



# INFOVELO

Février 2004

Volume 15, No. 9

## DANS CETTE ÉDITION

Mot du président	1
Activités et sorties	1
Bénévoles demandés	3
Nouvelles Vélo plaisirs	4
Anniversaires	5
Publicités	6
Qu'est-ce qu'un chef de file ?	8

## MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour à tous,

Évidemment, à moins 20, tout le monde n'a pas le vélo en tête, ni dans les jambes. Tout le monde? Non. Un petit groupe d'irréductibles dont je fais partie sont en train de vous concocter une saison remplie de pistes cyclables, de clôtures de vaches, de petits vallons pour les uns et de montagnes à pu finir pour les autres, et bien sûr, d'asphalte. Belle saison en perspective, mais disons que ça dépendra de la pluie et du beau temps, et de vous.

La soirée calendrier s'est déroulée comme prévu. Au nom de tous les membres du club, un gros, gros merci aux participants ! Grâce à eux, un bon nombre de sorties pour randonneurs et touristes ont été inscrites au calendrier. De plus, certains d'entre vous ont utilisé le téléphone pour inscrire leurs sorties alors que d'autres ont signalé qu'ils allaient en inscrire une fois leur agenda des prochains mois mieux défini. Bravo! Il pourrait toutefois rester quelques cases vides dans le calendrier pour faire en sorte qu'il y ait une continuité dans le nombre de sorties. L'expérience de beaucoup de chefs de file dans le passé a démontré que lorsqu'il y a une certaine régularité dans les sorties d'un volet, la participation augmente. S'il y a cassure dans la séquence des sorties, la participation (Suite page 2)

## ACTIVITÉS ET SORTIES

### Souper Parc de la Gatineau – Pleine Lune

**Quand?** Les samedis 7 février et 6 mars, 17 h

**Départ?** Rencontre au stationnement P10 dans le parc de la Gatineau

Rien n'est plus beau que la randonnée de ski de fond à la belle étoile. Un bon groupe d'amis à partager un repas style Pot Luck dans un des chalets et c'est la fête qui commence... On apporte simplement des choses à partager avec les autres. La belle vie quoi, un beau samedi soir dans le calme de la nuit en forêt. Si cette activité vous intéresse communiquez avec Julie Tremblay, 771-7987 [julie.c.tremblay@pwgsc.gc.ca]

### Venez-vous amuser aux quilles avec Patrice

**Quand?** Le samedi 21 février, 19h

**Où?** À la salle de quilles Anik, 935 St-Joseph (secteur Hull)

**Coût?** 10,50 \$ pour trois parties, souliers inclus, quelle aubaine!!!

Pour faire changement de vos samedi soirs, quelques petites parties de quilles entre amis, histoire de rire et de s'amuser. Arrivez tôt car la salle peut être achalandée. Alors premier arrivé, premier servi. Si cette activité vous (Suite page 3)



Surveillez nos programmes sur le

<http://www.uqo.ca/saps/accueil.htm>

Téléphone: 595-2310

## CLUB VÉLO PLAISIRS

C.P. 2163, Succ. B GATI-  
NEAU, 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 responsables de sorties ou organisent les activités sociales.

Tous sont invités à participer!

## Membres du CA

**Président** : Jean-Luc Matte

**Vice-président** : Pierre La Roche

**Secrétaire** : Poste à combler

**Trésorier** : Gérald Dionne

**Éditeur** : Jean-Baptiste Renaud

**Directeur des sorties** : Lucie  
Hunault

**Directeur des affaires sociales** :  
Eric Langlet

**Directeur des activités techni-  
ques** : Poste à combler

## MOT DU PRÉSIDENT (Suite)

s'affaiblit. Bien qu'il ne sera probablement pas possible d'avoir une séquence parfaite dans le nombre de sorties dans chaque volet pour la prochaine saison, nous tenterons de faire en sorte que VOTRE calendrier soit le plus complet possible.

Phénomène cyclique normal, les effectifs du club ont diminué au cours des dernières années, de même que la participation. Cela a évidemment eu un impact sur le nombre de bénévoles et d'activités. Les membres du C.A. ne peuvent à eux seuls s'occuper des affaires courantes et lancer en même temps de nouvelles initiatives. C'est pourquoi je crois qu'il pourrait être nécessaire de déléguer certains acquis et concentrer nos efforts sur l'essence même du club, soit l'organisation des sorties en vélo. Je pense que si on se concentre à assurer un bon nombre de sorties avec chef de file

dans les volets randonneurs et touristes, la participation pourrait augmenter et avec elle, l'esprit d'initiative des membres et, bien sûr, les moyens financiers pour accomplir les produits et activités parallèles. Je dirais même qu'il y a fort probablement une corrélation dans la plupart des clubs entre le nombre de gentils organisateurs et le niveau de participation des membres. Dans le cas d'un club de vélo, les gentils organisateurs se sont, en premier lieu, les responsables de sorties.

Au cours des prochains mois, nous allons beaucoup insister sur notre besoin de responsables de sorties. Nous solliciterons un certain nombre d'entre vous pour vous suggérer de mettre au calendrier une ou plusieurs sorties randonneurs et touristes. Nous inviterons aussi ceux qui désireraient devenir chef de file mais qui

hésitent à se lancer dans cette belle aventure à assister à une formation. Nous prévoyons tenir cette formation au milieu du mois de mars. Une autre séance de formation pourrait aussi avoir lieu en mai. Tous les détails dans le prochain Info-vélo qui devrait paraître au début du mois de mars.

En attendant, ne vous gênez surtout pas pour nous téléphoner si vous avez des suggestions qui pourraient augmenter le nombre de responsables de sortie (ou chefs de file, les termes étant souvent employés sans distinction : voir description cet Info-vélo).

Bon ski !

Jean-Luc Matte, président



## Services aux membres

**Accueil des nouveaux membres**  
François Gélinas: 595-1084

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

**Ateliers techniques**  
À déterminer

**Calendrier des sorties**

### 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 [jbrénaud@sympatico.ca](mailto:jbrénaud@sympatico.ca). Pour plus d'information, téléphonez à Jean-Baptiste au 778-0182.

## BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

**Secrétaire du C.A.**

**Responsable des courriels et**

**Responsable de la ligne téléphonique Vélo plaisirs**

**Si l'un de ces défis vous intéresse  
communiquez avec Jean-Luc Matte  
au 827-2440**

## ACTIVITÉS ET SORTIES (Suite)

intéresse communiquez avec Patrice Desjardins, 772-4646  
[patrice.desjardins@sympatico.ca]

### Sortie ski de fond, souper et bière

**Quand?** Les mercredis 25 février et 24 mars, 18 h 15

**Départ?** Le Relais plein air (RPA), près de la polyvalente Mont-Bleu et du stade de baseball (secteur Hull)

Ah! Ya yaille! La combinaison gagnante! Après la sortie ski de fond en soirée, un repas chaud genre chili, lasagne ou pizza avec une petite bière question de mettre les choses en perspective, le tout servi au RPA. On vous attend. Si cette activité vous intéresse communiquez avec Éric Langlet, 643-3919  
[eric.langlet@sympatico.ca]

### Sortie de danse au lounge 426

**Quand?** Le samedi 27 mars, 21 h

**Où?** Au lounge 426, 426 Boul. St-Joseph (secteur Hull)

Enfin une soirée de danse pour vous éclater et vous défouler. Tous les styles de musique y seront joués. Il y aura au moins un très bon danseur pour vous faire danser mesdames. À vous de deviner qui... Si cette activité vous intéresse communiquez avec Éric Langlet, 643-3919  
[eric.langlet@sympatico.ca]

### Soirée d'inscription Vélo plaisirs

**Quand?** Le jeudi 8 avril, 19 h

**Où?** Endroit à déterminer  
Une année de vélo des plus captivantes s'annonce avec le retour des chefs de file. Un calendrier de sorties bien rempli pour les randonneurs, touristes et cyclo-sportifs pour vous donner le goût de rouler en groupe. Marquez bien le 8 avril à votre agenda. Cette année on roule en grand...

### Invitez un/une ami(e) en vélo suivi d'un 5 à 7

**Quand?** Les samedis 17 avril et 8 mai

**Où?** À déterminer

Une activité très courue l'an dernier et à répéter cette année. Un p'tit verre de bière mon minou, après une sortie vélo c'est si agréable... Responsable : Éric Langlet, 643-3919  
[eric.langlet@sympatico.ca]

### Soirée 5 à 7 Quatre jeudis

**Quand?** Le mercredi 28 avril, 17 h

**Où?** Café aux Quatre Jeudis, 44, rue Laval (secteur Hull)

Laisse faire le vélo, viens nous retrouver. Ce sera une occasion de mieux se connaître et de parler de la saison de vélo qui s'amorce. Si cette activité vous intéresse communiquez avec Éric Langlet, 643-3919  
[eric.langlet@sympatico.ca]

## BÉNÉVOLES DEMANDÉS

### Secrétaire pour le C.A. du club

**recherché.** Ça te tente de t'impliquer et de tout savoir en primeur sur le club??? Alors viens te joindre aux membres du C.A. qui se réunissent une fois par mois, habituellement le premier lundi du mois pour assurer le bon fonctionnement du club.

Description des tâches

1. Assister aux assemblées du Conseil d'administration (C.A.)
2. Rédiger et diffuser les ordres du jour et les comptes-rendus
3. Convoquer les membres du C.A. aux assemblées
4. Rédiger les correspondances
5. Préparer les annonces publicitaires dans les cahiers des loisirs de la ville
6. Confectionner et distribuer le bottin des membres

7. Préparer et mettre à jour différentes listes : des bénévoles; des membres; des marchands; des médias; des membres privilégiés; des membres honoraires; des membres corporatifs et des Clubs de vélo du Québec
  8. Envoyer la trousse du nouveau membre
  9. Envoyer les cartes d'anniversaire
  10. Soumettre au responsable de l'Info-vélo l'information suite aux assemblées du C.A.
  11. Compléter le formulaire de demande de reconnaissance de la ville
  12. Préparer conjointement avec les autres membres du C.A. l'assemblée générale annuelle des membres
  13. Tenir à jour les documents du Club
- J'avoue qu'en lisant la description de tâches ça fait un peu peur mais plusieurs d'entre elles sont déjà entrepri-

ses et il s'agit d'assurer un suivi. Aussi, certaines tâches sont ou peuvent être déléguées à des bénévoles. Si ce poste t'intéresse, appelez moi, Jean-Luc Matte, 827-2440

### Responsable des courriels du club

« J'aimerais passer le flambeau des courriels du club à quelqu'un d'autre. Étant donnée, les grandes vacances (Europe, Maritimes, Banff, voyage en juin à déterminer) que j'ai prévues et mon mariage imminent, tout ça prend du temps. De plus, je crois qu'à cette époque de l'année c'est plus mollo et ça donnerait le temps au nouveau de se familiariser avant la saison active. Il est très important d'avoir un anti-virus tapant à jour car cette boîte reçoit plein de courriels virus puisque l'adresse est publiée partout... » Alain Gauthier.

« Merci Alain, pour ton importante contribution au club. Je lance donc un appel à vous tous. Si ce poste vous intéresse, appelez moi, Jean-Luc Matte, 827-2440

**Ateliers vélo de base.** On est à la recherche de bénévoles pour partager leurs connaissances aux ateliers vélo de base. Les sujets proposés pour les ateliers sont : l'achat d'un vélo et de l'équipement, la sécurité routière, les premiers soins, comment se préparer pour une sortie Vélo plaisirs, comment réparer une crevaillon et autres ajustements mineurs, etc. Si vous avez d'au-

tres sujets d'intérêts cyclistes que vous aimeriez présenter ne vous gênez pas pour les proposer. Les ateliers auraient lieu probablement au mois de mai. Si ça vous intéresse, appelez moi, Jean-Luc Matte, 827-2440

**Responsable de la ligne téléphonique Vélo plaisirs.** Étant donnée que le Club n'a pas de permanence, la ligne téléphonique est souvent le premier point de contact pour les gens qui veulent s'informer sur le club. Le responsable de la ligne téléphonique a comme fonction de répondre aux demandes de renseignement sur le club, principalement sur les avantages d'être

membre. En fait, le responsable de la ligne téléphonique est notre grand recruteur. Suite aux appels il envoie aux intéressés le dépliant/formulaire d'inscription par la poste. La consigne est de rappeler le plus tôt possible dans les 24 heures suivant le message. Le responsable a aussi comme fonction de transmettre les appels de nature administrative aux membres du C.A. qui assureront le suivi. Le nombre et le genre d'appels varient selon l'époque de l'année avec une concentration au début de la saison et plus d'appels administratifs durant la saison morte. Si ce poste vous intéresse, appelez moi, Jean-Luc Matte, 827-2440

## NOUVELLES VÉLO PLAISIRS

**Blue Ridge Parkway.** «Y en as-tu qui veux pédaler les 460 milles du Blue Ridge Parkway environ du 7 au 28 juin ? Ce serait un voyage planification minimale et vélo camping maximal. Contactez Alain Gauthier (246-9882 ou le [alainbicycle@videotron.ca](mailto:alainbicycle@videotron.ca)) si le vélo camping et les montagnes vous intéressent. Voilà deux liens pour informations <http://www.blueridgeparkway.info/> et <http://www.blueridgeparkway.org/> . »

**Viva Italia.** Vous serez sûrement intéressé à entendre parler de vélo qui se fait dans les montagnes. En cette belle journée d'hiver, prenez quelques instants et jetez un coup d'oeil aux photos ci-jointes pour rêver un peu .... et qui sait, considérer en faire votre réalité.



Sacra San Michele – Emblème du Piedmont

### Italie du Nord Piedmont et Ligurie



Comme certains d'entre vous le savent déjà, je serai en Italie pour 6 mois à partir de mai prochain pour m'amuser un peu sur 2 roues. J'ai donc concocté un projet de voyage pour cyclistes passionnés. Un heureux mariage de mer et montagne en passant, bien sûr, à travers quelques vignobles. Si cela vous intéresse ou si vous voulez plus de renseignements, appelez-moi ou envoyez-moi un email.

Pour vous mettre en appétit.....

Un voyage pour initiés du vélo. Des circuits variant entre 70km et jusqu'à 140km par jour. Des étapes légendaires du Giro d'Italie. Des randonnées à thème gastronomique à travers les vignobles. Mais aussi des journées de repos pour faire la dolce vita, visiter, aller à la plage et oui... même magasiner. Des circuits alternatifs "en solo" pour ceux qui voudraient en faire "plus" ou "moins". Un concept différent: des randonnées sans bagages avec retour au point de départ. Cette formule vous donne plus de liberté. Vous n'avez pas à faire vos bagages à tous les jours. Vous n'êtes pas obligé non plus de "rouler" à tous les jours. Je vous propose donc: une semaine dans



La Terre des cavaliers, les Langhe est ses vignobles (Barolo)

la région du Piedmont, la Terre des Cavaliers et les Langhes, plus une ne semaine en Ligurie, San Remo et la Riviera dei fiori.

Je compte organiser une petite soirée d'information vers la fin février (s'il y a assez de gens intéressés). Si un groupe se forme, alors nous pourrions fixer une date plus précise pour un départ et discuter de coûts. Au plaisir de se reparler. Patrick Lalande, (613) 297-4330, plalande@cyberus.ca (a.k.a cyclopat mais aussi un peu malade de vélo!).

**Responsable des sorties et webmestre. Lucie Huneault** est notre nouvelle directrice des sorties ([lhune@videotron.ca](mailto:lhune@videotron.ca)) et **Nicole Garand** notre webmestre, 248-3465, ngarand@sympatico.ca. Un gros merci à vous d'offrir vos services au club et aussi à tous ceux qui se sont informés sur ces postes.

**Louis Picard, directeur des affaires techniques, démissionne à regret.** « Après avoir fait le bilan de l'année 2003 et revue mes priorités pour l'année 2004 je dois démissionner de mon poste de directeur des affaires techniques. Cependant, je vous offre d'organiser le cour de mécanique 1. » Merci Louis pour ta contribution on va te manquer au C.A.

**Le calendrier 2004 des sorties Vélo plaisirs.** Alors que le calendrier des cyclo-sportifs est bien rempli, Louise Carrière et Jean-Baptiste Renaud ont fait un effort pour combler les randonneurs. En particulier, Louise qui propose des sorties les lundis et mercredis soir ainsi que les samedis du mois d'avril et ce n'est pas fini. Alain Gauthier, Roger Farley, François Gélinas et Jacynthe Savard ont bien entamé le calendrier des sorties du volet touriste. Jacques Fournier a aussi démontré un intérêt pour inscrire des sorties au calendrier. Je ne le sais pas mais j'ai l'impression qu'on aura plusieurs occa-

sions de rouler en gang cette année...

**Bénévoles recherchés pour le Rallye-vélo.** Bonjour chers membres, j'organise un rallye-vélo le dimanche 16 mai, suivie d'un pique-nique. J'aurais besoin de bénévoles pour combler certains postes, entre autres, pour prendre les présences, finaliser les inscriptions, distribuer le parcours, livrer des items, prendre des photos avec un appareil digital, filmer, organiser le pique-nique, vérifier le pointage et autres tâches à déterminer. L'organisation du Rallye-vélo demande la présence d'une ou deux personnes par site tout le long du parcours, soit à la marina d'Aylmer, la Maison du citoyen, la Maison du vélo, le Lac Leamy, le Relais plein air (RPA), le Parc Moussette, le Centre des visiteurs (boul. Gamelin), les écluses, le pont Interprovincial et le Lac-des-Fées. Si cela vous intéresse ou si ça correspond à votre profil, appelez-moi le plus vite possible: Patrice Desjardins, 665-9935 ou patrice.desjardins@sympatico.ca En retour de votre contribution, nous vous offrons un repas + consommation sans frais au pique-nique et vous aurez également droit aux prix de présence.

**Bénévoles à la Keskinada**, les 14 et 15 février. La Keskinada Loppet a lieu dans le Parc de la Gatineau les 14 et 15 février 2004. Depuis quelques années, des membres de Vélo plaisirs participent en tant que bénévoles à un poste de ravitaillement, situé derrière le CÉGEP de Gatineau (secteur Hull), le dimanche, à l'arrivée des skieurs. Les bénévoles distribuent breuvages, soupes, fruits et autres aliments. C'est l'occasion de participer à la réussite de cette compétition internationale et de partager cette ambiance avec les skieurs et avec les membres de notre club. J'ai besoin d'environ 20 personnes pour cette activité. On vous demande une participation d'un minimum de 4 heures. En guise de remerciement, les bénévoles reçoivent un t-shirt et sont invités à une soirée. Si cette activité vous intéresse, veuillez communiquer



## **Bonne Fête!!!**

### **Février**

- 4 Denis Paquette
- 5 Pierre Ladouceur
- 6 Catherine Schellenberg
- 8 Sylvie Rossignol et Suzanne Leblanc
- 11 Claude Hagarty
- 15 Serge Pelletier
- 16 Camille Bouchard
- 22 Steve Gagné, Nelson Émond et Daniel Houle
- 23 Lucie Levert-Legault et Jean-Baptiste Renaud
- 28 Alain Bisson

### **Mars**

- 6 Isabelle Patenaude et Doris Laplante
- 8 Louise Laporte
- 10 Josée Pronovost
- 12 Maryse Hebert, Louis Picard, Michel Brière et Xavier Deneufbourg
- 13 Sylvain Deshaies
- 14 Jacques Laviolette
- 18 Gérald Dionne et André F. Choquette
- 24 Marc Pilon
- 25 Serge Allen
- 26 Kathleen Marleau
- 28 Julie Gilbert et Robert Martin
- 29 Pierre Charbonneau
- 31 Sylvain Lemay



### Quoi pas de casque???

avec moi et me dire quelle partie de la journée vous préférez : a) 8h à 12h; b) 10h à 14h; c) 12h à 16h ou toute la journée. Suzanne Bisson, 770-3753, bissons@videotron.ca

**Bénévoles recherchés pour la Grande Visite**, le 24 juin 2004. Un projet rassembleur et communautaire pour une ville jeune et dynamique. Le projet baptisé La Grande Visite de Gatineau consiste en une randonnée populaire en bicyclette, de Buckingham à Aylmer, d'environ 50 kilomètres. Les membres du Club qui aimeraient devenir bénévole pour la Grande Visite sont invités à communiquer avec Jean-Luc Matte au 827-2440.

**La Keskinada Loppet 2004 : Mon défi hivernal!** Joignez-vous aux quelques 3400 skieurs, provenant du

Canada et de plus de 20 pays, pour participer à la 26<sup>e</sup> édition du plus grand événement de ski de fond au Canada. C'est l'esprit de détermination, de dépassement et de plaisir d'hiver qui caractérisent les skieurs de tous âges et tous calibres qui, année après année, s'attaquent à l'une ou l'autre des huit épreuves de la Keski. Que l'objectif personnel soit de distance, de temps ou de rang, chaque skieur se prépare avec enthousiasme dans le but de relever son propre « Défi hivernal ». Quel sera le vôtre lors de la Keski 2004 . . ? Le samedi 14 février : journée de style classique (5 Km Rossignol, 25 Km Rossignol et 50 Km) et le dimanche 15 février : journée de style libre (2 Km Mini-Keski, 10 Km, 25 Km et 50 Km Hilton Lac-Leamy). Pour plus d'information, composez le 595-0114

**Invitation du club Vélo Passion.** Bonjour. C'est pour vous inviter à rouler avec nous dans votre région, tout d'abord le dimanche 15 août le parcours de Saint-André-Avelin de 83 km ou 132 km. Et il y a le week-end de la fête du travail, le samedi on va faire votre parcours du lac McGregor en partance du camping du lac Philippe et le dimanche le parc de la Gatineau toujours en partance du camping. Au plaisir d'avoir de

vos nouvelles. François Robert, [franco.robert@sympatico.ca](mailto:franco.robert@sympatico.ca) Vélo Passion

**LA RAND'OMELETTE 2004.** La Randonnée à la bonne Franquette ! Quand? Le dimanche 9 mai 2004, 7 h Où? Le complexe sportif route de Remouillé, Saint-Hilaire-de-Clisson, région Pays de la Loire, France. Organisée par le club cyclotouriste de Saint-Hilaire de Clisson, les Recyclés à 30 km de Nantes dans un triangle ; Nantes, Cholet, la Roche/Yon.

Amis Cyclotouristes à vos guidons, ne vous prenez pas la tête, venez faire la causette sur les circuits de la Rand'Omelette, la randonnée à la bonne franquette !! La Rand'Omelette 2004, avec 2113 participants en 2003, prends une dimension nationale et internationale. Les amateurs de campagne seront comblés. Difficile de résister à la Rand'Omelette entre pâturage et routes pittoresques. Le jour de la Rand'Omelette, la population double à Saint-Hilaire !

Paysages variés ! Les Cyclotouristes pédaleront de la Vendée au vallon du vignoble, Muscadet Nantais avec 4 circuits au choix : 20, 35, 50 et 70 km. Cette randonnée associe parfaitement paysages variés et difficultés techniques notamment sur les 50 et 70 km. Découvrez une nature luxuriante entre

# PECCO'S

## Vélos, skis et accessoires



### Deux magasins pour vous servir...

**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**

**COOPSCO**  
centre de photocopie  
**copie**  
**CONFORME**

LISEZ COULEUR • PLUS • PRÉCISION • RELIURE  
GPS, boul. St-Joseph, Hull • T10-0637

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





**Suzanne Bisson-Girard**  
Comptable agréée

101, rue Cholette  
Hull (Québec) J8Y 6L7

Téléphone: (819) 770-3753  
Télécopieur: (819) 770-6125


**LES BICYCLETTES DE HULL**

**Pierre Lafleur**  
**J.F Lapointe**  
Représentants

**Pierre Tessier**  
Gérant

**Pierre Lapointe**



622, boul. St-Joseph



**FRESH AIR**  
EXPERIENCE

1291 Rue Wellington  
729-3002



**Cycle Outaouais**  
438, Avenue Principal  
Gatineau, Québec  
J8T 4H6  
(819) 568-4871



## QU'EST-CE QU'UN CHEF DE FILE?

Le ou la responsable de sorties est un membre du club qui invite les autres membres à participer à une randonnée de son cru. Sauf indications contraires, c'est lui ou elle qui décide de tous les paramètres de la sortie (parcours, volet, vitesse, heures de départ, lieu du départ, etc...) et s'engage à encadrer les participants tout le long du parcours. Le ou la responsable de sorties est aussi quelqu'un qui a une bonne expérience des sorties en vélo, connaît bien les parcours et les codes de sécurité, et a des connaissances de base concernant la mécanique des vélos. Si on veut être très précis, le ou la chef de file est celui qui conduit un peloton de cyclistes. Il ou elle n'est pas nécessairement responsable de la sortie.

- Au moment de la randonnée, le rôle de la ou du responsable consiste à :
- se présenter à l'heure et à l'endroit indiqués dans le calendrier;
- s'il ne peut se présenter, il a la responsabilité de trouver un remplaçant;
- s'il y a lieu, il ou elle rappelle brièvement les règles de sécurité pour rouler en groupe et les différents signaux pour indiquer les intentions de virer, de changer de voie, d'arrêter ou de ralentir.

Il est suggéré aussi que le ou la chef de file demande à un ou une participant(e) de se porter volontaire pour être « serre-file ». Ce dernier s'assure que personne ne se perd ou ne rencontre des problèmes qui le ralentiraient. En repérant le serre-file en cour de trajet, le ou la chef de file s'assure que tout le groupe suit. Ainsi, on n'oublie personne!

Notez que si ces critères ne sont absolument

## NOUVELLES VÉLO PLAISIRS (SUITE)

Sèvre et Maine.

Dès le départ le café vous sera offert avec un cadeau souvenir. Inscriptions sur place et départ libre au complexe sportif ( Rte de Remouillé ) de 7 h à 10 h, adultes : (4 €rs) Enfants (-14) (2 €rs), ce tarif donne droit aux ravitaillements copieux sur les circuits, ainsi qu'une omelette salade à l'arrivée. Quelques récompenses seront attribuées à différents clubs et individuels. À l'arrivée, possibilité de douche pour les participants. Attention ! Tous les participants devront respecter le règlement et se considèrent excursion personnelle et se conformer au code de la route. Hébergement : Office du tourisme de Clisson au 02. 40. 54. 02. 95. En savoir plus ! : <http://membres.lycos.fr/randomelette1@libertysurf.fr>

**La Féria du vélo de Montréal.** La saison 2004 approche. Sortez vos agendas et réservez les dates: la Féria du vélo de Montréal 2004 aura lieu du samedi 29 mai au dimanche 6 juin.

Défi métropolitain : 29 mai

Le Tour de l'Île des Enfants : 30 mai

Un Tour la Nuit : 4 juin

Le Tour de l'Île : 6 juin

On peut s'inscrire dès maintenant aux événements de la Féria en composant le 521-TOUR ou le 1-800-567-8356 ou par internet au <http://www.velo.qc.ca/> En vous inscrivant avant le mois d'avril aux différents événements de la Féria du Vélo, vous bénéficiez d'une réduction d'au moins 15% sur votre l'inscription.

**Le Rideau Lakes Cycle Tour les 12 et 13**

**juin 2004.** Frais d'inscription 110 \$ pour les non-membres du Ottawa Bicycle Club avant le 31 mars et 125 \$ après cette date. Pour plus d'information composez le 613 230 1064 ou visitez leur site web au <http://www.ottawabicycleclub.ca/>

**Le Grand Tour du 31 juillet au 7 août 2004. BAS DU FLEUVE /TÉMISCOUATA** Le grand classique du cyclotourisme au Québec propose pour 2004 une sorte de «retour aux origines»... et variations. On retourne au bas du fleuve comme on retourne aux bonnes choses! Mais parmi les mille et une variations possibles, le Grand Tour en propose une fortement teintée de Témiscouata. Ainsi, après avoir suivi l'élargissement du fleuve au fil des villages et des villes dont la beauté exerce une fascination depuis toujours, entre Kamouraska et Rimouski, la grande caravane plonge vers les terres du sud, dans cette Témiscouata de forêts, de vallons, de champs et de montagnes, jusqu'à Edmunston, pour ensuite remonter par les panoramas splendides entourant le lac Pohénégamook. Longueur des étapes : de 65 à 140 km. On peut s'inscrire en composant le 1-800-567-8356 ou au <http://www.velo.qc.ca/>



**Cyclo sportif**  
**G.M. Bertrand**  
40 ans d'expérience

167, Wellington, Hull (Québec)  
(819) **772-2919**



**Vélos Bertrand et Merlin sur mesure**  
**Conception Gilles Bertrand par ordinateur**

Faites ajuster votre vélo ergonomiquement à votre morphologie pour plus d'efficacité, moins de douleur et blessures (dos-genoux-mains)  
Recommandé par les services de la santé, physiothérapeutes, etc.

Sur rendez-vous

Le plus grand choix de vêtements cycliste et de selles pour hommes et femmes