 17 octobre

Où ? Relais plein air, 397 boul. Cité-des-jeunes (secteur Hull)

Vous êtes cordialement invités à la Soirée de clôture du club qui aura lieu immédiatement après l'Assemblée générale annuelle du club, le samedi 17 octobre. Cette soirée constitue une occasion unique de célébrer cette merveilleuse saison de vélo 2009 et de souligner également le travail formidable accompli par tous les bénévoles du club. Il y aura tirage de prix de présence au cours de la soirée.

Comme nous devons connaître le nombre de personnes pour le buffet, toutes les personnes intéressées (y compris les conjoints des membres et autres non-membres invités) doivent me confirmer leur présence avant le mardi 13 octobre par courriel ou par téléphone. Dans votre message, veuillez me donner votre nom, votre statut, membre ou non-membre, ainsi que le(s) nom(s) et le(s) statut(s) de votre (vos) invité(s).

Déroulement de la soirée

Cocktail de bienvenue : 18 h

Souper Buffet : 19 h

Discours et prix de présence : 20 h 30

Soirée dansante : 21 h à Minuit.

Cocktail de bienvenue

Vin offert par Vélo plaisirs

Au menu

Entrée - Trottoir de tomates et basilic

Petit pain et beurre, salade mesclun, crudité, marinades, cretons et terrines, poulet grillé,

sauce aux tomates séchées, lasagne

végétarienne, riz Pilaf, jardinière de légumes, desserts assortis, thé et café. Apportez votre boisson alcoolisée préférée.

Coût du souper: 20 \$ pour les membres et 25 \$ pour les non-membres, payable à l'entrée, en argent comptant ou par chèque.

RSVP avant le mardi 13 octobre à Luc Pelland: Luc.pelland@videotron.ca ou 819-568-4741. IMPORTANT : Il y a seulement 100 places de disponibles, alors faites vite !



Soirée de clôture Vélo plaisirs 2008

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-président : Denise Parent

Secrétaire : Richard Bailey

Trésorier : Érik Swartz

Directeur des sorties :

Patrick Lalande

Directeur des affaires sociales :

Luc Pelland

Directeur des activités techniques : Roxane Parent

Directeur du marketing :

Benoît Brunet

Éditeur : Michel Desmarais

Annonces de Patrice Desjardins

Bonjour les amis(es)
Quoi faire cet automne? Vous êtes un amateur de scrabble? Si oui, il existe un club de scrabble dans l'Outaouais. Il y a des parties amicales, homologuées et jokers. On joue les lundis et les mercredis. La partie débute à 19 h 30. Il est recommandé aux nouveaux d'arriver au moins 20 minutes à l'avance, question de s'installer et de se faire expliquer la façon de procéder. On demande 5 dollars par soir. C'est gratuit

PROJET DE VOYAGE EN VÉLO

On rêve déjà aux voyages en vélo pour l'été 2010? Juste par curiosité, je suis allé voir sur le site web de Vélo Québec et une nouvelle destination est forte intéressante: Montréal-New York en vélo, wow! Je compte peut-être y aller avec une petite gang de Vélo plaisirs si vous démontrez l'intérêt de faire ce voyage en vélo avec moi. Ça vous tente? Ce sera un beau défi à relever.

Durée du voyage: 10 jours (version mollo) Quand ? 28 mai au 7 juin 2010

la première fois. Si jamais les joueurs veulent adhérer à la fédération, il leur en coûtera 30.00 \$ pour l'année. Cela leur donnera le droit de recevoir l'Échoscrab (4 publications par année) et de participer aux différents tournois en province. À noter que les frais de 5 \$ sont les mêmes, qu'on soit membre ou pas.

Vous pouvez venir 1 fois ou 2 fois par semaine, toutes les 2 semaines, 1 fois par mois, à l'occasion, quand ça vous tente. Vous êtes libre

quand vous voulez.
N' O U B L I E Z P A S
D'APPORTER VOTRE JEU DE
SCRABBLE SI VOUS VOULEZ
JOUER. CHACUN A SON JEU.

Voici l'adresse:

Collège de l'Outaouais
(Campus Félix-Leclerc) local
F1324

820, boul. de la Gappe,
Gatineau

Pour plus d'informations:
Patrice Desjardins au
819-665-9935 ou à
patrice.desjardins@sympati
co.ca



Participants Automnale 2009



Services aux membres

Envoi de l'Info-vélo

Réjean Labonté

Révision de textes

Jacinthe Savard

Changement d'adresse

Jean Roy : 819-246-5597
jean.roy.velo@gmail.com

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 micheldenisdesmarais@videotron.ca Pour plus d'information, téléphonez à Michel au 819-332-1365.

Il existe la version expresso: Montréal à New York en 5 jours en vélo si cela vous intéresse. C'est bon pour les sportifs

Voir le site web www.velo.qc.ca pour tous les détails.

Donnez-moi de vos nouvelles si vous allez le goût d'y aller.

Au plaisir et à bientôt

Patrice Desjardins : 819-665-9935 ou
patrice.desjardins@sympatico.ca

MOT DU PRÉSIDENT

Avec son climat doux et magnifiquement ensoleillé, le mois de septembre a presque racheté l'été pourri ! Les quelques 90 participants de l'Automnale ont profité de cette température extraordinaire, avec en prime un bon vent de dos au retour. Le site de la Petite Rouge est toujours aussi accueillant et charmant avec son lac pour la baignade et son feu de camp sous la Voie Lactée. L'Automnale a accueilli une visiteuse de Terre-Neuve qui attaquait les côtes avec un plaisir fou (quelles côtes? semblait-elle dire) ainsi que le jeune Samuel de 13 ans qui a facilement accompagné son père sur le parcours moyen. Alain Gauthier, son comité organisateur et son équipe de bénévoles nous ont encore une fois permis de profiter d'une magnifique fin de semaine de vélo sans problème. Merci aux commanditaires qui nous ont accompagnés sur la route ainsi qu'à ceux qui nous ont offert des prix avantageux ou des prix de présence. Merci mille fois à tous et surtout à Alain qui a mis les bouchées doubles ! Ce sera Bruno Émond qui prendra la responsabilité de l'Automnale 2010. Il aura besoin de bénévoles, alors n'hésitez pas à le contacter pour lui faire part de vos talents et disponibilités ! Plusieurs d'entre nous avons un

attachement très personnel et profond au Parc de la Gatineau. Le nouveau plan de l'offre de services récréatifs que développe la CCN est et sera une nouvelle réalité avec laquelle nous devons composer afin de conserver et d'améliorer nos privilèges d'usagers de la section sud du Parc. Le moins que l'on puisse dire est que les intentions de la CCN ne sont pas très claires quant à l'utilisation future du Parc par les cyclistes, touristes et sportifs. Patrick Lalande et moi-même avons eu une première rencontre avec un représentant du Parc au printemps au sujet de la sécurité dans le Parc et il y a eu une soirée de consultation publique plutôt chaotique auprès des usagers à la mi-septembre. Je crois qu'il faut que Vélo plaisirs développe un contact plus rapproché avec la CCN afin de mieux faire connaître nos besoins, nos attentes et nos suggestions. D'après mon expérience personnelle, toute organisation vit selon un cycle annuel et la tenue de l'assemblée générale annuelle marque, pour moi, la fin d'un premier cycle. J'en suis donc à faire un pré-bilan. D'après moi, les points forts de la dernière année sont le membership (428 membres), les conférences-voyages, les ateliers techniques, les entraînements et les sorties

nombreuses pour tous les niveaux. La participation aux grandes sorties du Club (Printanière, Estivale et Automnale) a toutefois connu un certain déclin. C'était aussi le cas pour les grandes sorties de Vélo Québec et pour la Grande Visite de Gatineau. Est-ce un phénomène dû à la température ou à une autre cause ? Difficile à dire. Votre feedback sur ce sujet serait apprécié. Parmi les choses à améliorer l'an prochain, il y a les parcours sur le site web qui ont été plus ou moins perdus pour des raisons techniques et légales. Il faudrait profiter de l'automne et de l'hiver pour ajouter ou remettre certains documents sur le site web. Au plan administratif, tous les membres du conseil d'administration ont fait un excellent boulot malgré un horaire personnel très chargé et, finalement, les finances du Club sont dans un excellent état. C'est avec une plus grande confiance et avec une équipe mieux aguerrie que j'entreprends cette deuxième année de mandat en espérant que, dans un an, Vélo plaisirs saura encore mieux répondre aux attentes de ses membres. Bonnes randonnées automnales, Bertrand Daigneault

Une semaine de vélo en Australie !

J'ai eu la chance, durant la troisième semaine d'août, de faire 400 km à vélo dans la région de Brisbane en Australie. J'avais réussi, quelques jours avant mon départ, à finalement trouver une boutique pas trop loin de l'hôtel qui acceptait de me louer un vélo de route

(un peu trop petit, mais enfin ça allait). Évidemment, la conduite à gauche de la route demande un peu d'adaptation, surtout pour les virages à droite, mais comme j'étais en Australie depuis 2 semaines et que j'avais conduit une voiture pendant une semaine dans cet

environnement, j'étais assez bien acclimaté. À noter que les manettes de freins sont inversées en Australie: main gauche pour le frein arrière!

(Suite, page 8)

L'Automnale 2009 – toute une réussite !

Vendredi 11 septembre	Samedi 12 septembre	Dimanche 13 septembre	Lundi 14 septembre
			
Ciel variable	Ciel variable	Ciel variable	Ensoleillé avec passages nuageux
20°C	20°C	24°C	24°C
-	-	30	30
8°C	14°C	14°C	13°C

Que dire de plus? Que nous avons été CHANCEUX? Il faisait beau et chaud!

Il y a aussi eu plusieurs routes en réparation cet été et le tout a été complété à temps pour l'Automnale 2009. Nous avons donc eu plusieurs sections d'asphalte fraîchement refait cette année: la route 366, le rang Ste-Madeleine, le rang 5. Quelle chance!

Tout semblait bien rodé. Les participants ont été contents alors je suis content. Les bénévoles sont heureux, le comité est heureux. Les organismes partenaires ont livré la marchandise : Pecco's, Rak, Bytowne, Fin Traiteur de l'Outaouais et, bien sûr, le tellement excellent Centre touristique la Petite Rouge. Mission accomplie.

Le meilleur commentaire a été de quelqu'un qui, semble-t-il, a

l'habitude de critiquer. Il cherchait, il cherchait. Il n'a rien trouvé à reprocher. « C'était très bien, sur toute la ligne » qu'il a dit. Vous auriez dû voir son visage. Il en était gêné! Vive la bonne humeur.

Tout le monde s'est rendu à bon

port. Félicitations à tous les cyclistes!

Au revoir et à la prochaine, Alain Bicycle Gauthier, coordonnateur de l'Automnale 2009



Automnale 2009, départ de Buckingham

LA GARONNE en vélo

« On traverse à gué la Garonne » (Jean-Pierre Ferland). Gué, endroit peu profond où l'on traverse un cours d'eau. Moi, je me foutais de la profondeur de la Garonne que l'on traverse aussi grâce aux différents ponts offerts tout au long du parcours.

La Garonne, de la Gironde à Bordeaux au Val d'Aran en Espagne, c'est plus de 650 km de vélo même si la Garonne, prenant sa source dans le massif de la Maladeta à 1870 mètres d'altitude et après avoir rayonné entre l'Espagne et l'océan Atlantique, ne fait que 575 km de longueur. La raison de la différence est que les deux premières étapes nous font découvrir les deux côtés de l'estuaire (Langon-Blaye puis Blaye-Langon) avec un passage du bac à Blaye. Tout au long du parcours, nous batifolons sur de belles routes en évitant les zones à forte circulation et les zones urbaines, sauf Bordeaux, noblesse oblige, puisque cette ville est inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. La randonnée s'est terminée en Espagne au Pla de Beret, source de la Garonne.

Cette randonnée cyclotouristique, ainsi que « Les 1000 km de la Loire » que j'ai roulés en 2007 et les 1500 km du circuit « Le Puy-en-Velay/Saint-Jacques-de-Compostelle » que j'ai pédalés en 2006, sont l'oeuvre commune de l'Association d'éducation populaire du Haut Verdon et du Comité départemental des Alpes de Haute Provence de la Fédération française de cyclotourisme (FFCT). L'encadrement est assuré par trois excellents moniteurs de la FFCT, Marc LIBOÀ, responsable général, Laurent BAUDINO et Robert LOISEAU, ses deux fidèles assistants.

Mon expérience fut tellement fantastique que j'ai le goût d'y retourner. Mais je ne serais pas prêt à y retourner sans l'équipe formidable de Marc, Laurent et Robert. Il me faut faire vite car Marc, le premier organisateur, pense à prendre sa retraite



prochainement. Cependant, il m'a assuré que si je lui amenais 12 personnes ou plus, il était prêt à organiser un groupe spécialement pour nous. Personnellement, je serais partant pour refaire le circuit Le Puy-en-Velay/Saint-Jacques-de-Compostelle. Le prix en 2009 pour cette randonnée de 15 jours était de 2000 euros, comprenant le logement en occupation double en hôtel (chambre individuelle en supplément dans la mesure du possible), 3 repas par jour, les boissons, les visites, les transferts et les ravitaillements en route (solide et liquide). Sont également inclus, le transport des bagages d'hôtel en hôtel (ces derniers demeurent accessibles tout au long de la journée), deux carnets de route (un à garder propre en souvenir), une licence de la FFTC obligatoire pour les assurances et valide pour un an, ainsi qu'un maillot de vélo exclusif au tour. Personnellement, je me procurerais mon billet d'avion avec mes points aéroplans ou airmiles. La ville la plus proche du point de départ, Le Puy-en-Velay, est Lyon. Je suis certain que Marc organiserait un autocar pour venir nous accueillir et nous ramener à la fin de notre randonnée.

Si seulement quelques-uns étaient

prêts à m'accompagner, il faudrait se joindre au groupe déjà inscrit pour le début de septembre 2010. Marc serait prêt à nous accompagner entre deux des quatre randonnées qu'il organise.

Vous pouvez aller lire les détails de ces randonnées sur le site internet suivant : www.aep-hautverdon.org. Je vous offre aussi quelques photos de ma randonnée de cet été, en juin 2009. Pardonnez-moi, mais les plus belles sont gravées en mon coeur avec l'amitié des autres membres, tous cousins français, qui m'ont chaleureusement accompagné. J'attends donc de vos nouvelles le plus tôt possible. Vous pouvez me rejoindre par courriel au jbdl@bellnet.ca ou par téléphone au 418-856-1811 poste 122.

En terminant, je tiens à remercier tous les membres du club Vélo plaisirs, en particulier les membres de la Cabina du vendredi, pour votre amitié et l'accueil manifesté durant mes années comme membre. Dommage que mon travail m'ait demandé de déménager. Je garde un excellent souvenir du club et pourquoi pas espérer qu'un jour je deviendrai à nouveau membre actif. Amitié.

Doris Laplante, C.Ss.R., Ste-Anne-de-la-Pocatière, Québec.

Le Carnet du Cycliste



1955, rue St-Louis
Gatineau (Québec)
J8T 4H6
Tél.: (819) 568-4871
Télec.: (819) 568-6768
www.cycleontarienais.com
E-Mail: cycleontarienais@videotron.ca



1291 Wellington
Ottawa, Ontario
K1Y 3A8
Tél.: (613) 729-3002
Télec.: (613) 729-9352
Sans frais: 1-877-722-3002
Courriel: freshair@magma.ca
www.freshairexp.com



Nicolas Chartrand
Patrick Lacroix
propriétaires
370, boul. Gréber, Unité G
Gatineau, Québec
J8T 5R6
Téléphone 819.205.4001
Télécopieur 819.205.4002
www.velolashop.com

PECCO'S

Vélos, skis et accessoires



Deux magasins pour vous servir...

85 Du Portage
Gatineau, Québec
Tel: 819 777 2220

86 Murray St.
Ottawa, Ontario
Tel: 613 562 9602

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 • PLUM • PAPETERIE • RELIURE

685, boul. St-Joseph, Hull • T10-0637

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

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 bertrando** depuis 46 ans

Une des 10 meilleures boutiques en Amérique du Nord

Pour des conseils, du service et un suivi continu de haute qualité

Revue Bicycling 1991

Réparation de toutes marques

Pièces - Accessoires - Vêtements - Vente & Location de vélos

SAUMANO Vélos électriques **velec** **GILO** Genesis Bicycles

819-771-6858

136 Eddy, (Hull) Gatineau

YAKIMA

THULE

SportRack

RAIK

Stéphane Franchi

tel: 819-771-8RAK (8725)

fax: 819-771-1804

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

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

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

167, rue Wellington
Gatineau (QC)

T: 819.772.2919
F: 819.772.4774

www.cyclegمبرtrand.com



**aux
4
patis**

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

Café Bar

Une semaine de vélo en Australie (suite de la page 3) !

J'avais glané des parcours le site du club de cyclistes local (<http://www.bbta.org>), sur le site de la boutique elle-même (<http://www.lifecycle.net.au>) et sur le site www.bikely.com. Grâce au logiciel MapSource et à mon GPS, j'avais planifié des parcours de 50 à 90 km, parfois plats vers la mer et parfois montagneux (450 m d'élévation) en allant vers l'ouest. J'ai fait ces parcours par une température variant de 22C à 30C sous un soleil ardent - la fin de l'hiver était particulièrement douce cette année. Les conducteurs australiens (ceux et celles du Queensland en tout cas) sont des plus polis et je n'ai pas vécu de moments ni de rencontres désagréables. J'avais bien toutefois une certaine crainte des attaques de « magpies » (cassican flûteur), ce qui

s'est produit une seule fois et sans trop de conséquences. Avec ses presque 2 millions d'habitants, l'agglomération urbaine de Brisbane est très étendue et il y a beaucoup de grands boulevards achalandés que mon GPS préférerait plus que moi. Il faut souvent faire une douzaine de kilomètres à partir du centre-ville avant de sortir de la zone urbaine, mais une fois sortis, les routes de campagnes sont à nous. Il y a un réseau fragmenté de sentiers récréatifs dans la grande région urbaine, dont un magnifique qui transverse un grand marais près de la mer. Les pistes cyclables en bordure de route sont bonnes (attention à certaines bouches d'égoût!) et, tout comme ici, elles apparaissent lorsque la largeur de chaussée le permet et elles dispa-

raissent sans trop d'indications. Chaque petit village ou quartier possède une « Bakery » où vous pouvez trouver de magnifiques sandwiches frais et autres douceurs. Si jamais un jour vous avez le goût de pédaler en Australie, n'hésitez pas, c'est un bien beau et grand pays. Bertrand Daigneault



Danger traverse d'animaux

Autre pays, autre problème par Bertrand Daigneault

Ici, lorsque nous allons dans le Parc, nous gardons l'œil ouvert pour éviter les chevreuils ou les ours qui décideraient de traverser la route lorsque nous descendons la Black à 50+ km/h ou encore nous nous méfions des chiens trop agressifs en campagne tout particulièrement. En Australie, le problème est un peu différent. On pourrait croire que les kangourous sont dangereux, mais dans les faits ces marsupiaux sont plutôt actifs tôt le matin ou en soirée. Au printemps (septembre-octobre), le vrai problème ce sont les cassicans flûteurs (australien magpies) qui défendent leur nid ou leurs petits lorsque les cyclistes passent dans leur territoire. Cet oiseau très peu courtois est d'une taille un peu plus petite que celle de sa cousine, notre bonne vieille corneille, mais il est agressif comme un aigle enragé durant la saison de nidification. En plus des blessures causées par les ergots et le bec de la bestiole, les chutes de cyclistes causées par les plongeurs du volatile sont fréquentes.



Voici une traduction libre et commentée d'un avertissement et de quelques conseils publiés dans le journal d'août-septembre 2009 du club cycliste local (http://www.bbta.org/Newsletter/CyclingTimes_AugSep09.pdf).

Comment se protéger d'une attaque de « magpie » :

Évitez la zone si possible parce que ce n'est vraiment pas drôle...

Sinon, passez aussi vite que vous pouvez, comme le diable qui sort de l'eau bénite...

Voyagez en groupe, ainsi vos amis pourront vous aider avec vos pansements...

Dans un groupe, évitez d'être le premier ou le dernier... (vive les amis!)

Dessinez une paire d'yeux et attachez-les à l'arrière de votre casque...

Portez des verres fumés et installez-en aussi une paire à l'arrière de votre casque...

Attachez plusieurs gros « tie wraps » de 8 pouces à votre casque pour qu'il en soit couvert... (les tiges dépassent de tout bord et tout côté, cela donne un petit air de sputnik).

Criez à plein poumon lors d'une attaque...

À noter que les lois australiennes protègent le « magpie » et que toute personne qui le blesse ou lui nuit est passible d'une amende sévère.



Sortie préparatoire en vue d'une cyclosportive

Le samedi 22 août dernier, une sortie préparatoire en vue d'une cyclosportive a été organisée. À notre connaissance, il s'agissait d'une première à Vélo plaisirs. Sur un parcours vallonné d'une distance de 100 km, les participants devaient être capables de maintenir une moyenne finale de 30 km/h ou mieux et pouvoir rouler en peloton. Douze participants se sont présentés. Ceux-ci ont été divisés en deux pelotons pour obtenir le plus d'homogénéité possible. Le départ fut donné au RPA pour se diriger vers Wakefield, Edelweiss, Lac McGregor, Val-des-Monts, Montée Paiement, Boulevard Fournier, Boulevard des Allumettières, Promenade du lac des Fées, barrière Gamelin, et pour le sprint final, la côte Pink vers la ligne d'arrivée au haut de la côte. Deux arrêts très courts avaient été prévus pour remplir les bidons. Voici quelques commentaires recueillis après l'épreuve :

« Superbe sortie, le peloton 1 était super bien équilibré, tous les gars ont bien roulé! »

« très intéressant comme formule, à refaire »

« pour ma part, je crois que pour une

première expérience de 3 heures dans une zone inconfortable, j'ai gagné beaucoup d'expérience... j'ai compris pourquoi certains cyclistes viennent à bout de demeurer dans le peloton de tête... dans la côte Edelweiss, un cycliste a attaqué très fort, suivi par un autre... pour enfin allumé le feu d'un autre grimpeur qui est allé les rejoindre d'une façon très convaincante... j'ai été vraiment impressionné par ce coureur qui m'a doublé à la vitesse de l'éclair »

« C'est une formule intéressante que nous avons faite ce weekend!!! C'était du costaud.

Merci de nous avoir donné cette opportunité de vivre une simulation de cyclo. »

« Merci encore pour la sortie de samedi. Belle moyenne, on devrait avoir un plus gros groupe la prochaine fois, moins de vitesse et plus de relais, plus bénéfique en terme de préparation »

« Il semble donc que le peloton no 1 ait été formé par une gang de tricheurs!!! »

« C'est bien beau aller vite, mais il faut garder le « bullet » pour la fin. On devrait noter l'importance de la fin du parcours » NDLR. La course se terminait au sommet de la côte Pink

« Vainqueur en plus! c'est toi qui paye ta tournée! »

« ... bonne idée de faire une sortie préparatoire, j'ai trouvé cela dur, mais j'ai adoré ma journée... je vais faire un beau dodo ce soir grâce à cette sortie. »

À la lumière des commentaires et des discussions qui ont suivi pendant plus d'une semaine, les participants ont vraiment apprécié leur expérience. Les entraîneurs en fin de saison discuteront de la possibilité de répéter ce genre de sorties et possiblement de les intégrer aux entraînements réguliers.

Jean Roy, entraîneur sportif.

N. B. La meilleure moyenne enregistrée par ceux qui ont complété et suivi le trajet à la lettre fut de 31,6 km/h. Un deuxième coureur suivait à seulement quelques hectomètres du vainqueur. Bravo à tous les participants.

PS : trois sportifs de Vélo plaisirs ont participé à la Sherboucle et tous les trois se sont classés dans le premier tiers d'un groupe de 180 cyclistes. Il s'agit d'Emmanuel Pohnu, d'Alain Pigeon et de Claude Lamarche. Tous les trois avaient participé à la sortie préparatoire. Félicitations à ces coureurs!

Postes ouverts au Conseil d'administration

Bien que plusieurs postes seront en élection lors de l'assemblée générale annuelle (aga) du 17 octobre prochain, les postes suivants sont sans candidats/tes déclarés/es à ce moment-ci. Le conseil d'administration (CA) se réunit normalement une dizaine de fois par année (10 soirées) pour accomplir ses tâches. Les membres du CA sont aussi engagés dans la préparation et le déroulement de la soirée d'inscription et ils doivent normalement participer à l'aga.

Poste de vice-président ou vice-présidente

Principales responsabilités : assister aux assemblées du CA et à l'aga; assister le président dans ses fonctions et le remplacer au besoin; représenter au besoin le CA auprès des organismes voués à la défense et à la promotion du vélo dans la région et au Québec; préparer et diffuser les communiqués de presse; voir à la publication d'un article sur le vélo dans le Droit avant la soirée d'inscription et à la publicité dans les médias; renégocier le protocole d'entente

avec le RPA, en collaboration avec les Directeurs/trices des affaires sociales et des affaires techniques et participer à l'organisation de la soirée d'inscription.

Poste de directeur/directrice des sorties

Principales responsabilités : assister aux assemblées du CA et à l'aga; coordonner le calendrier des entraînements et le calendrier des sorties du Club avec l'aide des coordonnateurs des sorties; proposer au CA des idées susceptibles d'améliorer les sorties; recruter de nouveaux chefs de file pour les sorties et s'assurer qu'une formation adéquate leur soit offerte et que l'information pertinente leur soit transmise; assurer l'inscription des activités de son domaine au calendrier web du Club et participer à l'organisation de la soirée d'inscription.

Pour toute information supplémentaire ou pour déclarer votre intérêt, prière de communiquer avec Bertrand Daigneault, président au 819-682-2993 ou brdaigneault@videotron.ca

BONNE FÊTE en octobre !!!

<i>4 Joan Levasseur et Raymond Carrière</i>	<i>10 Patrice Desjardins 11 France Camirand</i>	<i>Martin Labine 21 Gilbert Girard</i>
<i>5 Jean-Jacques Pelletier, Pierre Pelletier et Francine Beaulieu</i>	<i>12 Nashely Silva-Boudreault, Guylaine Cormier et Nicole Garand</i>	<i>22 Huguette Langlois 24 Hélène Maurais et Martine Pineault</i>
<i>6 Roger Farley et Dan Dupuis</i>	<i>14 Jean-Paul Lemay et Philippe Tremblay</i>	<i>27 Éloïse Labelle 28 Camille Leclerc</i>
<i>7. Guy Morrissette</i>	<i>16 Guy Noury et Serge Lebel</i>	<i>29 Maurice Ménard, Marie-Ève Dorval et Lyne Gagnon</i>
<i>8 Pierre Bergeron</i>	<i>18 Johanne Branchaud 20 Nicole Guérin et</i>	
<i>9 Daniel Sarrazin</i>		

BONNE FÊTE en novembre !!!

<i>1 Claude Lemay et Gilles J Grenier</i>	<i>12 Marie-France Huot, Louise Gratton et Line Bérubé</i>	<i>Céline Roy et Murielle Gauthier</i>
<i>5 Charles Thériault et Denise Gauthier</i>	<i>14 Jean Châtelain et Denise Roy</i>	<i>23 Guilheme Perodeau 24 Jean-Luc Huppé et Benoit Brunet</i>
<i>6 Charlotte Roy</i>	<i>15 Jocelyn Marcotte, Édith Trottier et Chantal Laflamme</i>	<i>25 Bertrand Daigneault 26 Claude Caron 27 Cécilia Jenkins</i>
<i>7. René Martin, Jean-Pierre Valiquette et Claire Despins</i>	<i>16 Marianne Simoni-Poirier 17 Denis Auger</i>	<i>29 Chantal Roy, Venise Volodarsky et Natalie Laurin</i>
<i>8 Martin Desrosiers, Jean-Marc Potvin et Daniel Fortin</i>	<i>18 Chantal Thibodeau 19 Gilles Baribault et Bertrand Dumont</i>	<i>30 Louis Bolduc</i>
<i>9 Luc Pelland</i>	<i>22 Daniel Moreau,</i>	
<i>10 Pascale Caron</i>		
<i>11 André Fink</i>		

COMMANDE DE COUPE-VENTS ET MAILLOTS AUX COULEURS DU CLUB

Samedi le 17 octobre de 15 h à 18 h au Relais plein air, nous aurons à votre disposition toutes les grandeurs disponibles (hommes/femmes) pour commander votre coupe-vent et/ou maillot.

Les coupe-vents ont des manches qui s'enlèvent et ils sont formidables pour faire du ski de fond (classique et de patin!) ou pour les débuts et fins de saison en vélo ! Il y a aussi Noël qui approche !!!

Nous aurons aussi sur place les coupe-vents et maillots en stock pour un achat immédiat.

Coût des coupe-vents : 125 \$ taxes incluses

Coût des maillots : 55 \$ taxes incluses

Louis Garneau exige une commande d'un minimum de 12 items de la même catégorie (i.e. 12 maillots -peu importe la grandeur - pour femme, etc.). Les commandes sont expédiées de 6 à 8 semaines après la réception de la commande.

Pour plus d'information contactez Bernard Miquelon au 819-684-1934 ou au bmiquelon@yahoo.ca



C.P. 2163, Succ. B, Gatineau (Québec) J8X 3Z4
(819) 770-VÉLO
Internet : www.veloplaisirs.qc.ca
Courriel : club@veloplaisirs.qc.ca

AVIS DE CONVOCATION

**Assemblée générale annuelle (AGA) des membres du club Vélo plaisirs
Samedi 17 octobre 2009**

Veillez noter que l'AGA des membres du club Vélo plaisirs se tiendra le samedi 17 octobre 2009 à 15 h 30, au Relais plein air, 397 boul. Cité-des-Jeunes, Gatineau, aux fins suivantes :

ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'assemblée
2. Lecture de l'avis de convocation
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du compte-rendu de l'assemblée générale du 18 octobre 2008
5. Rapport du président et rapport d'activités
6. Rapport du trésorier
7. Adoption des états financiers du 31 mars 2009
8. Choix de la personne pour examiner les livres
9. Rapport de la vice-présidente
10. Rapport du directeur des sorties
11. Rapport de la directrice des affaires techniques
12. Rapport du directeur des affaires sociales
13. Rapport du directeur du marketing
14. Rapport de l'éditeur
15. Rapport du secrétaire
16. Élections des membres du conseil d'administration pour la saison 2009-2010
 - Poste de vice-président (2 ans)
 - Poste de trésorier (2 ans)
 - Poste de directeur des sorties (2 ans)
 - Poste de directeur des affaires sociales (2 ans)
 - Poste d'éditeur (2 ans)
17. Membre privilégié
18. Période de questions
19. Clôture de l'assemblée

Richard Bailey, secrétaire
25 septembre 2009

N.B. Seront disponibles lors de l'assemblée, le 17 octobre 2009, les documents suivants :

- Compte-rendu de l'assemblée générale annuelle 2008
- Règlements généraux du club Vélo plaisirs
- Les états financiers au 31 mars 2009