

PUR VÉLO

PAR skipresse

cyclepresse

ROULONS
VERS RIO

TOURISME

+ TOP 10
DE YVAN MARTINEAU

+ LA GASPÉSIE
DE LYNE BESSETTE

+ EDMUNDSTON

PIQUE-NIQUE
À VÉLO

Con
cours!

750 \$

en crédit voyage

par Voyages Merit et
Exodus Travel.

GRATUIT

JUILLET 2016 | VOLUME 6 #3

TRIO VÉLO

- À PARTIR DE -

105\$
+t.

LOCATION DE VÉLO + PROTECTIONS + BILLET

LA RÉFÉRENCE EN VÉLO DE MONTAGNE AU QUÉBEC

**42 KM
DE PISTES
DE DESCENTE**

**4 CIRCUITS
DE
PROGRESSION**

**UNE ÉCOLE
DE VÉLO
DE MONTAGNE**

OUVERT DU 21 MAI AU 10 OCTOBRE 2016

Tarif individuel. Certaines conditions s'appliquent.



**39 KM DE SENTIERS
POLYVALENTS**

**VÉLO CROSS-COUNTRY ET ENDURO
RANDONNÉE PÉDESTRE
COURSE EN SENTIER**

1 866 276-6668
SKIBROMONT.COM

45 MINUTES
DE MONTRÉAL



Bromont
MONTAGNE D'EXPÉRIENCES

Centre·du·Québec

Réservez votre séjour pour
découvrir les **TOPS 5**
DES CIRCUITS VÉLO!



Commandez
votre carte vélo
1 888 816-4007
avelo.ca



FAITES-VOUS PLAISIR...



Forfaits à partir de
105\$ / pers.

Offrez-vous un séjour de pure détente dans un décor enchanteur.

De l'assiette à l'oreiller, de la détente au divertissement, tout est objet de découvertes et de délicates attentions.

Chambres et suites spacieuses | Gastronomie réputée
Confort raffiné | Espace Aqua-Détente 4 saisons



1 855 233-9058

aubergegodefroy.com



LE MEILLEUR CHOIX POUR VOS ESCAPADES...



Forfaits à partir de
68\$ / pers.

Au centre de votre Québec, le Victorin vous attend dans ses 152 chambres dont certaines donnent directement sur l'extérieur.

La piste cyclable à proximité et les superbes routes méconnues de la région sauront plaire à tous les types de cyclistes.

GASTRONOMIE, PISCINE, CONFORT, TOUT Y EST!



1 877 845-5344

hotelsvillegia.com

- 6 ROULONS VERS RIO
- 10 LA CHRONIQUE DE B7
- 12 GÉRARD-LOUIS ROBERT
- 15 PIQUE-NIQUE À VÉLO
- 16 LEX ALBRECHT
- 17 EDMUNDSTON
- 18 TOP 10 DE YVAN MARTINEAU
- 20 APOGÉE
- 22 CALENDRIER

**INSCRIVEZ-VOUS À NOTRE INFOLETTRE SUR CYCLEPRESSED.COM
 POUR RECEVOIR VOTRE MAGAZINE EN EXCLUSIVITÉ!**

Les villes À VÉLO



Au-delà des grandes performances sportives, le vélo est avant tout un moyen de locomotion inventé il y a maintenant deux cents ans pour combler un besoin pragmatique : se déplacer plus rapidement.

Aujourd'hui, le monde du vélo est vaste, tant dans les nouveautés technologiques, les clubs, les événements, et que dire des ressources et initiatives mises à la disposition des cyclistes ? De nouvelles gammes de vélos font leur apparition et permettent de pratiquer le sport autrement, les choix vestimentaires se diversifient et les accessoires se multiplient. Les réseaux cyclables se développent à vitesse grand V et les activités touristiques accessibles aux cyclistes sont variées, originales et presque infinies. Le Québec, ses régions et ses municipalités rivalisent toutes d'initiatives fort intéressantes afin d'attirer chez elles les cyclotouristes. Les infrastructures qui s'y développent sont pensées en fonction des cyclistes et les entreprises locales prennent les moyens pour mieux les accueillir.

SORTEZ VOS BÉCANES, CAR L'ÉTÉ, L'ÉTÉ, L'ÉTÉ, C'EST FAIT POUR ROULER ET POUR FAIRE DES DÉCOUVERTES À VÉLO! BONNES VACANCES!

#egovelo #cyclepresse #villeavelo

Anne-Marie Saint-Germain, rédactrice en chef

Anne-Marie porte le maillot à manches courtes et le cuissard à pois de *Jolie Ride*. Les accessoires de vélo : gants, casques et lunettes proviennent de chez *Apogée*.



cyclepresse :: skipresse    

Volume 6 #3 | Juillet 2016

ÉDITEUR
Charles Duhamel

RÉDACTRICE EN CHEF
Anne-Marie Saint-Germain

COLLABORATEURS
Lex Albrecht
Lyne Bessette
Benoit Chouinard
Jean-Luc Lorry
Yvan Martineau

PHOTOGRAPHES
Louis-David Archambault
François Larivière

RÉVISION
Josée Bachand

GRAPHISME ET PRODUCTION
Pika Design

MERCI
FQSC
Cyclisme Canada

IMPRIMÉ PAR
Solisco

VENTES 450 773-6028
Philippe Dumaine
Ariane Lapierre

DISTRIBUTION
Marc Allard et Diffumag

ISSN 1205-2043
© 2016 Les Nouvelles Ski Presse Inc.
Tous droits réservés.

Le magazine Cyclepresse a pris toutes les précautions nécessaires pour s'assurer de l'exactitude des renseignements mentionnés dans ses pages. Le magazine ne peut être tenu responsable des erreurs ou des négligences commises dans l'emploi de ces renseignements. Veuillez noter que les prix mentionnés dans le magazine sont sujets à être modifiés sans préavis et qu'ils nous ont été fournis par les manufacturiers.



Ce magazine peut être recyclé.
Veuillez le recycler là où c'est possible.



PHOTO PAGE COUVERTURE
Crédit : Stéphanie Daoust, Saint-Pierre-les-Becquets, Tourisme Centre-du-Québec

Nos collaborateurs

ÉQUIPE

LEX ALBRECHT

Cycliste professionnelle. Membre de l'équipe nationale de *Cyclisme Canada* et de *BePink*, une équipe italienne de l'UCI. Amateure de café, de randonnées épiques et de vélos de course ! B.Sc. en Biologie médicale.



LYNE BESSETTE

Double Olympienne en cyclisme, elle organise *Les 100 à B7* ainsi que des courses de ski avec peaux de phoque. Conférencière et guide cycliste, elle supporte plusieurs causes.



BENOIT CHOUINARD

Chroniqueur vin pour plusieurs publications. Skie depuis longtemps sans grand talent (c'est lui qui le dit!), roule depuis quelques années et est tombé passionnément dans le vin quand il était petit !



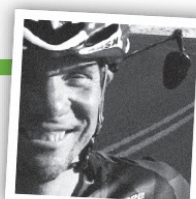
JEAN-LUC LORRY

Journaliste au *Courier de Saint-Hyacinthe*, Jean-Luc considère que l'activité physique est un incontournable pour se maintenir en forme. Natation, ski et course de fond sont les sports qu'il aime pratiquer.



YVAN MARTINEAU

Animateur à TVA et TVA Sports, chroniqueur à *Salut Bonjour!* et 98,5 FM, guide de voyages de vélo, conférencier et maître de cérémonie. Yvan est une référence dans le journalisme sportif au Québec.



RÉSULTAT DE NOTRE CONCOURS

GENDRONVÉLO + CYCLEPRESSE VOUS OFFRENT
un défi cycliste cet été!

LE GAGNANT EST

Carl Boutin



LE GAGNANT A CHOISI LE DÉFI
SUIVANT POUR DEUX PERSONNES

MONTRÉAL > BURLINGTON > STOWE

6 AU 7 AOÛT EN SOUTIEN À LEUCAN MONTRÉGIE

Félicitations!

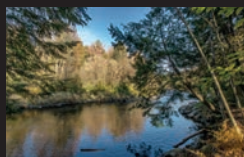
Le tirage a eu lieu le 19 juin 2016 à midi, chez Voyages Gendron.

PROJET immobilier à BROMONT

Été 2016

Nouveaux Bungalows, Cottages et Jumelés

Parc sur rivière
Condominiums • Maisons de ville • Bromont



Bungalow | Condo | Jumelé | Cottage

- Projet de 35 acres dont 22 protégés
- À quelques minutes de marche du village
- Pistes cyclables, sentiers pédestres et golfs à proximité
- À 1,3 km de l'autoroute 10
- Service de navette pour le ski
- Unités locatives disponibles

License R.B.Q. 8358-2957-01

Un site unique à Bromont!

450 534-3111

25, avenue de l'Hôtel-de-Ville, Bromont
www.parcsurriviere.com

Rio 2016 DU 5 AU 21 AOÛT

À la veille des Jeux olympiques d'été 2016 qui auront lieu à Rio de Janeiro. Voici un portrait des Québécois qui nous représenteront dans les épreuves de cyclisme ainsi qu'une brève description de chacune d'entre elles.

POUR SUIVRE LES ATHLÈTES ET LES JEUX > fgsc.net > cyclismecanada.ca > olympique.ca > rio2016.com

En chiffres

42

SPORTS

306

ÉPREUVES

37

ARÈNES

206

PAYS

En collaboration avec  **FQSC**

Cyclisme sur route

COURSE SUR ROUTE Les courses sur route, ou courses en ligne, se tiennent sur des routes publiques ou privées et sur des distances variables. Ce type d'épreuve est disputé sur un circuit routier préalablement établi et fermé à la circulation pour l'occasion. Les participants entament tous en même temps la course. Le gagnant est celui qui parvient à franchir la ligne d'arrivée le premier.

CONTRE-LA-MONTRE Le contre-la-montre se dispute en solitaire. Chaque coureur s'élance, à tour de rôle, sur le parcours, à intervalle régulier (1 à 2 minutes). Le vainqueur de l'épreuve est celui qui réalise le meilleur temps. L'ordre de départ est établi en fonction du classement, l'athlète le plus rapide étant le dernier à s'exécuter.

KAROL-ANN CANUEL



© Rob Jones Canadian Cyclist

ANTOINE DUCHESNE



© Rob Jones Canadian Cyclist

HUGO HOULE



© Comité olympique canadien

KAROL-ANN CANUEL

Date de naissance
18/04/1988

Lieu de naissance
AMOS

Lieu de résidence
GATINEAU

PALMARÈS

- 6^e au CLM individuel lors des Championnats du monde 2014, Ponferrada (ESP)
- 15^e au CLM individuel lors des Championnats du monde 2015, Richmond (USA)
- 13^e de la course sur route aux Championnats du monde 2015, Richmond (USA)
- Championne du monde au CLM équipe en 2014 et 2015
- Championne canadienne au CLM individuel 2015

QUALITÉ/SPÉCIFICITÉ
Spécialiste du contre-la-montre et excellente grimpeuse

ANTOINE DUCHESNE

Date de naissance
12/09/1991

Lieu de naissance
SAGUENAY

Lieu de résidence
BLAINVILLE

PALMARÈS

- Participation au Tour de France 2016
- Maillot à pois (meilleur grimpeur) à Paris-Nice 2016
- 58^e à Paris-Roubaix 2016
- Complété le Tour d'Espagne 2015
- 10^e des 4-Jours de Dunkerque en 2015
- 61^e et meilleur Canadien lors de la course sur route aux Championnats du monde sur route 2015, Richmond (USA)

QUALITÉ/SPÉCIFICITÉ
Excellent rouleur, bon grimpeur

HUGO HOULE

Date de naissance
27/09/1990

Lieu de naissance
QUÉBEC

Lieu de résidence
SAINTE-PERPÉTUE

PALMARÈS

- Médaille d'or aux Jeux panaméricains au CLM individuel en 2015, Toronto
- Champion canadien au CLM individuel en 2015
- 25^e du CLM individuel des Championnats du monde 2015, Richmond (USA)
- Complété le Tour d'Italie en 2014 et 2015
- 4^e de la course sur route chez les U23 aux Championnats du monde 2012

QUALITÉ/SPÉCIFICITÉ
Spécialiste du contre-la-montre individuel



HUGO BARRETTE

Date de naissance

04/07/1991

Lieu de naissance

ÎLES DE LA MADELEINE

Lieu de résidence

CAP-AUX-MEULES

PALMARÈS

- Champion canadien 2015 au keirin, en vitesse individuelle et par équipe
- Médaille d'argent au keirin lors de la Coupe du monde de Hong Kong en 2016
- Médaille d'or en vitesse individuel et par équipe aux Jeux panaméricains 2015, Toronto
- Médaille de bronze au keirin aux Jeux panaméricains 2015, Toronto
- Médaille d'argent au keirin lors de la Coupe du monde d'Aguascalientes (MEX) en 2014

QUALITÉ/SPÉCIFICITÉ

Épreuves de vitesse, surtout le keirin. Victime d'une importante chute qui aurait pu mettre fin à sa carrière, il a néanmoins réussi à se hisser sur la deuxième marche du podium en Coupe du monde en janvier dernier, soit moins de trois mois après l'incident.

KIRSTI LAY

Date de naissance

07/04/1988

Lieu de naissance

MEDICINE HAT (ALBERTA)

Lieu de résidence

MONTREAL

PALMARÈS

- Médaille d'argent en poursuite par équipe aux Championnats du monde sur piste 2016, Londres (GBR)
- Médaille de bronze en poursuite par équipe aux Championnats du monde sur piste 2015, St-Quentin-en Yvelines (FRA)
- Médaillée d'or en poursuite par équipe aux Jeux panaméricains 2015, Toronto
- Médaillée d'argent en poursuite individuelle aux Championnats canadiens sur piste 2015

QUALITÉ/SPÉCIFICITÉ

Poursuite par équipe et poursuite individuelle

Cyclisme sur piste

KEIRIN Les coureurs s'élançant groupés derrière un engin motorisé afin d'atteindre progressivement une vitesse donnée. Le « lièvre » démarre à 30 km/h pour les hommes et 25 km/h pour les femmes, avant d'accélérer jusqu'à respectivement 50 km/h et 45 km/h. Lorsqu'il s'écarte, à deux tours et demi de l'arrivée, les coureurs se disputent la victoire au sprint.

POURSUITE PAR ÉQUIPE Deux équipes de quatre coureurs, s'élançant à deux points opposés du vélodrome, s'affrontent sur 4 000 m. L'équipe victorieuse est celle qui enregistre le meilleur temps ou qui parvient à rejoindre la formation adverse.

VITESSE INDIVIDUELLE Préalablement à la première manche de duels, une épreuve qualificative est disputée. Au terme du contre-la-montre de 200 mètres, les 24 coureurs les plus rapides accèdent au tournoi de vitesse. L'épreuve de vitesse, ou sprint, est une épreuve disputée entre deux coureurs en opposition directe. Le départ est donné arrêté et les coureurs sont côte-à-côte sur la ligne de départ. Un tirage au sort détermine lequel des deux partira en bas de la piste. La distance à parcourir est de 2 ou 3 tours de piste, dépendamment de la longueur de la piste. Le but est de passer la ligne d'arrivée le premier.

VITESSE PAR ÉQUIPE La vitesse par équipe, ou sprint par équipe, s'apparente à la vitesse individuelle, à la différence que l'épreuve met en scène deux équipes. Chez les hommes, l'équipe est composée de trois coureurs et complète trois tours, alors que chez les femmes, il s'agit de deux coureuses sur deux tours. Chacun leur tour, les cyclistes prennent la tête et se retirent une fois le tour de piste complété. En cas d'égalité (au millième de seconde), l'équipe ayant effectué le dernier tour le plus rapide l'emporte. La première ronde en est une de qualification, laquelle permet de déterminer les quatre formations qui passeront en finale.

OMNIUM Disputé sur deux jours, l'omnium est un combiné des six épreuves suivantes : tour lancé, course aux points, course par élimination, poursuite individuelle, course scratch et contre-la-montre. Les coureurs accumulent des points au cours des cinq premières épreuves. Au terme de la sixième et dernière course, ce total peut augmenter ou diminuer en fonction des points gagnés ou perdus par le coureur. Le vainqueur est celui qui totalise le plus de points à l'issue des six épreuves.

SCRATCH Il s'agit d'une course en ligne de 15 km pour les hommes et 10 km pour les femmes.

Poursuite individuelle : La distance à parcourir est de 4 000 m pour les hommes et 3 000 m pour les femmes.

Élimination : Il s'agit d'une course en ligne au cours de laquelle le dernier coureur à franchir la ligne lors de chaque sprint intermédiaire (tous les deux tours) est éliminé.

CONTRE-LA-MONTRE La distance à parcourir est de 1 km pour les hommes et 500 m pour les femmes.

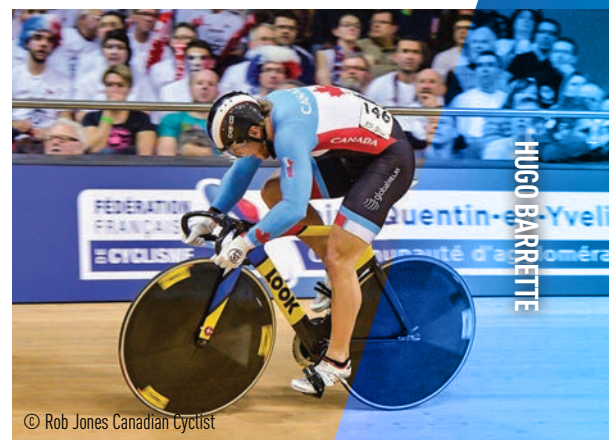
TOUR LANCÉ Il s'agit d'une course de type contre-la-montre avec départ lancé.

COURSE AUX POINTS La distance à parcourir est de 40 km pour les hommes et 25 km pour les femmes. Le classement final est établi en fonction des points accumulés par les coureurs lors des sprints intermédiaires et des tours gagnés sur le peloton.



HUGO HOULE

© Rob Jones Canadian Cyclist



HUGO BARRETTE

© Rob Jones Canadian Cyclist



KIRSTI LAY

© Rob Jones Canadian Cyclist



HUGO BARRETTE

© Comité olympique canadien



SÉJOURS DE VÉLO GUIDÉS DANS LES CARAÏBES

Guides • Coaching • Groupe ou privé

DESTINATIONS AUTOMNE HIVER 2016/2017 > Grenade, Martinique, Dominique & Guadeloupe

Dates des séjours de groupe disponibles sur le site Internet : lovecyclingsailingfr.com

BMX

BMX SUPERCROSS Le BMX Supercross est disputé sur un circuit de 350 m. Huit pilotes s'élancent depuis une rampe de 8 m de haut et s'affrontent sur un parcours alternant bosses, virages relevés et segments plats. La lutte pour la première place est acharnée, car il faut arriver dans les quatre premiers lors des manches éliminatoires pour disputer la finale. Suivant la section, la tactique consiste à amortir les sauts pour gagner en rapidité, ou à prendre de la hauteur (les pilotes se propulsent à près de 5 m de haut).



RAPHAËL GAGNÉ

© Comité olympique canadien



LÉANDRE BOUCHARD

© Rob Jones Canadian Cyclist



JOËLLE NUMAINVILLE

© Courtoisie

Vélo de montagne

CROSS-COUNTRY OLYMPIQUE (XCO) Le cross-country olympique est disputé sur des circuits fermés accidentés : descentes techniques, chemins forestiers, sentiers rocailleux, franchissement d'obstacles, etc. Le gagnant est celui qui parvient à compléter la distance le premier.

RAPHAËL GAGNÉ

Date de naissance
16/07/1987

Lieu de naissance
LAC-BEAUPORT

Lieu de résidence
LAC-BEAUPORT

PALMARÈS

- 12^e du cross-country lors de la Coupe du monde à Cairns (AUS) 2016
- 18^e du cross-country lors des Championnats du monde 2015 à Vallnord, en Andorre
- Médaille d'or du cross-country lors des Jeux panaméricains 2015, Toronto
- Champion canadien du cross-country 2015
- 6^e du cross-country lors de la Coupe du monde à Windham (USA) 2015
- 14^e du cross-country lors de la Coupe du monde à Val di Sole (ITA) 2015
- 14^e du cross-country lors de la Coupe du monde à Mont-Sainte-Anne (CAN) 2015

QUALITÉ/SPÉCIFICITÉ

Excellent technicien, excelle sur tous les types de parcours

JOËLLE NUMAINVILLE EN APPEL

En juin dernier, Cyclisme Canada informait Joëlle Numainville qu'elle ne ferait pas partie de la délégation féminine de quatre cyclistes aux Jeux olympiques de Rio. Selon l'athlète de Laval, cette décision indéfendable est à la fois inattendue et incompréhensible : « Je m'explique très mal cette décision compte tenu de mes résultats et de mon expérience. Sur la base des critères élaborés dans la politique de sélection olympique, j'ai clairement ma place dans l'équipe. »

« Nous avons décidé de porter en appel la décision de Cyclisme Canada. J'espère que l'appel décidera en ma faveur et que je pourrai mettre à profit mes talents de cycliste de haut niveau pour aider mes coéquipières à remporter des médailles aux Jeux de Rio. » Au moment de mettre sous presse, la décision de l'appel n'avait pas encore été rendue.

LÉANDRE BOUCHARD

Date de naissance
20/10/1992

Lieu de naissance
ALMA

Lieu de résidence
ALMA

PALMARÈS

- 19^e du cross-country lors de la Coupe du Monde à Cairns (AUS) 2016
- 20^e du cross-country lors de la Coupe du monde à La Bresse (FRA) 2016
- Médaille d'argent aux Championnats canadiens de cross-country 2015
- 29^e du cross-country lors de la Coupe du monde à Nove Mesto (CZE) 2015
- Champion canadien du cross-country 2014 chez les U23

QUALITÉ/SPÉCIFICITÉ

Excellent technicien, en constante progression

AUTRES ATHLÈTES CANADIENS EN CYCLISME

Emily Batty (Brooklin, Ontario), vélo de montagne

Allison Beveridge (Calgary, Alberta), cyclisme sur piste

Laura Brown (Vancouver, Colombie-Britannique), cyclisme sur piste

Jasmin Glaesser (Vancouver, Colombie-Britannique), cyclisme sur piste

Leah Kirchmann (Winnipeg, Manitoba), cyclisme sur route

Tory Nyhaug (Coquitlam, Colombie-Britannique), BMX

Kate O'Brien (Calgary, Alberta), cyclisme sur piste

Catharine Pendrel (Kamloops, Colombie-Britannique), vélo de montagne

Georgia Simmerling (West Vancouver, Colombie-Britannique), cyclisme sur piste

Monique Sullivan (Calgary, Alberta), cyclisme sur piste

Tara Whitten (Calgary, Alberta), cyclisme sur route

Mike Woods (Ottawa, Ontario), cyclisme sur route

GRANDE TRAVERSÉE 4^e édition

Alimentée par Scapulo

Luc Couillard est un passionné de sport et de... transport. Spécialiste en transport, titulaire d'une Maîtrise et conférencier recherché, il est Commissaire à l'électrification des transports et aux véhicules intelligents pour la Ville de Montréal. Moniteur de ski niveau III de l'AMSC et formateur, Luc est aussi un cycliste engagé auprès de plusieurs événements cyclistes, notamment le Tour CIBC Charles-Bruneau et le Gran Fondo Mont-Tremblant, directeur du Club cycliste Momentum et encadreur pour l'ACDA. Membre du Comité technique de La Grande Traversée (LGT), il a répondu à nos questions à son retour de la 4^e édition de LGT.

LGT est un relais cycliste national qui a vu le jour en 2013 et s'est donné pour mission d'encourager la population à adopter de saines habitudes de vie. Pour cela, elle s'est associée à un nombre important d'institutions scolaires à travers le Canada afin d'aider les jeunes à « Faire un choix santé ». Il s'agit d'une suite logique de quatre ans de partenariat avec Le Grand défi Pierre Lavoie.

LGT, c'est d'abord l'idée qui a germé dans la tête de Laurent Brisebois, directeur d'école en Colombie-Britannique qui a lui-même traversé le Canada à vélo à quelques reprises.

Plusieurs personnalités se joignent à l'événement, dont : Joé Juneau qui a mis sur pied un programme de hockey pour les Inuits du Nord du Québec, Trevor Linden, président des Canucks de Vancouver, Pierre Lavoie, Nancy Greene-Raine, sénatrice et médaillée d'or olympique, Ashleigh McIvor, médaillée d'or olympique, Arianne Lavigne, olympienne et nutritionniste, Jean-Luc Brassard, médaillé d'or olympique et Maëlle Ricker, médaillée olympique, championne du monde et des X Games en snowboardcross.

Combien de jeunes LGT touche-t-elle? 200 jeunes par année provenant de 40 écoles et des conseils scolaires de la majorité des provinces canadiennes.

Comment avez-vous entendu parler de LGT? Via le Grand défi Pierre Lavoie et une invitation à me joindre au groupe d'encadreurs de la part de Jean-Luc Brassard.



Quelle portion du voyage avez-vous complété? Il y a trois ans, j'ai roulé au Québec, l'année dernière au Manitoba et cette année, j'ai roulé en Saskatchewan, en Alberta et en Colombie-Britannique.

Vos plus beaux moments? Il y a trois ans, avoir pédalé avec des jeunes Inuits du programme mis sur pied par mon ami Joé Juneau dans le Nord du Québec. Ces jeunes ont tout appris du vélo en deux sorties et le samedi ils ont fait la boucle de 135 km du Grand défi Pierre Lavoie. Impressionnant!

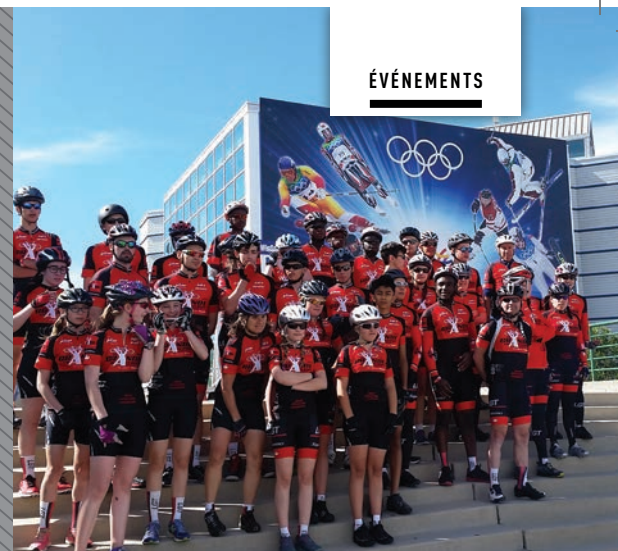
En 2015, la découverte des vastes étendues des Prairies. Le blé balayé par les vents, les espaces à perte de vue. Très beau!

Cette année, les Rocheuses et leur cime enneigée. La vue d'un grizzly sur le bord de la route à Kananaskis. L'arrivée triomphale à Nelson, ma ville préférée en Colombie-Britannique, probablement parce que j'adore le centre de ski Whitewater.

Et aussi avoir participé à cette aventure avec ma meilleure amie et la marraine de mon fils, Diane Langlois, superviseuse de l'école de ski Mont Saint-Bruno.

La plus belle région de vélo au Canada, selon vous? Les Rocheuses sont bien entendu magnifiques, le sud de l'Ontario et la côte de la Gaspésie. Dans la région de Montréal, il n'y a rien qui se compare au secteur de Ormstown.

Votre monture? Je roule sur un magnifique Garneau Gennix A1. Cependant, pour LGT, comme DeVinci est un partenaire important de l'événement, j'ai eu le plaisir de rouler sur une LeoSL.



© Courtoisie

Record de participation

POUR LE GRAN FONDO MONT-TREMBLANT!

Une météo parfaite et un déroulement impeccable ont marqué la quatrième édition du Gran Fondo Mont-Tremblant, du 28 mai dernier. L'événement a accueilli près de 2000 cyclistes, une participation record, réunis pour prendre part à la première grande cyclosportive de la saison. Retour en images sur l'événement...

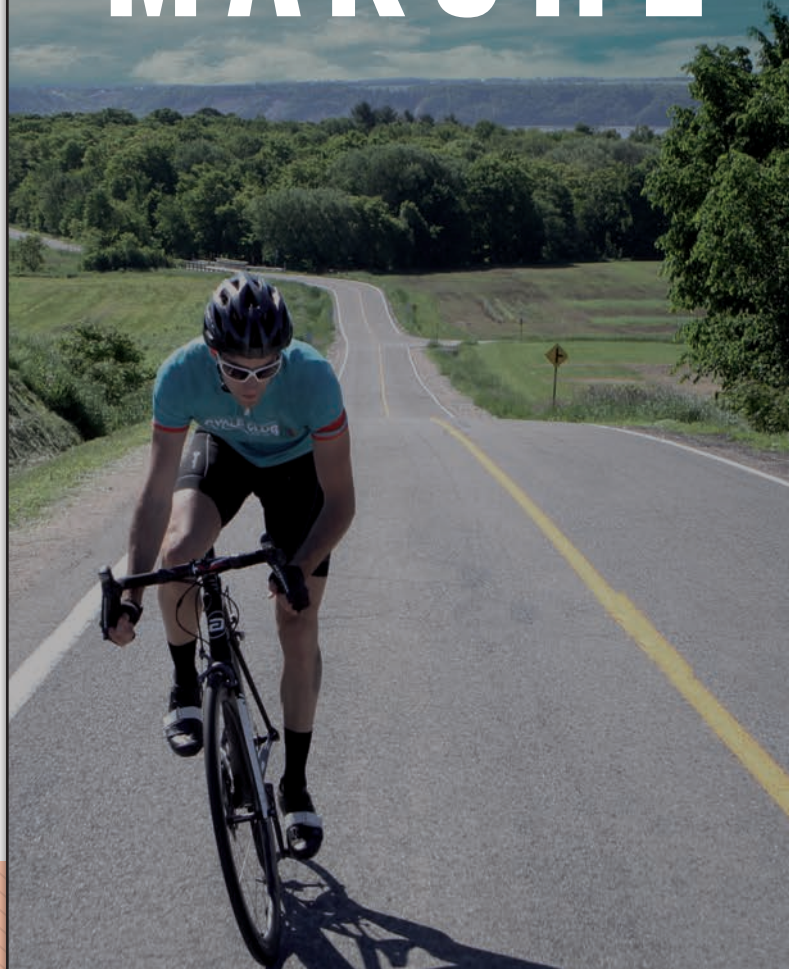


© René-Pierre Normandeau



© René-Pierre Normandeau

UN NOUVEAU JOUEUR ARRIVE SUR LE MARCHÉ



custom

CUSTOMLUX.COM

ROUES DE CARBONE HAUTE PERFORMANCE
DISPONIBLES CHEZ UN MARCHAND PRÈS DE CHEZ VOUS!

CHRONIQUE



© Gaspésia 100



LA CHRONIQUE DE B7

La Gaspésie

UN ENDROIT MAGNIFIQUE À DÉCOUVRIR À VÉLO, POINT FINAL!

LYNE BESSETTE

Ne me dites pas que c'est loin, car je vais vous rappeler combien d'heures d'avion vous avez fait la dernière fois que vous êtes partis faire un voyage à vélo!

La Gaspésie, c'est des gens accueillants, des petits villages qui ont chacun leur personnalité, des vues à couper le souffle, la mer, les plus hauts sommets au Québec, des rivières plus claires que votre eau de piscine, des options d'aventures pour tous les goûts, du poisson frais, des artisans, de la tranquillité, des couchers de soleil sur Percé, et j'en passe.

Il y a trois ans, j'ai mis les pieds pour la première fois en Gaspésie grâce au Raid International Gaspésie, une course-aventure sur plusieurs jours qui m'a permis de goûter aux possibilités que cette région avait à offrir. J'en serai à ma troisième participation en septembre

prochain avec mon équipe de *boys!* Impossible de passer à côté, c'est un *must*. On traverse des forêts, pagaye des rivières, le *coasting* (course sur bord de mer) nous permet d'avoir des vues magnifiques sur les rochers de couleur rouge, l'esprit d'équipe et le support des Gaspésiens se veut des plus mémorables. **L'an passé, une dame avait fait des petits gâteaux qu'elle donnait aux coureurs le long du parcours!**

L'été dernier, je me suis vraiment dépassée en Gaspésie! J'ai participé à un événement pour le cancer de la prostate qui consistait à rouler 600 km en deux jours au départ de Bonaventure, en passant par le parc de la Gaspésie, Grande-Vallée,





Gaspé, et Percé, pour revenir à Bonaventure deux jours plus tard. **Pour la première fois, j'ai fait la connaissance de Louis-Pierre Dupuis**, un homme dans la cinquantaine qui ne vit maintenant que pour le vélo, sa passion. Il est dans les meilleurs au monde selon les sites de calcul de distances parcourues à vélo par année. Il route en Gaspésie à longueur d'année, il ne voyage pas à travers le monde, il ne chiale pas quand il pleut ou quand il neige, il est conscient de la chance qu'il a de pouvoir rouler dans ce magnifique coin de pays.

Je suis par la suite revenue pour un événement vélo... plus un défi que j'avais lancé à un ami, le 80 km du Gaspésia 100 ! Il n'avait jamais fait plus de 40 km à vélo. On a parcouru ensemble les 80 km de sentiers et de routes forestières, de sentiers sinueux, des kilomètres de plages et la dernière montée du Mont Sainte-Anne... Ouch ! Quelques crampes et rien de plus, une amitié renouée, de nouvelles connaissances et deux médailles en bois faites à la main par un artiste local. Le Gaspésia 100 est un événement pour tous les goûts : le G25 40 km, G50 - 80 kilomètres, G75 - 120 kilomètres et le G100 - 160 kilomètres auquel je participerai cet été !

Vous êtes moins vélo de montagne ? Il y a le Gran Fondo Forillon pour vous faire découvrir les beautés du parc en vélo de route. N'ayez pas peur du défi ! Oui, il y a des côtes, mais quelle joie de pouvoir aussi filer en les descendant à toute allure le vent dans les cheveux... ou devrais-je dire le vent dans le casque ! Et vous aurez peut-être la chance de jaser avec Louis-Pierre ! Si j'étais vous, je lui demanderais un autographe !

Note à vous-mêmes : le mont Albert, le mont Logan et le mont Jacques-Cartier font partie de la liste des dix plus hauts sommets au Québec !

Ah oui, j'oubliais ! J'y suis allée aussi pour le ski, mais c'est juste pour vous donner le goût. Je vous en reparlerai !

100b7.com //  



© Gaspésia 100



© Gaspésia 100

Ce que j'aime

gaspesia100.com

Des événements cyclistes à ne pas manquer.

vertigo-aventures.com

Parce qu'ils sont vraiment cool et qu'ils connaissent leur domaine !

eskamer.ca

Parce que j'ai rencontré le guide et que j'ai peur de l'eau ! Mais lui, j'y ferais confiance !

cimeaventures.com

Parce que la rivière en vaut le détour !

La Boutique Intersport Bonaventure

78, Route 132 Est, Bonaventure G0C 1E0
Pour tout ce qu'il vous manque !

sepaq.com/ct/amc

L'auberge de montagne des chic-chocs, pour une expérience hors de l'ordinaire !

Leur slogan. *Gaspésie je t'aime*, est facile à comprendre parce que la Gaspésie c'est facile à aimer.



WWW.GASPESIA100.COM



© Gaspésia 100



Gérard-Louis Robert

JUSQU'AU BOUT DU RÊVE À 66 ANS

JEAN-LUC LORRY

Installé au Québec depuis 1970, le coureur cycliste Français Gérard-Louis Robert s'est imposé au Championnat de France Masters qui se tenait du 18 au 20 juin dernier au vélodrome de Roubaix, dans le Nord de l'Hexagone. Âgé de 66 ans, cet athlète était revenu dans son pays d'origine pour défendre à coups de pédales ses titres de champion de France sur piste aux épreuves du 500 mètres contre-la-montre, de course poursuite sur 2000 mètres, de course aux points et de course scratch.

Gérard-Louis Robert a ramené dans ses valises trois titres de champion de France et une médaille de bronze. « J'ai remporté la course poursuite sur 2 000 mètres en réalisant un temps de 2 minutes et 30 secondes. Ce chrono démontre dans quelle forme je suis puisque je me situe à deux secondes de mon record du monde de la distance », mentionne avec un brin de fierté Gérard-Louis Robert en entrevue à *CyclePresse*.

L'homme a également décroché les titres de vitesse du 500 mètres contre-la-montre et terminé en troisième position à la course scratch. M. Robert court dans la catégorie des 65-69 ans.

Depuis 2002, ce sportif qui montre une condition physique exceptionnelle a récolté 101 titres internationaux, dont 20 titres de champion du monde, et 10 titres de champion d'Europe.

Pourtant, à l'âge de 19 ans, le monde s'est effondré pour ce mordu de vélo destiné à une brillante carrière sportive. « Un dimanche, je gagnais la course et le dimanche d'après je finissais à 10 minutes du peloton. Je sentais que quelque chose ne fonctionnait pas. Mon père m'avait alors demandé si je prenais des produits

dopants. Je lui avais juré que non », raconte M. Robert.

Pour comprendre cette irrégularité, Gérard-Louis Robert passe une série de tests à l'Institut national des sports à Vincennes. **Lors de ces examens, on découvre que cette graine de champion souffre d'arythmie cardiaque.** « On constate une impulsion électrique trop forte sur le ventricule gauche qui déclenche une crise de tachycardie. Quand cela m'arrivait lors d'une course, je manquais soudainement d'oxygène. J'étais obligé de m'arrêter sur le bord de la route puisque je ne pouvais plus pédaler. Mon cœur pouvait se mettre à battre à un rythme de 275 pulsations par minute. Je devais alors patienter cinq minutes afin que mon rythme cardiaque ralentisse et se stabilise pour ensuite être capable de repartir », raconte Gérard-Louis Robert.

Ce diagnostic ruine en un instant tout espoir de poursuivre dans ce sport qui lui colle à la peau.

« Le docteur Stephan qui était un spécialiste de l'arythmie cardiaque à l'Institut national des sports m'avait dit d'arrêter immédiatement le vélo. En 1967, on m'a retiré ma licence. J'ai été arrêté en plein vol », se souvient M. Robert.



© Courtoisie

À la suite de ce verdict sans appel, celui-ci décide de prendre le large en immigrant au Québec. Diplômé d'une école d'arts graphiques, il fonde une entreprise spécialisée dans la confection de décors destinés aux vitrines de grands magasins comme La Baie. « J'ai mis toute mon énergie dans mon entreprise pour oublier le cyclisme qui était à cette époque peu populaire au Québec. »

À 50 ans, le destin de Gérard-Louis Robert prend un virage majeur. Son médecin l'informe que le cardiologue Mario Talajic qui pratique à l'Institut de cardiologie de Montréal réalise des prouesses dans le domaine de l'arythmie cardiaque.

Cette rencontre est suivie d'une opération chirurgicale qui s'avère être un succès sur toute la ligne. M. Robert renoue avec la compétition et gravit rapidement tous les échelons de sa catégorie d'âge. En 2003, il remporte son premier titre mondial à l'épreuve du 500 mètres départ arrêté à Manchester au Royaume-Uni.

Entre cette époque et maintenant, il obtient 250 victoires et décroche 101 titres. Fort de ce palmarès prestigieux, Gérard-Louis Robert considère avoir bouclé la boucle. « Ce que je n'ai pas fait à 20 ans, je l'ai fait 30 ans plus tard. Aujourd'hui, je suis serein et en paix avec moi-même. »

Gérard-Louis Robert s'entraîne régulièrement sur route en parcourant des distances de 80 kilomètres pour conserver son niveau d'endurance. « Je m'entraîne jusqu'à 20 heures par semaine. Pour être champion du monde, cela prend un minimum. J'ai les mêmes programmes d'entraînement qu'un coureur d'élite », décrit-il.

Couronné à maintes reprises, M. Robert est déterminé à participer encore longtemps à des compétitions d'envergure internationale. « Je veux encore être champion du monde à 70 ans. J'ai une bonne génétique. Mon père a fait du vélo jusqu'à la fin de ses jours. Il est décédé à l'âge de 92 ans », termine ce sportif de haut niveau qui n'est pas près de raccrocher son vélo.

gerard.l.robert

UN PALMARÈS IMPRESSIONNANT !

Course sur piste / catégorie des 65-69 ans

CHAMPIONNATS DE FRANCE MASTERS SUR PISTE À ROUBAIX

| ÉPREUVE | TITRE |
|--|--|
| 2015 | Poursuite 2 000 mètres champion de France |
| | Sprint champion de France |
| | 500 mètres contre-la-montre (record du monde de 36,627 s) champion de France |
| | Course aux points champion de France |
| Course scratch médaille d'argent | |

| | |
|------|--|
| 2016 | Poursuite 2 000 mètres champion de France |
| | Sprint champion de France |
| | 500 mètres contre-la-montre champion de France |
| | Course scratch médaille de bronze |

CHAMPIONNATS DU MONDE MASTERS SUR PISTE À MANCHESTER AU ROYAUME-UNI

| ÉPREUVE | TITRE |
|---|---|
| 2015 | Course scratch champion du monde |
| | Poursuite 2 000 mètres (record du monde de 2 min. 28 s) champion du monde |
| | 500 mètres contre-la-montre (record du monde de 36,627 s) champion du monde |
| | Sprint champion du monde |
| | Course aux points champion du monde |
| Course de vitesse par équipe champion du monde (FR) | |

DES KILOMÈTRES DE SOUOIRES

LAVAL VÉLO

18 SEPT INSCRIVEZ-VOUS

www.lavalavelo.laval.ca

PROLONGEZ VOTRE SAISON DE VÉLO À TUCSON en ARIZONA

22 AU 29 OCTOBRE et 29 OCTOBRE AU 5 NOVEMBRE 2016

8 jours / 7 nuits / 6 jours de vélo

À PARTIR DE
1 595 \$
Jumelage garanti!



- Vols avec Delta Air Lines
- Hébergement en condo 4*
- Accompagnement du groupe en autocar
- Encadrement et soutien mécanique
- Trajets de 70 à 130 km
- Services d'un accompagnateur Gendronvélo

Prix par pers. en occ. quad. Comprend : les transferts et les taxes.
Non inclus : contribution au FICAV de 1 \$ par 1 000 \$



Réservez dès maintenant au

gendronvelo.com

514-866-8747 • 1-800-561-8747

1465 Mgr Langlois, Salaberry-de-Valleyfield (Qc) J6S 1C2

Titulaire d'un permis du Québec

Grands rendez-vous cyclistes de Charlevoix

Inaugurant la 18^e édition des Grands Rendez-Vous Cyclistes de Charlevoix, le Grand Prix Cycliste et le Granfondo ont permis à quelque 500 athlètes et passionnés de cyclisme sur route de se surpasser sur les parcours de la région réputée pour sa topographie exigeante. Tant les performances de ces héros du bitume que l'exécution des épreuves présentées, alliées à des conditions météorologiques plutôt clémentes, ont fait de ce weekend au programme chargé un vif succès.

PROCHAINS ÉVÉNEMENTS

9 JUILLET

Triple charlevoisienne
– Enduro

Coupe Charlevoix #1
– 5^e manche circuit régional XC

10 JUILLET

RAID présenté par Apogée sports

14-17 JUILLET

Championnats canadiens de vélo de montagne (XCO/XCE) présenté par Le massif et Jeep

14 AOÛT

Coupe Charlevoix #2
– 6^e manche circuit régional XC

29-30 OCTOBRE

Championnats québécois de Cyclocross Dominus Vobiscum présenté par Microbrasserie Charlevoix

EAU D'ÉRABLE BIOLOGIQUE



Eau, électrolytes et sucre naturel sont ce que les sportifs recherchent pour se réhydrater adéquatement après l'effort. Necta est une eau d'érable biologique qui vous permet de le faire tout naturellement.

L'eau Necta possède un goût d'érable légèrement sucré en raison de la présence naturelle de sucre provenant de l'arbre. Chaque bouteille (500 ml) ne contient que 10 grammes de sucre. Son bouchon unique est adéquat pour la clientèle sportive « on the go ».

La compagnie a récemment été sélectionnée par la Fédération acéricole du Québec et par la Fédération Québécoise des Sports Cyclistes (FQSC) comme partenaire officiel. Necta sera donc sur place lors des championnats québécois et de la Coupe du monde de vélo de montagne du Mont-Sainte-Anne.

En vente chez: Costco (section de l'eau), Metro (section biologique), IGA (section biologique), Rachel-Bery, TAU et autres magasins indépendants.

À BOIRE !



Pique-nique à vélo

Blanc, rouge et rosé, C'EST COMME DES MAILLOTS DU TOUR !

BENOIT CHOUNARD

Me voilà de retour pour cette édition estivale. Je vous propose donc des vins sympathiques pour vos sorties de vélo, cependant, je ne recommande pas de les consommer avant ! Vous pourriez le faire pendant une randonnée touristique gastronomique ou encore après avoir boudé un 100 km avec des dénivelés ! Chers lecteurs, vous comprendrez que le vin est pour moi une passion depuis très longtemps, que j'adore en parler et en déguster bien entendu ! Il va sans dire qu'il est absolument et impérativement convenu de boire des vins bien faits, originaux et accessibles. Alors suivez-moi pour un parcours en blanc, rouge et rosé !

En blanc, je vous propose un grand classique, comme si vous veniez de conclure un Paris-Roubaix, ce qui n'est pas difficile à imaginer sur les routes du Québec... Le chablis représente pour moi le classicisme à sa plus simple expression. Que du chardonnay comme cépage, par la suite, il ne vous reste qu'à déterminer si vous voulez du petit, du village, du premier cru ou du grand cru.

Voici donc mon choix pour le maillot blanc. C'est frais, c'est cristallin et minéral comme on l'aime.

Jean-Marc Brocard Chablis Les Vieilles Vignes de Sainte Claire 2014
Code SAQ 11589658 / 25,85 \$



ROULEZ SANS COMPROMIS, ROULEZ PRUDEMMENT !

En rouge, je vous invite à faire de la montée. La récompense sera à la hauteur de vos attentes et de vos sommets. Alors voilà du jus de raisin sur la coche, un brin rafraîchi s'il vous plaît ! J'ai servi ce dernier sur un bistecca alla Fiorentina à des amis après le Gran Fondo Mont-Tremblant, disons que le vin a volé la vedette à mes talents de chef !

Tenuta Olim Bauda Barbera d'Asti La Villa 2014
Code SAQ 11863231 / 21,80 \$



Le rosé, c'est pour ceux et celles pour qui le vélo est synonyme de longues randonnées sur les rives d'un long fleuve tranquille par une journée d'été et sous un ciel d'azur. Ok pour la poésie ! Le rosé c'est la crème glacée du vin et ce dernier est pour la soif. Que de satisfaction, ce rosé est une inspiration pour retourner en selle et en savourer davantage, sans culpabilité !

Clos Bellane CDR Altitude 2015
Code SAQ 12513567 / 20,25 \$



SALADE DE QUINOA AUX ASPERGES

Le quinoa est reconnu pour ses qualités nutritionnelles. Il est riche en fer, protéines et sans gluten. Cette salade est donc idéale et complète pour vous rassasier au cours de votre balade à vélo.

1 tasse de quinoa rouge et blanc

1 botte d'asperges (environ 1 lb)

1 ½ tasse de tomates cerises

¼ tasse d'huile d'olive extra vierge

2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge ou de vinaigre balsamique ou de sublimation balsamique aux fraises Carezza

10 à 15 feuilles de basilic

½ tasse de fromage de chèvre ou feta

Sel et poivre

1. Rincer le quinoa pour lui enlever son goût amer. Porter à ébullition 1 2/3 tasse d'eau, ajouter le quinoa et laisser mijoter à feu doux 15 minutes. Retirer du feu et laisser tiédir.
2. Blanchir les asperges pendant 1 minute et les plonger dans un bol d'eau glacée pour arrêter la cuisson. Couper en tronçons.
3. Couper les tomates en deux et les incorporer au quinoa tiédi avec les asperges.
4. Au fouet, mélanger l'huile d'olive, le vinaigre, le sel et le poivre.
5. Mélanger la vinaigrette et la salade de quinoa.
6. Parsemer de fromage émietté et de basilic déchiré à la main.



4 SAISONS POUR ROULER

LEX ALBRECHT

Le cyclisme est un sport qui peut se pratiquer à l'année si vous le désirez. Que vous soyez un pro ou un guerrier du dimanche, chacun s'adapte de façon similaire.



© Anton Vos



© Anton Vos



© Anton Vos

Rouler en hiver peut se traduire par une balade en fatbike, par une virée sur les voies cyclables de la ville, un cours de spinning, une séance sur des rouleaux ou une escapade vers un climat plus doux pour une semaine... ou quelques mois.

Rouler en automne ou au printemps demande de prévoir un imperméable dans la poche arrière de votre maillot, juste au cas, et de s'assurer d'avoir à la maison un stock suffisant d'embrocation (un mot distingué pour dire baume chauffant). Le tout afin d'être prêt pour s'en barbouiller lorsque le froid deviendra plus mordant. J'ai aussi déjà emporté avec moi de la gelée de pétrole lors des jours de pluie. Elle agit comme barrière supplémentaire contre le froid. C'est aussi lors de ces saisons qu'il faut penser à boucher les trous de ventilation de nos souliers de vélo et à couvrir nos oreilles d'une mince tuque.

L'été, saison de prédilection pour la majorité des cyclistes, vient aussi avec son lot de challenges. En les prenant de front, vous pourrez être celui ou celle qui poussera la cadence au sein de votre groupe jusqu'à la fin ou qui lèvera les bras en l'air victorieusement lorsque vous croiserez le fil d'arrivée d'une course. La chaleur est le plus grand obstacle avec lequel vous aurez à composer au milieu de l'année. **S'hydrater adéquatement est un art, dont j'ai désastreusement raté les subtilités à quelques reprises.** Il est extrêmement frustrant de devoir composer avec des crampes à la fin d'une sortie à vélo. C'est une chose que de ne pas avoir assez de puissance pour pousser sur les pédales pour atteindre vos objectifs d'intervalles, mais c'en est toute une autre que d'avoir le cœur déchiré parce que vos muscles ne répondent plus pendant la course de vos rêves. Il est très difficile de se pardonner soi-même. Croyez-moi.

Plus il fait chaud, plus nous transpirons. C'est de cette façon que notre corps se refroidit par lui-même. La chaleur du corps se tempère par l'évaporation de notre sueur. C'est scientifique : la thermodynamique. Nous perdons aussi des électrolytes par la sueur : du sodium, de la chlorure, du potassium, du magnésium et du calcium. Ces éléments sont absolument essentiels pour créer l'électricité qui permet à nos muscles de se contracter et de se

reposer. Lorsque ces éléments deviennent déficitaires, les crampes commencent, on s'approche du *banking* (frapper le mur), on sent que nos jambes et nos chevilles sont en bois.

Une hydratation appropriée passe par le remplacement de l'eau que l'on perd, tout comme les électrolytes qui nous permettent de bien nous entraîner. Plusieurs produits d'hydratation se trouvent facilement sur le marché en Amérique du Nord. Ils sont parfois plus difficiles à trouver en Europe, alors j'apporte mes préférés (faits par Clif) avec moi outremer. À ajouter dans votre bouteille d'eau et à boire régulièrement pour garder cet équilibre.

Autre truc de pro : les bas de glace. Peu dispendieux, ils sont une autre version efficace des gilets glacés et ils sont permis lors des courses. Voici comment ils fonctionnent. Remplissez un bas de nylon de glace à moitié et nouez-le pour bien le fermer. Vous serez capables de fabriquer quelques-uns de ces *ice packs* avec un seul bas de nylon au genou que vous aurez coupé en deux ou trois morceaux. Avant d'aller rouler, insérez vos bas de glace dans les poches arrière de votre maillot. La glace fondra lentement et gardera votre corps au frais. Ce dernier s'autotempérera avec moins d'efforts et vous transpirerez moins. **C'est incroyable l'énergie que vous épargnez.** Lors des courses, les soigneurs fournissent parfois des bas de glace dans les zones d'alimentation. Les chefs d'équipe qui suivent la course en caravane en transportent aussi dans des glacières, prêts à les distribuer aux coureurs qui reviennent à la voiture pour un peu de repos. J'ai utilisé ce truc lors de nombreuses courses, dont les Championnats canadiens d'Ottawa cette année et ce sera la clé lors des 10 jours du prochain Giro d'Italia (Giro Rosa). Essayez-les ! Préparez-vous à trouver un bas ou deux supplémentaires lorsque vous vous déshabillerez avant la douche. Drôle de surprise.

Rester hydraté et le corps tempéré est quelque chose que vous ne devez pas négliger si vous voulez tirer le meilleur de vos sorties à vélo. Vous ne regretterez pas le petit effort additionnel de préparation que cela demande.

lexalbrecht.com //   

EDMUNDSTON, NOUVEAU-BRUNSWICK

« UN MUST PLAIIISANT À RIDER »

CYCLEPRESSE

Nous avons récemment découvert Edmundston et les sentiers Madawaska en vélo de montagne. Ils sont définitivement à mettre sur votre liste de voyages, tout comme Edmundston d'ailleurs! Retour sur une destination accueillante et pleine de charme.

« Les sentiers Madawaska sont à la hauteur des meilleurs sentiers que vous connaissez ici au Québec comme ceux d'Oké ou de Vallée-Bras-du-Nord et aussi Kingdom Trails. Avec leurs différents niveaux de difficulté, ils sont toujours plaisants à rider. C'est l'International Mountain Biking Association qui a préparé les sentiers qui sont bien entretenus et faits de galets. Vous n'y rencontrerez pas de surprises comme des trous ou des roches. Les utilisateurs sont respectueux des lieux. » En hiver, les 45 kilomètres de sentiers sont aussi ouverts pour le fatbike et la raquette.

Comme les sentiers Madawaska sont à deux minutes du centre-ville, vous pourrez aussi prendre le temps d'aller déguster des ployes ! Une sorte de crêpe au sarrasin. CyclePresse s'est donc arrêté au resto-bar Le Deck le temps d'apprécier une bonne bière brassée localement par Les Brasseurs du Petit-Sault. Le Lotus Bleu prépare aussi d'excellentes boissons toniques ainsi que des dîners légers.

Ce voyage a été réalisé grâce à la collaboration de Tourisme Edmundston.

tourism Edmundston.com // [f](#) [t](#) [i](#) [g](#)

CARTE INTERACTIVE

L'application ONDAGO propose plusieurs cartes de sentiers comme celui de Madawaska et Tourisme Edmundston. Vous y trouverez aussi les cartes de Stoneham, Mont-Sainte-Anne ou la Vallée-Bras-du-Nord au Québec. L'application, ludique et bien illustrée, est gratuite et disponible sur le App Store et Google Play. Elle s'utilise hors ligne et fonctionne avec le GPS de votre téléphone intelligent.

ondagoapp.com



SENTIERS MADAWASKA TRAILS



Saurez-vous trouver le hibou dans les sentiers?



CYCLEPRESSE A TESTÉ...

EVZERO RANGE



Les lunettes EVZero Range et Radar EV Path de Oakley

Ces lunettes de performance unisexes ont des propriétés qui permettent d'enrichir l'expérience visuelle lors des sorties sportives.

- **Leur verre plus grand élargit le champ de vision dans la zone périphérique supérieure.**
- **Elles sont conçues pour une circulation de l'air maximale, garantissant ainsi une ventilation optimale.**
- **Les branches et plaquettes de nez maintiennent les lunettes en place et offrent une meilleure adhérence même lorsque vous transpirez.**
- **Elles offrent confort, légèreté et protection.**

La lentille Prizm Road est spécialement conçue pour la route et la lentille Trail pour les sentiers de vélo de montagne. Les couleurs et les contrastes sont ainsi enrichis.

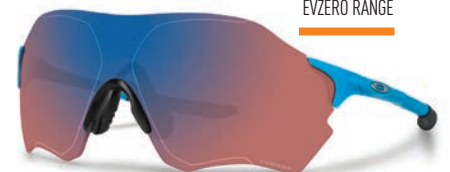
RADAR EV PATH



NOTRE COMMENTAIRE

« Les lunettes sont super légères et la vision périphérique est vraiment optimale. On a adoré! Leur souplesse est aussi impressionnante, ce qui les rend quasiment incassables. »

EVZERO RANGE



Top 10

DES DESTINATIONS COUPS DE CŒUR

YVAN MARTINEAU

J'ai le privilège de produire et animer des séries-télé depuis 10 ans dans différents endroits sur la planète. Autant j'apprécie voyager, autant je dois avouer que nous sommes extrêmement choyés de vivre dans un pays de grands espaces et de régions au Québec qui ont développé des infrastructures importantes pour la pratique du vélo et du cyclotourisme. Voici le Top 10 de mes coups de cœur et attraits touristiques à ne pas manquer. Dans plusieurs cas, ce sont des endroits où je suis allé pour la première fois tout récemment, pour les tournages de Tous à vélo, ma nouvelle série télé.

1 VÉLOVOLANT À SUTTON

Sutton est une véritable mecca du vélo de route. Ils sont des centaines à s'y donner rendez-vous les week-ends pour s'offrir des sorties cyclosporives et exigeantes. Si vous voulez ajouter une teinte d'exotisme à un week-end dans les environs, il faut vivre l'expérience de VéloVolant, qui est situé au Diable Vert. VéloVolant, c'est unique au Canada et il n'y en a que trois dans le monde. L'activité consiste à pédaler, juché en hauteur dans la forêt. On se retrouve parfois à 30 mètres ! Le but n'est pas la vitesse, c'est plutôt d'avoir une autre perspective de nos forêts, pour observer la nature autrement. Chaque coup de pédale nous entraîne au-dessus d'un étang, d'une falaise, d'une petite chute. C'est unique, écologique et ludique.



2 LE PARC DE LA GATINEAU

Le parc de la Gatineau, en Outaouais, et surtout le parcours sur la Promenade Champlain est l'un des plus beaux itinéraires de vélo de route à faire au Québec. Et le pavé est comme du billard. C'est sinueux, en forêt, et l'arrivée au belvédère révèle un magnifique point de vue sur la région. Si vous y pédalez, tout près, à Chelsea, vous trouverez le Spa Nordik. C'est le plus grand spa en Amérique du Nord. Mieux, le décor –on est en pleine nature– est grandiose ! En plus des sept bains extérieurs, des huit saunas, de la piscine panoramique, il y a le deuxième bassin flottant d'eau salée au monde. Et tant qu'à être à Chelsea, profitez aussi du café-gourmandises Biscotti et cie ou de la micro-brasserie Chelsea Pub.

3 VÉLO-CAMPING AU ZOO DE ST-FÉLICIEN

Classée par National Geographic parmi les 10 plus beaux circuits cyclables dans le monde, la fameuse Véloroute des bleuets mérite tous les honneurs qu'elle reçoit. Tout autour, il y a de nombreux attraits. Parmi eux, et accessible directement par la piste cyclable : le Zoo sauvage de St-Félicien, un incontournable ! Un camping le borde aussi pour les adeptes de cyclotourisme. Ne commettez pas le crime de vous dire « Je l'ai déjà vu ». Il est en constante évolution et est considéré comme l'un des plus diversifiés en Amérique du Nord. Les ours polaires nous ont donné tout un spectacle lors de notre tournage et les visiteurs sont impressionnés aussi par les ours, tigres, lynx, cougars et singes macaques. C'est magique de voir la réaction des enfants –et même des adultes– quand le chameau vient à notre rencontre. Allez-y, vous n'en reviendrez pas !



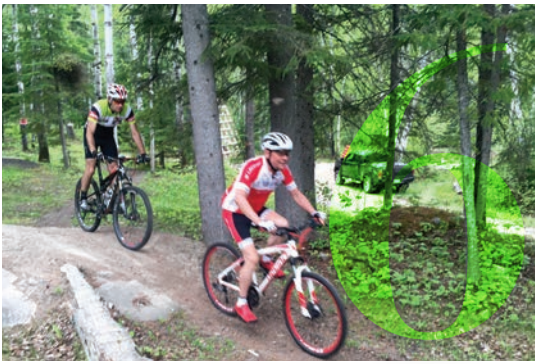
4 BLEU LAVANDE À STANSTEAD

Pour les cyclistes, rouler sur les rives du Lac Memphrémagog de Orford vers Magog puis Georgeville et Fitch Bay est un parcours fort intéressant. Et il faut s'arrêter au quai de Georgeville où la vue est superbe. Si vous êtes cyclotouriste et que le vélo n'est pour vous qu'un prétexte à de multiples autres plaisirs, alors il faut goûter au « vélo gourmand » qui est à son meilleur dans Les Cantons-de-l'Est. Notamment chez Bleu Lavande (le site est spectaculaire) où les pique-niques en plein air sont mis en vedette par le chef Daniel Charbonneau. Je vous recommande la station sucrée-salée pour les cornets à la crème glacée à la lavande ou les beignets de nos grands-mères. Bleu Lavande propose même aux cyclistes un massage de pieds et mollets avant de reprendre la route...

5 TRAIN ET BATEAU À MAGOG-ORFORD

Il faut séjourner quelques jours dans la région de Magog-Orford afin de profiter, en plus du vélo, du train touristique Orford Express, d'une croisière sur le Grand Cru et d'une nuitée à l'Espace 4 Saisons, un établissement certifié « Bienvenue cyclistes ». Tous trois proposent des soupers ou brunchs gastronomiques. Loin d'avoir été adapté, le bateau a été construit spécifiquement pour les touristes. Il est luxueux, on s'y sent bien et au chaud par temps frais. Je ne suis pas rassasié : je vais y retourner pour une croisière au coucher de soleil sur le Memphrémagog, si beau et entouré de montagnes.





6 VÉLO DE MONTAGNE AU TOBO-SKI

Vous êtes au pays de la Véloroute des bleuets, mais avez envie d'une pause pour... faire du vélo? Du vélo de montagne? Alors retenez bien cette suggestion : le Club Tobo-Ski. On y a concocté de superbes et excitants sentiers, de tous calibres et bien entretenus. Chaque année, une Coupe du Québec s'y déroule. On vient à Saint-Félicien de partout à travers le Québec pour profiter des sentiers et des installations. Sa réputation est loin d'être surfaite. Et ajoutez à cela le plaisir de côtoyer les membres du club Vélo2Max qui sauront vous partager leur fierté d'avoir un si beau centre.



8 LE CENTRE NATIONAL DE CYCLISME DE BROMONT

Avec ses deux tracés de BMX, son vélodrome, son site de départ privilégié pour de nombreuses randonnées de vélo de route ou de « gravel bike », et avec le vélo de montagne tout près, le Centre National est un camp de base parfait pour quelques jours d'activités cyclistes dans les Cantons-de-l'Est. Il faut absolument s'inscrire à une initiation, en famille, entre amis ou collègues de travail, de BMX ou de piste (vélodrome). Ce sont des expériences uniques et inhabituelles. Il y a même des camps de vacances pour vos enfants. Suggestion de très bel hébergement : le Château Bromont, reconnu « Bienvenue cyclistes », pour ses bains tourbillons sur la terrasse avec vue sur la montagne.

7 LA RÉGION CHAUDIÈRE-APPALACHES

La région de Chaudière-Appalaches est populaire, mais elle devrait l'être beaucoup plus encore en raison de la qualité du réseau cyclable et des efforts déployés pour promouvoir la pratique du vélo. Les pistes cyclables sont bien développées, accessibles à tous, tandis que les paysages sont variés selon qu'on roule en bordure du fleuve ou dans l'arrière-pays. Et il y a la Beauce pour de gros défis autant que pour des panoramas parmi les plus envoûtants au Québec. Je vous recommande d'emprunter la piste cyclable à Saint-Georges : on y traverse deux ponts, des sculptures géantes aussi ont été aménagées en bordure de la rivière et de la piste multifonctionnelle et pas très loin, on franchit le deuxième plus long pont couvert au Canada.



9 LA VÉLOROUTE DU FJORD DU SAGUENAY

Avez-vous pédalé la jeune et méconnue Véloroute du Fjord du Saguenay ? Il le faut. Elle totalise 400 km et s'adresse aux familles, aux cyclotouristes autant qu'aux cycloportifs. On oublie à quel point ce fjord s'avère une pure merveille, à quel point on s'y sent minuscule. Le décor est stupéfiant ! Pour ceux qui aiment – comme moi – marier les plaisirs, alors il faut profiter de la navette maritime qui permet d'aller d'une rive à l'autre, et donc de profiter d'une traversée du Saguenay en bateau. Il y a aussi la Via ferrata des Géants qui promet des sensations fortes pour un congé dans la région.

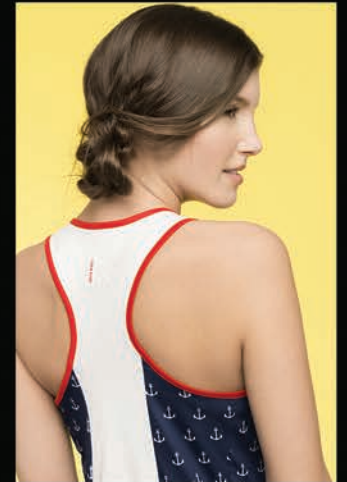
10 LES PARCS NATIONAUX DE L'UTAH

HORS QUÉBEC !

Enfin, pour une destination voyage unique au monde et vraiment spectaculaire à vélo, je recommande les parcs nationaux de l'Utah où je guide des groupes chaque année à l'automne pour l'agence Sur la route. Tous les cyclistes en reviennent abasourdis, conquis, séduits. Chaque jour, la mâchoire nous décroche devant ces formations géologiques particulières et spectaculaires. En 10 jours, non seulement vous pédalerez dans les parcs de Capitol Reef, Bryce Canyon (le plus beau parc des États-Unis) et Zion, mais vous pourrez aussi vous offrir une journée et demi de randonnée pédestre où, encore là, vous pousserez des « wow » à répétition.



JOLIE RIDE ⁹
Épouser le mouvement



www.jolieride.com

NOUVEAUTÉ

cyclepresse :: ESSAIS VIP CHEZ APOGÉE

Vous connaissez Apogée pour ses vêtements et accessoires de vélo? Cet été, après quelques années de recherche et développement, la compagnie se lance dans la fabrication de vélos de route et de montagne. Et ce n'est pas tout! L'entreprise, fondée en 1998, LANCE AUSSI UNE NOUVELLE GAMME DE ROUES, sous l'appellation Custom. Toutes ces nouveautés sont entièrement conçues ici, au Québec.

CyclePresse a donc passé une journée avec l'équipe d'Apogée pour une sortie sur route et en apprendre davantage sur toutes ces nouveautés.

Concours!



voyages **merit**



750 \$
en crédit voyage

Le gagnant(e) recevra une carte-cadeau d'une valeur de 750 \$ applicable sur un des nombreux voyages vélo offert par Voyages Merit et Exodus Travel.

Inscription et règlements sur
cyclepresse.com

Ne peut être combiné à aucune autre remise ou offre. Le voyage doit être effectué d'ici le 31 décembre 2017. Applicable seulement avec les voyages de vélo de Exodus.



VÉLO TESTÉ :
PREMIER 2016

ROUES EN DÉMO :
CUSTOM AKS-744

**Le commentaire de notre éditeur,
Charles Duhamel, suite aux essais.**

« Le Premier est une superbe berline, très confortable pour les longues sorties à vélo. Assez nerveux pour naviguer dans le peloton, sa configuration allongée assure le confort. Idéal pour les cyclosporives et les membres de clubs cyclistes qui font régulièrement des sorties de 100 km et plus ou encore pour des sorties sur plusieurs jours consécutifs. Les roues sont super ! Comparables aux Easton ou Bontrager, mais à meilleur prix. Elles sont aussi plus faciles à trouver sur le marché. »

Ces vélos de moyenne et haut de gamme sont faits de carbone, monoques, légers et Apogée offre plusieurs possibilités de configuration. Leur rapport qualité-prix est imbattable ! Lors de notre visite, nous n'avons pu essayer les vélos de montagne, faute de temps. Ce n'est que partie remise puisque CyclePresse a déjà rendez-vous chez Apogée pour une sortie en montagne. À suivre !

Les roues

Custom présente cet été des modèles de roues de carbone haut de gamme pour la route et pour la montagne. Leur procédé de fabrication automatisé est unique au monde.

La technologie Sync brevetée, permet de créer une jante carbone à partir de filaments de carbone qui sont tressés et enroulés mécaniquement sous une tension constante. Ce procédé assure ainsi une production uniforme qui garantit une précision de fabrication encore inégalée en comparaison avec les méthodes de fabrication faites de membrane de carbone superposées à une autre. Le résultat : une jante 4 % plus légère que la compétition et 5 % plus rigide, selon les essais réalisés en laboratoire.

apogee-sports.com //

customlux.com



Prolongez votre saison de vélo, choisissez l'un de nos nombreux itinéraires de vélo. Économisez 5 %** ! (**Exclusivité Cyclepresse**)



Vélo au Nicaragua, Costa Rica et Panama (Hybride)

4 195 \$* par pers. (Vol non inclus)

Du 21 janvier 2017 au 4 février 2017



Safari et Vélo de montagne en Tanzanie

4 615 \$* par pers. (Vol non inclus)

Du 13 novembre au 25 novembre 2016



Les cols du Maroc (Route)

1 195 \$* par pers. (Vol non inclus)

Du 29 octobre au 5 novembre 2016

**Plusieurs dates disponibles
(Les prix peuvent varier)**



voyages merit

Voyages Merit Sherbrooke | 1.866.341.1777 poste 2323 ou 2229 | Montreal@VoyagesMerit.com | Sherbrooke@VoyagesMerit.com

*En \$ CAN par pers., en occupation double. **Rabais Cyclepresse : Économisez 5 % sur la portion terrestre offerte par Exodus. L'offre est valide pour les nouvelles réservations faites d'ici le 31 décembre 2016 pour les départs 2016 / 17. Cette offre est également valide pour les réservations faites dans l'un des bureaux de voyages Merit du Québec. Elle ne peut être combinée à aucune offre à l'exception du rabais pour les membres Adventure Club Loyalty d'Exodus. Mentionnez le code de promotion 2006 lors de votre réservation. QC-702993 | 200-111 Peter Street, Toronto, ON M5V 2H1 | Permis du Québec | De propriété canadienne

Événements

Le calendrier de route de vos cyclosporives est une collaboration de ADNDuVelo.com



Le site ADNDuVelo.com répertorie les événements cyclistes de type participatif, les clubs, les voyages et les parcours cyclistes au Québec, en plus d'offrir de nombreuses chroniques sur le vélo. Il est le plus vaste répertoire du genre avec ses 260 événements cyclistes au programme pour la saison 2016 ! Sans but lucratif, le site est mis à jour par un passionné de vélo et contribue au dynamisme du cyclisme au Québec. La mission du site est de faire la promotion du vélo récréatif au Québec et d'offrir sans frais de la visibilité aux organismes sans but lucratif et aux événements à vocation caritative. Avez-vous fait votre choix ? À quel événement ou à quelle cause vous associez-vous cet été ? [adnduvelo](http://adnduvelo.com) //

Juillet

- 22** Les Sorties des petits et gros mollets FADOQ > Estrie
- 23-24** Défi Montréal-Trois-Rivières-Québec – Fondation Tel-Jeunes > Montréal
- L'estivale – Club Vélo plaisirs > Gatineau + autres
- 24** Les Îles à vélo > Îles-de-la-Madeleine
- 30-31** Randonnées Saveurs régionales > Sainte-Anne-de-la-Pérade

Août

- 5-7** La randonnée des cols du Fjord > Chicoutimi
- 6** Randonnée Saveurs régionales > Montmagny
- Tour cycliste du Lac Aylmer > Beaulac-Garhby
- 6-7** Défi Montréal-Burlington-Stowe – Leucan Montérégie > Montréal
- 6-12** Grand Tour Desjardins Vélo Québec > Plantagenet
- 7** Randonnée Saveurs régionales > Montmagny
- Randonnée Vélo du Maire > Sorel-Tracy
- 8-13** Tour cycliste du SPVM AlterGo > Montréal
- Vélo Tour de la Gaspésie > Rimouski
- 10-12** Défi vélo CIBC 401 > Toronto > Mtl
- 11** Golf-Vélo RGAQ – Réseau gens d'affaires du Québec > Club de golf Mirabel
- 12** Les Sorties des petits et gros mollets FADOQ > Estrie
- 12-14** Tour solidaire pour le Burkina Faso et l'Équateur > Alma
- 13** Cyclo Don Ressource pour personnes handicapées ATNQ > Rouyn-Noranda
- Cycl-O-Nature > Verchères
- Randonnée Saveurs régionales > Lavaltrie
- 13-14** Cyclo-Mémoire Société Alzheimer Laurentides > Sainte-Agathe-des-Monts

13 14

24 H DU LAC ARCHIBALD > LAC-BEAUPORT



© Valérie Bonnier Photographie

- 14** Cyclovia > Montréal Sud-Ouest
- Défi Vélo Rotary > New Richmond
- Granfondo Garneau-Québecor-Cascades > Trois-Rivières > Québec
- Randonnée Saveurs régionales > Lavaltrie
- Tour cycliste panoramique de la Yamaska > Massueville
- 15** Pédalez un peu, beaucoup, à la folie ! > La Prairie
- 16** Golf-vélo Fondation Gemini > Golf Terrebonne
- 17-19** Tour cycliste Frédéric-Duguay > Sherbrooke
- 18-21** Ultra Rando 1 000 km > Saint-David-de-Falardeau
- 19-21** L'Ultra Défi VEE Kombucha > Saint-David-de-Falardeau
- 19** Les Yeux du Cœur Fondation Mira > Sainte-Madeleine
- 20** Défi Cycloventure > Parc de la Mauricie
- L'Échappée BELLE Marie-Vincent > Dunham/Val Caudalies
- Découvrir la région de Gatineau/Ottawa avec la FADOQ > Estrie
- La Tournée des Vainqueurs > Montmagny
- Randonnée Vélo-Beauce > Beauce
- Journée de perfectionnement cycliste féminin GFÉ > Drummondville
- 21** Gran Fondo Éco Centre-du-Québec > Drummondville
- Cyclothon – Fondation Schizophrénie Émile-Nelligan > Longueuil
- O Tour de Félix > Vaudreuil-Dorion
- Randonnée Saveurs régionales > Shawinigan

21 CYCLO-DÉFI DE QUÉBEC IUCPQ > CHARLESBOURG



- 24** Golf-Tour cycliste Fondation RSTR > Trois-Rivières
- 26** Défi Vélo Fondation Hôpital du Suroît > Salaberry-de-Valleyfield
- Les Sorties des petits et gros mollets FADOQ > Estrie
- 26-28** Randonnée Vélo Santé Alcoa > Sacré-Cœur > Baie-Comeau
- Roulez pour vaincre la SLA > Vaudreuil-Dorion

- 27** Pow Wow de l'espoir – Fondation Justine & Florence > Varennes
- Défi Vélo de Lanaudière > Joliette
- Défi Vélo Parkinson > Laval > Mirabel
- Route des vins à vélo avec la FADOQ > Lanaudière
- Randonnée Saveurs régionales > Bécancour
- 27-28** Défi Vélo La COOP > Trois-Rivières
- Défi Montréal-Mont-Tremblant Fondation des étoiles > Montréal
- Pédal' Don – Société Alzheimer Laval > P'tit train du Nord
- Vélotour SP Croix Bleue Medavie > Trois-Rivières
- 28** Défi cycliste MEC Oka > Oka
- Randonnée Saveurs régionales > Bécancour
- Rouler à vélo pour la Villa Pierrot > Magog
- Défi Ataxie > Chambly

Septembre

- 1** Golf-Vélo RBC Banque Cégep Édouard-Montpetit > Saint-Lambert
- 2-4** Cyclo Taïga > Matagami
- Ultra Taïga > Matagami
- 3** Randonnée de la VéloRoute Beauce-Appalaches > Sainte-Justine
- Randonnée Saveurs régionales > L'Assomption
- 4** Challenge cycliste des bleuets > Dolbeau
- Randonnée Saveurs régionales > L'Assomption
- 9** Les Sorties des petits et gros mollets FADOQ > Estrie
- 9-10** Défi des collines – Fondation Bel Essor Janine Sutto > Rougemont
- 10** Classique Desjardins Pompiers > Gatineau > Lachute > Lanoraie
- Défi des Cantons-de-l'Est Vélo Québec > Mont Orford
- Défi cycliste MEC Québec > Québec
- Grands Défis IRIC contre le cancer – Ascension du Mont-Royal > Montréal
- Montée infernale de Belgoville > Shawinigan
- Randonnée Saveurs régionales > Drummondville
- Routons pour la thérapie cellulaire – Hôpital Maisonneuve-Rosemont > Mont-Orford
- 10-11** Défi Vélo 300 km pour la VIE > Laval > Trois-Rivières
- Vélo Santé Fondation Santé du Sud de Lanaudière > Terrebonne

10-14 Défi Montréal-Ogunquit – Fondation du cancer du sein du Québec > Montréal

11 Cyclovia > Montréal Sud-Ouest

Grands Défis IRIC contre le cancer – Tour du GPC de Montréal > Montréal

Randonnée Saveurs régionales > Drummondville

Vélo à notre santé! > Saint-Jérôme

11

DÉFI VÉLO SANTÉ FONDATION ALINE-LETENDRE > SAINT-HYACINTHE



13 Grande Journée Golf-Vélo – Les petits trésors > Mont-Tremblant

14-18 Tour des Capitales > Valcartier > Ottawa

16-18 48 h vélo Make-A-Wish > Île Notre-Dame

17 Cardio Tour > Saint-Augustin-de-Desmaures

Gran Fondo Classique des Appalaches > Victoriaville

Randonnée Saveurs régionales > Saint-Antoine-de-Tilly

17-18 L'Automnale – Club Vélo plaisirs > Gatineau + autres

GranFondo Lac-Mégantic > Lac-Mégantic

Juritur – Fibrose kystique Québec > Auberge Les 3 Tilleuls

Randonnée Lotbinière à vélo > Saint-Agapit

Randonnée Saveurs régionales > Saint-Antoine-de-Tilly

17
18

LAVAL À VÉLO > LAVAL



19-23 Mon Cégep à vélo > Longueuil/Saint-Hubert

19-24 Voyage de cyclotourisme - Ça roule pour moi > Rawdon

23 Les Sorties des petits et gros mollets FADOQ > Estrie

24 Défis du Parc National de la Mauricie > Parc de la Mauricie

Grands Défis IRIC contre le cancer > Parc de la Mauricie

Octobre

2 Les 100 à B7 > Bromont

9 Le Défi Royal > Mtl > Île-d'Orléans



Famille / Récréatif

Cyclotouriste

Cyclosporitif

Du vélo pour tous!

SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

EXPÉRIENCE

Vélo



L'EXPÉRIENCE CYCLISTE
AU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

UN CIRCUIT CYCLABLE DE PLUS DE 700 KILOMÈTRES

- Des paysages à couper le souffle!
- Des hébergements certifiés
« Bienvenue cyclistes!^{MD} »
- Des navettes maritimes
- Des services de transports de bagages
- Un guide complet pour planifier votre expérience!

COMMANDEZ
VOTRE GUIDE OU
CONSULTEZ EN LIGNE

experiencevelo.ca



C'est géant
Saguenay-Lac-Saint-Jean

TOURISME
Saguenay
Lac-Saint-Jean



experiencevelo.ca



AU-DELÀ DES LIMITES URBAINES

LA SÉRIE PERFORMANCE URBAINE 2016

Du boulot aux loisirs. De l'épicerie en passant par le café du coin. C'est ça, la vie en ville. Du coup, vous cherchez un vélo capable de soutenir votre cadence urbaine.

OPUS présente sa série Performance urbaine : légers et agiles, ces bolides sauront négocier l'heure de pointe avec brio et stimuler votre cardio à l'heure de l'entraînement. Robustes et fiables, ils faciliteront vos trajets quotidiens. Personnalisez le vôtre selon vos besoins et votre mode de vie - porte-bagages, garde-boue ou encore, siège pour enfant.

**Accessoires vendus séparément.*

Pour plus de détails, **consultez le opusbike.com/urbainperformance**

OPUS