



INFO VÉLO

Juin 2006

Volume 18, No. 3

DANS CETTE ÉDITION

Mot de la présidente	3
Nouvelles Vélo plaisirs	3
Anniversaires	5
Publicité	6
Rallye Vélo plaisirs 2006	8
Rouler de façon plus sécuritaire	9
Club Vélo plaisirs au Grant Tour	10
C'est à ton tour	10

ACTIVITÉS ET SORTIES

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

Invitez un ami en vélo suivi d'un cinq à sept au Café Aux quatre jeudis

Quand? Les samedis 3 juin et 8 juillet

Où? Café Aux quatre jeudis, 44 rue Laval (secteur Hull)

Venez vous divertir, vous changer les idées, voir autres choses, rencontrer des amis super sympas, faire connaissance avec les nouveaux membres. Une activité sociale très courue. Invitez un ami non-membre pour lui faire découvrir le club Vélo plaisirs. Venez nous retrouver, ce sera une belle occasion de mieux se connaître et de parler de la saison de vélo qui s'amorce. On vous attend en grand nombre!!!

Au plaisir et à bientôt. Responsable: Patrice Desjardins, directeur des affaires sociales, 665-9935, patrice.desjardins@sympatico.ca

Balade du directeur des activités sociales

Gatineau – Munster (nouvelle destination) + visite des labyrinthes à Munster

Quand? Le dimanche 25 juin à 7 h 30 (annulée en cas de pluie)

Où? Parc Moussette (quartier Val-Tétreau, secteur Hull)

Parcours long? Environ 80 km (aller-retour), un mélange de plat et de mini-vallons.

Parcours court? 45 km (aller-retour), départ de Kanata à 8 h 30. Je vous donnerai les directives pour s'y rendre.

Coût? 8 \$, prix spécial de groupe pour le club Vélo plaisir incluant l'entrée pour visiter les labyrinthes.

Bonjour les cyclistes,

Venez célébrer l'été avec votre directeur des affaires sociales. Je vous invite à une belle ballade en vélo pour tous les volets (randonneur, touriste, sportif). Moi, je roule entre 18 et 22 km/h (touriste-randonneur).

Invitez un ami ou une amie pour rouler en vélo et ainsi découvrir le club Vélo plaisirs pour ses belles sorties. Apportez votre lunch de préférence. Il y aura une mini-fourgonnette qui transportera votre lunch ou votre petite glacière. Pour les intéressés, il y a un casse-croûte sur place.

Nous partirons tôt afin d'avoir le temps de visiter les labyrinthes *Canadian Experience*, labyrinthe de cèdres, labyrinthe de vignes dans la matinée de 10 h à 11 h 30. Sinon, nous ne pourrons profiter de notre journée.

Pour ceux et celles qui aimeraient aller auto, pas de problème. La famille, les enfants, sont les bienvenus. Également, si vous abandonnez en vélo, on ne vous laissera pas derrière, on vous ramènera.

Hâtez-vous! Ce n'est pas tous les jours que je vous amène à Munster. De plus, on se croirait comme en Angleterre.

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 intérimaire:

Denise Parent

Vice-président : Robert Paradis

Secrétaire : Hélène Petit

Trésorier : Érik Swarts

Éditeur : Jean-Baptiste Renaud

Directeur des sorties :

Alain Gauthier

Directeur des affaires sociales :

Patrice Desjardins

Directeur des activités

techniques : Jean-Luc Matte

Directrice du marketing :

Denise Parent



Vélo-camping-spectacles— 2005

Au retour à Gatineau, rendez-vous au *Dairy Queen* où vous bénéficierez d'une réduction de 50% sur n'importe lequel de leurs produits!

Pour plus d'information, Patrice Desjardins, directeur des affaires sociales, 819-772-4 6 4 6 ou 8 1 9 - 6 6 5 - 9 9 3 5 , patrice.desjardins@sympatico.ca

S.V.P CONFIRMEZ VOTRE PRÉSENCE AVANT LE SAMEDI LE 24 JUIN 2006.

Vélo-Camping-Spectacles – 3e Édition

Musiqu'en Nous c'est bien plus qu'un festival, c'est une fête culturelle!

Quand ? Le vendredi 30 juin au lundi 3 juillet

Où ? Région de la Petite-Nation (camping de Saint-André-Avellin, voir le <http://www.petite-nation.qc.ca/campingavellin/>)

Lieu de départ: Covoiturage

Parcours vallonné, distances variées. Tous les niveaux cyclistes sont les bienvenus.

Coût? Frais pour le camping et spectacles
Spectacles : Pierre Lapointe, Chloé Sainte-Marie, Jamil, Philippe B et autres... (voir le <http://www.musiquenous.com/artistes.aspx>)

Weekend de vélo dans la Petite-Nation. En camping au village de Saint-André-Avellin à partir de vendredi matin. Venez assister aux divers spectacles en soirée. Un mini GT quoi! Des trajets sur carte seront disponibles. Communiquez avec Christiane Drouin au 819-771-2917 pour plus d'information. Responsables : Manon Lafrenière et Christiane Drouin.

Lac Philippe pour tous

Quand? Le samedi 22 juillet de 9 h à 16 h, 7 heures de Vélo plaisirs et bon temps (remis au dimanche si la sortie n'a pas lieu le 22)

Départ? Relais plein air, 397 boulevard Cité-des-Jeunes (voisin de l'école secondaire Mont-Bleu, secteur Hull)

Plusieurs parcours, vallonnés, variant de 50 à 100 km selon les volets

Description: Tournée de vélo pour toutes les catégories de cyclistes, vers le Lac Philippe, qui inclura pique-nique et/ou baignade. Venez en grand nombre! Remis au lendemain en cas de pluie. Responsables: plusieurs chefs de file
Touriste-randonneur: Jacques Fournier
Touriste intermédiaire: 80 km, Jacinthe Savard et François Gélinas
Touriste avancé: Roger Farley
Volet sportif



Services aux membres

Envoi de l'Info-vélo

Sylvie Ouellet

Révision de textes

Jacinthe Savard

Changement d'adresse

Jean Roy : 770-VÉLO
jujroy@videotron.ca

Répondeur téléphonique

Chantal Gosselin

Calendrier des sorties

Alain Gauthier : 246-9882

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 Pour plus d'information, téléphonez à Jean-Baptiste au 819-778-0182.

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour vous tous,

C'est moi votre présidente un tout petit peu douillette qui a eu peur de la pluie lors du rallye du 13 mai dernier et qui n'a donc pas participé fortement appuyée d'ailleurs par mon VP et les autres personnes de mon équipe tous aussi douilllets. Onze équipes de braves cyclistes qui, eux, ont fait peur à la pluie qui, elle, n'a pas osé se montrer le bout du nez sont partis dès 8 h afin de répondre aux nombreux défis proposés par ce rallye. Bravo à tous et félicitations à l'organisateur, Patrice notre cher directeur des affaires sociales.

La série des célèbres cinq à sept du Café Aux quatre jeudis a débuté malgré Dame

Nature qui ne cesse de nous harceler avec ses nuages, sa pluie et son ami vent. Plusieurs s'y sont retrouvés pour jaser et boire autre chose que de l'eau, du moins c'est ce que l'on m'a dit!

Les différents ateliers ont attiré un grand nombre de participants au grand plaisir de ceux qui les ont donnés et de celui qui les a organisés, Jean-Luc notre directeur des affaires techniques. Plusieurs recommandations très positives ont été faites à la suite de ces ateliers et je peux vous assurer qu'elles seront prises en considération pour l'an prochain.

Le calendrier web fonctionne à merveille et je tiens à souligner ici que c'est

l'information qui apparaît sur ce dernier qui prime car elle est mise à jour régulièrement. Votre grande participation aux sorties et aux entraînements des mardis et jeudis soirs, prouvent l'efficacité d'un tel outil. Bravo Alain!

Continuez à rouler, à amener des amis, amies et surtout à en parler, parler, parler... C'est votre club soyez-en fiers!

En vous souhaitant un mois de juin rempli de soleil!

Denise Parent

NOUVELLES VÉLO PLAISIRS

MEMBRES VÉLO PLAISIRS 2006. « Bonjour, Voici un texte de

remerciement de la part de ma fille pour remercier ceux et celles qui ont participé à la randonnée touristique intermédiaire du 14 mai dernier. » Alain G. Gauthier

En date du 16 mai dernier, le club comptait 297 membres (l'an dernier 257 et l'année d'avant 210), une belle progression me direz-vous. Alors que par le passé, les nombres de membres hommes et femmes étaient à peu près égaux, cette année les hommes ont clairement pris le dessus – 166 messieurs versus 131 mesdames. Un club de membres plutôt mature, 109 membres ont déclaré avoir entre 40 et 49 ans, 93 de 50 et 59 ans, 56 ont moins de 40 ans alors que 28 ont plus de 60 ans et 11 n'ont pas d'âge (les grands discrets).

Bonjour à toi, bénévole de Vélo plaisirs !

C'est la première fois que je suis abonnée à Vélo plaisirs ! À la lecture du calendrier, je ne pourrai m'ennuyer avec vous !! Votre organisation semble impeccable ! J'aime beaucoup votre site Internet, facile à consulter et, de surcroît, invitant à participer ! Merci à tous les bénévoles qui ont mis épaule à la roue ! À bientôt, Judith.

« Je veux dire merci aux huit membres de Vélo plaisirs qui, malgré les vents et la pluie lors du dimanche 14 mai, m'ont aidée à pédaler une deuxième journée consécutive de longue randonnée, en préparation de ma participation aux 30 heures vélo de la polyvalente Nicolas-Gatineau les 25 et 26 mai prochains. Votre enthousiasme, votre détermination, pour ne pas dire votre folie (une « gang » de canards sous la pluie!) m'a impressionnée et si je ressens des moments de fatigue ou de découragement dans mon défi, votre exemple de détermination et de folie m'aidera sûrement à me reconforter et m'encourager. Encore une fois, merci de votre encouragement. » -- Marjorie Gauthier

Wow, 42 membres bénévoles Vélo plaisirs, c'est impressionnant. On reconnaît toute la vigueur d'un club

par le nombre de ses bénévoles. Normalement un club qui atteint un taux de participation bénévole de 15 pour cent de ses membres est dynamique et pétant de santé. Avec nos 42 membres bénévoles et 297 membres, on atteint 14,14%. Lâchez pas!

Rallye Vélo plaisirs 2006. « Bonjour Patrice, je voudrais d'abord te remercier pour tout le travail que tu fais autant pour le rallye que pour les activités sociales du club. Ce rallye était très réussi et demande beaucoup de travail que tu sembles faire avec plaisir. » Josée

Bottin des membres Vélo plaisirs

2006. Jean Roy, le grand responsable de la banque de données des membres et concepteur du Bottin des membres, demande de vous rappeler de vérifier votre adresse et numéro de téléphone sur la liste Vélo plaisirs en encart et de l'aviser de toute erreur, afin qu'elle ne soit pas répétée dans le Bottin 2006.

Un merci particulier à Gisèle Trubey et Jacques Fournier d'avoir inscrit des sorties volet Randonneur au



5 à 7 du 6 mai

mois de juin. Merci aussi à **Gisèle, Patrice Desjardins, Maureen Edwards et Ronald Simard** pour en avoir fait autant pour les Touristes-randonneurs. Sans eux, bien des membres nouveaux au club ou qui veulent se remettre au vélo se seraient ennuyés. Je vous rappelle, particulièrement aux anciens membres, que le club fonctionne grâce aux bénévoles. Vous souhaitez une sortie en particulier, offrez vous un cadeau, lancez l'invitation aux membres et vous verrez, vous aurez une agréable sortie entre amis. Votre directeur des sorties, Alain Gauthier, AlainBicycle@videotron.ca, 246-9882. P.S. : communiquez avec Patrick Lalande durant juillet et août.

Ne partez pas sans elle, mais de grâce épargnez-lui le lavage. « Il m'est arrivé un p'tit accident avec ma carte de membre. J'avais mis ma carte de membre par inattention dans une de mes poches de jeans. J'ai fait mon lavage (ce qui est normal) et devinez quoi? Oui j'ai oublié cette dernière dans ma poche de jeans et je me demandais si vous pourriez m'en faire parvenir une autre? Merci » Marie....

Félicitations à tous les bénévoles cyclistes ! Nous avons déjà plus de 300 sorties de vélo au calendrier en 2006! Un grand merci !

Si vous allez faire la *Petite Aventure* cette année, vous y trouverez

une surprise. Votre directeur des sorties, AlainBicycle (Alain Gauthier), le fera avec sa conjointe Hélène.

Quels sont vos commentaires pour le fonctionnement des sorties en 2006? N'hésitez pas à communiquer avec votre directeur des sorties pour lui partager vos commentaires. Alain Gauthier, AlainBicycle@videotron.ca, 246-9882

Si vous avez aimé le Rallye Vélo plaisirs organisé par Patrice Desjardins, voici une nouvelle qui vous intéressera. La ville de Mirabel organise sa 16^e édition du *Rallye cycliste de Mirabel*, le

samedi 10 juin prochain, départ 9 h 30. Inscription sur place: 40 \$ par équipe de quatre personnes ou 15 \$ par personne (comprend les frais de participation, prix présence mais pas le dîner). Cet événement se tiendra sur le territoire de la ville de Mirabel, le kilométrage sera autour de 45 km et le degré de difficulté sera moyen. Si vous recherchez des partenaires pour former une équipe appelez Patrice Desjardins au 819-772-4646

N'oubliez pas la Journée FADOQ-Outaouais à vélo!

Quand? Le mercredi 21 juin

Parcours plat du parc Moussette à Aylmer, 30 km

Coût: 10 \$ – apportez votre lunch Venez découvrir les sentiers de l'Outaouais et relevez le défi d'être actif en famille! Pour information: Chantal Fournier au 1-800-828-3344, fadoq-outaouais@videotron.ca

Vous participez à la randonnée Hydro-Québec du 30 juin au 2 juillet ? Je serai là. Pourquoi pas une photo souvenirs du club Vélo plaisirs à 18 h près du chapiteau ? Bon voyage et à bientôt, Patrice Desjardins, directeur des affaires sociales, 665-9935,



Atelier : Achat d'un nouveau vélo et positionnement – Alain Couët



Atelier : Mécanique de base – Pierre Bergeron

patrice.desjardins@sympatico.ca (pour plus de détails sur la randonnée voir l'article *C'est à ton tour* dans ces pages).

Sortie sportive Cantley-Alcove-Masham. « Une bande d'intrépides cyclistes n'écouant que leur courage et souhaitant ne pas fondre comme chocolat à l'eau chaude ont bravé les risques de pluie en roulant le parcours annoncé aujourd'hui! (14 mai) Et oui, et ils ont tous terminé frais comme des roses (un peu fanés, un peu boueuses, sentant pas tout à fait la rose, m'enfin).

Croyant pouvoir se faufiler entre les nuages de pluie, le départ s'est donné à 9 h comme prévu du RPA. Onze braves étaient présents. On a formé un groupe de trois modérés et le reste en excités, euh, avancés je veux dire! On a pu se rendre un peu passé Alcove avec un magnifique vent dans le dos avant que la pluie ne nous rattrape. Le reste de la randonnée fut un peu moins jojo. J'ai encore quelques grains de sable de la plage de Masham entre les dents...

Notre VP, Bob Heaven, fit une apparition remarquée, et il avait le mollet très allègre! Notre Éric, nous chanta quelques partitions de je ne sais quelle pièce d'opéra accompagné par le bruit de la pluie nous revolant dans la face. Je n'ai rien compris à ce qu'il

chantait. C'était peut-être en italien, Mirella? Loulou avec son nouveau super vélo plume était aussi en grande forme, et le petit (grand!) nouveau Philippe nous a fait haleter pas mal. Jean a essayé sa nouvelle position de recherche de vitesse en descente appelée « le cygne se penchant pour boire ». Pourtant il n'avait qu'à se diriger le gosier vers le haut et il aurait épanché sa soif!

Malgré tout, ce fut une sortie agréable, et peut-être la seule de la semaine, d'après ce que MétéoMentira nous prédit... Espérons qu'ils se trompent. »
A + Sylvain Lemay

La Grande Visite de Gatineau –

Le samedi 24 juin, 9 h à 16 h, parcours plat de 61 km.

La Grande Visite de Gatineau est une randonnée familiale et populaire à bicyclette. Le départ de la 3^e édition sera donné dans le secteur d'Aylmer pour se terminer dans le secteur de Buckingham. Le tout dans une ambiance festive! Pour une copie du formulaire d'inscription, visitez le <http://www.ville.gatineau.qc.ca/fetes.htm#grande>

Travaux de réfection de pistes cyclables – printemps et été 2006

Piste des Pionniers: de la rue Laval à la rue Morin (1 km).

BONNE FÊTE!!!

Juin

- 3 Gaétan Boulanger et Diane Gélinas
- 4 Jean Trépanier
- 5 Philippe Olivier Tremblay
- 6 Sylvie Girouard
- 7 Souheil Benslimane, Marie Brisson et Marie-Andrée Lafleur
- 8 René Gemme, Sophie Lefebvre et Julie Tremblay
- 9 Manon Larocque
- 10 Diane D'aragon
- 11 Bérangère Courtois-Taillefer
- 12 Jacques Sauvé et Gisèle Trubey
- 13 Maurice Bastarache
- 16 Paule Boulanger
- 17 Sylvain Gendron
- 20 Denis Sarrazin
- 22 Michel Gauthier et Cyprien Pilon
- 25 Alain Couët
- 26 Adèle Deschenes et Jean-Luc Matte
- 27 Annick Côté
- 29 Julie Lebrun

Piste de la rivière Gatineau: du boulevard Fournier à la traverse du chemin de fer (3 km)

Piste Voyageurs: de la marina de Gatineau à la traverse du parc Jacques-Cartier (1 km)

Piste de l'Île: de la rue Laurier à la rue Saint-Rédempteur (1.5 km)

Piste de la rivière Rideau est (Ottawa): du parc Vincent Massey aux chutes Hog's Back (1.2 km)

Piste Watts Creek (Ottawa): de la piste de la Ceinture verte au chemin Eagleson (4 km)

Suite page 8

Le Carnet du Cycliste



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

Sans frais: 1-877-722-3002
Courriel: freshair@magma.ca
www.freshairexp.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

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

685

ERIE • RELIURE

COOPSCO
centre de photocopie
copie
CONFORME

LIGER 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

www.bicyclettehull.com

569, boul. St-Joseph
Gatineau (secteur Hull) J8Y 4A1 Tél.: (819) 770-6355

Une des 10 meilleures boutiques en Amérique du Nord
Pour des conseils, du service et un suivi continu de haute qualité

43^e Anniversaire

cycle bertrand 

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



136 Eddy, Hull 819-771-6858



Suzanne Bisson-Girard
Comptable agréée

101, rue Cholette
Gatineau (Québec) J8Y 6L7
Téléphone: (819) 770-3753
Télécopieur: (819) 770-6125
bissons@videotron.ca

À METTRE À VOTRE AGENDA

L'Automnale

Les 16 et 17 septembre

Assemblée générale annuelle et

Soirée de clôture Vélo plaisirs 2006 Samedi 21 octobre

NOUVELLES VÉLO PLAISIRS (Suite)



Choisissez les hébergements certifiés « Bienvenue cyclistes! » En 2006, Vélo Québec Association déploie sa certification

« Bienvenue cyclistes! » à l'ensemble des établissements d'hébergement touristique se situant à proximité de la Route verte au Québec. Cette certification vous garantit un accueil et des services adaptés à vos besoins et rejoint deux types d'hébergements: les établissements traditionnels tels que les gîtes ou les hôtels ainsi que les campings.



Atelier : Les habiletés à vélo – Louis Grégoire et Sylvain Lemay

COMPTE RENDU DU RALLYE VÉLO PLAISIRS

Samedi, vers 7 h 30, tous les participants arrivaient à l'Hôtel de ville de Gatineau (anciennement la Maison du Citoyen). C'était le point de rencontre, le temps de noter les présences, payer les inscriptions de dernière minute, remettre la feuille pour écrire les réponses ainsi que le questionnaire pour chaque équipe, etc.. Même cinq personnes sont venues de Montréal, de Maniwaki et de Sainte-Julie pour participer au Rallye Vélo plaisirs dans l'Outaouais. N'est-ce pas merveilleux?

Entre 8 h et 8 h 25, dans la salle d'attente, les participants sirotaient un jus, un café, un thé, un chocolat chaud en attendant le départ.

Les équipes étant déjà formées, vers 8 h, tous les cyclistes étaient prêts pour enfourcher leurs vélos.

Sous la supervision de Patrice Desjardins, une des onze équipes partait à toutes les deux minutes. Deux équipes ont décidé de faire le rallye en auto en

raison du mauvais temps. Neuf équipes ont eu le courage de pédaler dans le froid, le vent, les gros nuages, mais heureusement, il n'y a pas eu de pluie. Nous avons 35 participants et 15 bénévoles pour ce rallye-vélo.

Tout au long, les cyclistes ont parcouru des pistes cyclables, des voies cyclables, des sentiers de la Capitale, des rues et des routes peu fréquentées. Les participants ont répondu aux questions quiz, ramassé deux articles, joué à des jeux tels que le jeu de perfection, aux quilles, au Scrabble et au IQ, tout ça avec plaisir et en accumulant des points bonis. Aussi, ils ont exploré de nouveaux horizons ainsi que des sites intéressants. Après 25 km, les cyclistes ont eu droit à une pause bien méritée près du phare au Musée des sciences et de la technologie où mes deux tantes leur offraient une collation: fruits, café, chocolat chaud, « Gatorade », eau, etc..

De retour à l'Hôtel de ville vers 12 h 15, les équipes arrivaient par intervalles jusqu'à 13 h. Pendant ce temps, Michel

Santerre (bénévole) corrigeait les questionnaires afin de comptabiliser les points de chaque équipe.

C'était l'heure du pique-nique de 13 h à 14 h, nous avons eu un excellent pique-nique BBQ grâce au service du Traiteur de la Maison Aubrey.

Le coordonnateur du rallye a dit quelques mots, un petit discours pour remercier la participation des cyclistes, l'équipe dynamique des bénévoles, nos commanditaires, le club Vélo plaisirs.

Vers 14 h 15, c'était le temps des tirages des cadeaux grâce à nos généreux commanditaires. Aussi, j'en ai profité pour remettre une mention spéciale aux trois équipes gagnantes:

L'équipe no 13 (Les PP) – le certificat pour la Roue d'or.

L'équipe no 4 (Fab Four) – Le certificat pour la Roue d'argent,

L'équipe no 18 (Les Macchu Picchu) –

Le certificat pour la roue de Bronze.

Bravo à ces trois équipes!!! Par la suite, Michel Santerre a donné les réponses au micro afin que les participants soient au courant des bonnes réponses.

Également, le vice-président du club Vélo plaisirs a souligné cette belle activité qui existe depuis quatre ans et qui fait connaître notre club.

En résumé, ce fut une journée très nuageuse, un temps maussade, beaucoup de vent, de froid et j'en passe.. Pour le dîner, super agréable! Car nous étions à l'intérieur. La participation était formidable. Tous ont eu beaucoup de plaisir à participer au rallye-vélo. Ce fut un franc succès sur toute la ligne !

Sincères remerciements aux participantes et participants du Rallye 2006 et à l'an prochain pour une 5^e édition. Patrice Desjardins (Coordonnateur du Rallye)

MERCI À NOS GÉNÉREUX COMMANDITAIRES DE LA RÉGION DE CATINEAU-OTTAWA
Jacques Boissinot
Club Vélo plaisirs

Pecco's
Cycle Bertrand
Cyclo-sportif G.M.Bertrand
Les bicyclettes de Hull
Formidable
Restaurant St-Hubert
Le Twist café
Fidélité
Tim Horton du Plateau (secteur Hull)
Loblaws du Plateau (secteur Hull)
Mac Cartney
Tannis
Marché frais de Hull
Traiteur Maison Aubrey
Les Galeries de Hull
Les Promenades de l'Outaouais
Lebeau vitre d'auto
Centre national des Arts
Festival des tulipes
Musée canadien des civilisations
Musée des beaux-arts du Canada
Musée Bytown
Musée de la guerre
Musée des sciences et de la technologie
Train à vapeur Hull-Chelsea-Wakefield
Ville de Gatineau
Hôtel Holiday Inn Plaza La Chaudière
Hôtel Four Points Sheraton

MERCI AUSSI À CEUX QUI ONT COLLABORÉ À L'ORGANISATION :
Denise Parent, présidente du club Vélo plaisirs
Mécano de chez Pecco's

UN GROS MERCI À TOUTE L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES :

Carminia Matton (pause pour les fruits, jus, eau, mini muffins, café)
Téchy Dasilva (pause pour les fruits, jus, eau, mini muffins, café)
Karl Liberty (le jeu de perfection + autres tâches)
Nicole Henry (le jeu de perfection + autres tâches)
Daniel Gagnon (création des questions du rallye + autres tâches)
Michel Santerre (correction)
Yvan Laniel (le jeu de IQ)
Cécile Laniel (vente des billets)
Élise (vente des billets)
Patrice Desjardins (coordonnateur du rallye)
Jean-Paul Vanderhacgen (quilles)
Léonard Matton (quilles)
Marie-Nélie (Scrabble)
Jean-Michel (Scrabble)

POURQUOI QUE JE VEUX ROULER DE FAÇON PLUS SÉCURITAIRE ...

Pourquoi que je veux rouler de façon plus sécuritaire en bicyclette:

Maintenant que nous avons beaucoup de plaisirs en vélo en cette saison 2006 du club Vélo plaisirs, je voudrais vous partager ces quelques réflexions dans l'espérance d'améliorer un peu nos habitudes de cyclistes. Je suis bien conscient que tout le monde a son opinion sur les réflexions ci-dessous mais tout d'un coup qu'on est un paquet de cyclistes qui roulent un peu mieux...

Rouler de façon sécuritaire, pour moi c'est être toujours **attentif** à mon environnement, faire **mes stops** et toujours respecter les **feux rouges** de circulation.

Je veux rouler de façon plus **attentive**: c'est parce que je n'ai pas envie de me

recasser les six dents d'en avant. Je porte maintenant un pont dentaire avec six couronnes. C'est parce que je n'ai pas envie de placer à nouveau un ami sur une planche en métal froide pour des rayons X de son épaule cassée. Ce fut une très spectaculaire grimace. C'est parce que je n'ai pas encore envie d'assister à l'urgence pendant douze heures la nuit une amie qui a une commotion cérébrale. La nuit était assez longue, merci. Fort heureusement tout le monde s'en est remis sans séquelle grave permanente.

Je veux respecter davantage les panneaux **stops**: parce qu'une auto c'est bien plus gros que mon tout petit vélo. C'est aussi parce que j'ai vu suffisamment de cyclistes inconnus aplatis à terre près d'ambulances et de policiers.

Je veux respecter les **feux rouges**: parce que chaque fois que je passe « tout droit » c'est passible de trois points d'inaptitude au permis de conduire. Ce lien Internet donne les amendes **potentielles** : http://www.1.mtq.gouv.qc.ca/fr/reseau/signalisation/virage_amendes.asp Je crois comprendre que l'amende conducteur s'applique pour les cyclistes qui ont leur permis de conduire, c'est donc \$127 d'amende avec trois points d'inaptitude.

Je veux améliorer mes habitudes cyclistes pour montrer le bon exemple de bonne pratique cycliste. S'il-vous-plait, faisons attention. Bon vélo.

Alain Gauthier, directeur des sorties,
alainbicycle@videotron.ca

CLUB VÉLO PLAISIRS AU GRAND TOUR 2006

"Le Grand Tour 2006"

Les vertes vallées du Vermont et des Cantons du 5 au 11 août 2006

L'année dernière plus d'une quarantaine de cyclistes de l'Outaouais ont participé au Grand Tour organisé par les voyages du Tour-de-l'Île. Parmi les cyclistes de l'Outaouais, plusieurs étaient des vétérans du Grand Tour alors que d'autres en étaient à leurs premières armes. Cette année, le Grand Tour nous amènera au Vermont et aux Cantons de l'Est pour une randonnée qui s'annonce extraordinaire par la beauté des paysages que nous découvrirons.

Cette année sera mon 7^e Grand Tour et je dois vous dire que j'ai bien hâte de parcourir ces belles routes du Vermont et des Cantons-de-l'Est. Depuis plusieurs années, je m'offre pour coordonner le covoiturage et pour rassembler les cyclistes de l'Outaouais pour une photo de groupe le premier soir.

Je demanderais à celles et ceux qui participeront au Grand Tour de communiquer avec moi par retour du courriel (farleyroger@yahoo.ca) pour m'informer si vous avez besoin de transport pour aller à Richmond ou encore si vous avez de la place à offrir dans votre véhicule.

De se retrouver au Grand Tour parmi les 2 000 cyclistes participants, pour ceux qui en ont fait l'expérience, est toute une expérience. Je convie donc les participants de l'Outaouais à se rencontrer au kiosque d'information à 18 h le premier soir.

Pour ceux qui en seront à leur première expérience du Grand Tour. Vous verrez qu'il y a toutes sortes de cyclistes au Grand Tour. C'est un microcosme de la société avec une passion commune, le vélo. Le Grand Tour est une expérience cycliste et sociale où l'ambiance est à la fête. De vraies vacances de vélo!

Parmi les participants à l'édition de cette année, certains auront roulé ensemble depuis le début de la saison et savent déjà avec qui ils ont l'intention de rouler. D'autres par contre auront eu peu ou pas du tout l'occasion de rouler avec d'autres cyclistes de l'Outaouais. Aussi, s'il y en a parmi vous qui ne veulent pas rouler seul ou qui veulent se joindre à d'autres cyclistes de l'Outaouais, dites-moi quelle est votre vitesse de croisière moyenne (vitesse normale sur le plat et sans vent) et je verrai s'il est possible de former des groupes.

Plusieurs membres du club communiquent entre eux au moyen d'un groupe de discussion sur le Web. C'est un moyen efficace de partager de l'information. L'adresse du groupe de discussion est (veloplaisirs@groupepsyahoo.ca).

J'attends de vos nouvelles, Roger Farley, farleyroger@yahoo.ca

C'EST À TON TOUR

Le Tour de l'île d'Orléans à vélo, le 4 juin en 4 pelotons. La prochaine édition du Tour de l'île d'Orléans à vélo qui aura lieu dimanche le 4 juin est une randonnée inoubliable pour toute la famille... Venez découvrir la beauté de l'île d'Orléans de la façon la plus simple et la plus amusante. Pour plus d'information, Jocelyn Bouffard au 418-681-4573 et 418-956-4100 (cellulaire) et <http://www.letourdelile.com/>

20^e Tour Promutuel pour le Burkina Faso. Il est temps de s'inscrire! Un coup de pédale, un coup d'œil, un coup de main. Voilà qui résume bien le Tour Promutuel à vélo pour le Burkina Faso qui aura lieu les 9, 10 et 11 juin 2006. Le Comité organisateur du Tour Promutuel pour le Burkina Faso s'est donné l'objectif de recueillir la somme de 30 000 \$. Chaque tranche de 50 \$ amassée lors de la collecte de

fonds personnelle permet aux cyclistes de courir la chance de gagner, entre autres, une paire de billets toutes destinations dans les Amériques. Le tirage de ce prix, offert gracieusement par Voyages Michel Barrette enr., aura lieu lors du dîner le dimanche 11 juin. Pour information et inscription: Centre de solidarité internationale au 668-5211 poste 221 ou www.centreso.saglac.org.

Tour de Beauce – 21^e édition du 13 au 18 juin 2006. Outre la course élite qui se tiendra du 13 au 18 juin 2006, l'organisation du Tour de Beauce propose aussi diverses activités s'adressant à une clientèle cyclosportive: **Cyclosportive Rocky Mountain** – le 11 juin 2006

Tour de Chauffe – le 17 juin 2006
Cyclosportive des couleurs (fin septembre)

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à communiquer avec l'organisation Tour de Beauce au (418) 227-5894 ou info@tourdebeauce.com, ou visitez le www.tourdebeauce.com

La petite virée du Kamouraska – 17 juin. Le Camping Rivière-Ouelle organise sa 14^e randonnée annuelle. Deux parcours sont proposés: une boucle familiale d'environ 14 km et une randonnée extraordinaire de 58 km dans le doux pays du Kamouraska pour les plus aguerris. Comme par les années précédentes, le Camping Rivière-Ouelle offre deux nuits de camping pour le prix d'une à tous ceux et celles qui participeront à l'une ou l'autre des randonnées. Il y aura prix de présence et souper hot-dog le soir du 17 juin. Le départ se fera à 13 h du Camping Rivière-Ouelle. Rivière-Ouelle est à 1 h 15 à l'est de Québec sur l'autoroute 20.

Pour plus d'information et pour à toursaglac@bellnet.ca l'inscription, composez le 1-888-856-1484 ou écrivez à raymond@campingriviereouelle.com

La Journée FADOQ à vélo! La FADOQ - Mouvement des aînés du Québec - vous offre plusieurs randonnées de vélo au cours de l'été 2006... Le 21 juin 2006 dans plusieurs régions du Québec, différentes randonnées cyclistes seront offertes. Pour connaître tous les détails, vous pouvez vous procurer la brochure détaillée et le coupon d'inscription sur les Randonnées cyclistes FADOQ: 1 800 828-3344 ou (514) 252-3017 ou info@fadoq.ca

FADOQ – Région Outaouais • Venez découvrir les sentiers de l'Outaouais et relevez le défi d'être actif en famille! Quand? Mercredi 21 juin, inscription: 10 \$, apportez votre lunch, 30 km Pour information: Chantal Fournier au 1-800-828-3344, fadoq-outaouais@videotron.ca

La Randonnée Hydro-Québec, du 30 juin au 2 juillet. Vous êtes conviés à un événement qui a maintenant les allures d'un véritable classique annuel, la Randonnée Hydro-Québec. Cette formidable randonnée vous fera parcourir un environnement captivant sur les 280 kilomètres de la Véloroute des bleuets, un des plus beaux circuits cyclables du Québec. La parcourir vous fera découvrir des fleurons du patrimoine jeannois comme le village historique de Val-Jalbert, le Centre de conservation de la biodiversité boréale à Saint-Félicien et les Grands jardins de Normandin.

Date limite d'inscription: 2 juin; maximum 500 participants; tarif: 185 \$ taxes incluses. Pour plus d'information, visitez le <http://www.liberteavelo.ca/> ou composez le 1-877-668-8430 ou écrivez

Le Grand Tour 2006 – 5 au 11 août – *Les vertes vallées du Vermont et des Cantons*. La folle caravane du Grand Tour promet d'être grandiose en 2006: pour la première fois, ses 2000 participants pédaleront au Vermont, véritable contrée de rêve pour le vélo. Voyez un peu: bitume parfait, paysages éblouissants de verdure, rivières et lacs enchâssés dans les montagnes. Et l'enchantement se poursuivra dans les Cantons-de-l'Est, au fil de routes sinueuses et de collines boisées, où se cachent les villages les plus coquets qui soient... Un concentré de plaisir... et une formule renouvelée.

Trois jours de Grand Tour – 5 au 7 août. Profitez du week-end Grand Tour pour goûter à l'événement même si vous ne disposez pas d'une semaine complète. Attention toutefois: ce circuit de trois jours ne sera offert qu'à un nombre limité de cyclistes... car le Grand Tour doit demeurer aussi grand que grandiose! Pour plus d'information et pour la fiche d'inscription, visitez le <http://www.velo.qc.ca/> ou composez le 1 800 567-8356.

Randonnée St-Roch de Mékinac / Shawinigan – 3 septembre. Cyclo-Mauricie vous invite à participer à sa 3^e édition de la randonnée St-Roch de Mékinac / Shawinigan, qui aura lieu dimanche le 3 septembre 2006.

Il y aura deux pelotons:
Parcours découverte de 72 km (vitesse moyenne de 22 km/h)
Parcours sportif de 82 km (vitesse moyenne de 28 km/h)

Soyez parmi les 400 cyclistes qui parcourront la plus belle vallée au Québec, la magnifique vallée de la St-Maurice, tout en étant spectateurs de

la 73^e édition de la Classique internationale de canots de la Mauricie. En vous inscrivant avant le 13 août, vous courrez la chance de gagner un voyage d'une semaine pour deux personnes en Suisse, afin de participer au CycloTour du Léman en juin 2007; voyage offert par Swiss International Air Lines. Pour plus d'informations, visitez le site <http://www.cyclomauricie.com/>

Festi-Vélo – 9 et 10 septembre. Vous souhaitez découvrir les paysages pittoresques et les attraits touristiques de la splendide région du Suroît tout en assouvissant votre passion du vélo? Décidément, la Festi-Vélo est pour vous !!! Cet événement vélo vous offre deux journées de surprises et de découvertes dans le Suroît, à environ 40 kilomètres au sud-ouest de Montréal. Tout au long d'un choix de parcours bien approvisionnés et sécuritaires variant de 75 à 150 km, vous circulerez au milieu d'une multitude de points d'intérêt savamment répertoriés par l'Office du tourisme du Suroît et répartis sur le territoire des MRC de Vaudreuil-Soulanges, Beauharnois-Salaberry et du Haut Saint-Laurent. Pour vous détendre, échanger sur vos expériences et préparer de bon pied votre seconde journée de randonnée, quoi de mieux, le samedi soir, qu'un souper-conférence « Chronique d'un défi sportif » autour d'un savoureux méchoui!

En vous inscrivant à la Festi-Vélo, vous recueillez des fonds pour l'hôpital du Centre de santé et des services sociaux du Suroît. Pour plus d'information sur les forfaits disponibles et pour l'inscription en ligne, visitez le site de la Fondation du CHRS pour l'hôpital du Centre de santé et des services sociaux du Suroît <http://www.fondationchrs.rocler.qc.ca/> ou composez le 1-866-210-8623.

Annonce classée – Chaussures cyclistes avec clips SPD standards, portées une seule saison, grandeur femme 5 ½ - 6, couleur: bleu et noir, prix demandé: 30 \$, 819-595-1084, demandez Jacinthe.



Les plaisirs du Vélo-camping-spectacles prévu du 30 juin au 3 juillet



Garnet 100% coton



Face

Dos

Aussi disponible en bleu marine

Maillot



Prix de vente aux membres: 55 \$

Coupe-vent



Face

Dos

Prix de vente aux membres: 80 \$

**POUR COMMANDER
RICHARD GOSSELIN
778-3229**



BERTRAND MERLIN

LOOK

QUINTANA ROO

KONA

GIANT

hite speed

TREK

www.gmbertrand.com

Uélos Bertrand, Merlin, sur mesure conception Gilles Bertrand

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

167, Wellington, Gatineau (Hull) Québec

819-772-2919