

Programmation vélo été-automne 2018

une invitation du *Comité plein air de Lotbinière*

Les sorties de vélo sont GRATUITES.

Co-voiturage possible, contactez un membre du comité plein air (voir liste au bas du tableau).

La vitesse moyenne est de 15 à 18 km/h. Les vélos avec assistance sont acceptés.

IMPORTANT :

- S'assurer que son vélo soit en bonne condition. Pas de service de réparation lors des sorties, dépannage seulement
- Apporter un tube de rechange et clés en cas de crevaison (obligatoire). Apporter de l'eau et des collations. Porter un casque de vélo
- S'engager à respecter les consignes de sécurité émises par les responsables de la sortie.
- Aviser l'accompagnateur de tout problème médical qui mérite d'être connu (diabète, allergie, etc.)

Mois	Date	Activité /Description
Avril	25	Déjeuner pré-saison 8h30 chez Larry à St-Agapit. Inscription obligatoire avant le 24 avril à midi au 418-728-4825 ou 1-866-728-4825
Mai	2	St-Agapit ↔ Dosquet sur la Route Verte (26 km). Bienvenue aux nouveaux participants Départ : 9h30 de la gare de St-Agapit. Déjeuner à 10h30 au resto à Dosquet.
	9	Issoudun ↔ St-Apollinaire (± 50 km) Départ : 9h30, Coin route 271 (rte Laurier) -Rue Principale à Issoudun (Équipement Laroche, 499 rte Laurier). Dîner au resto à St-Apollinaire ou lunch
	16	Scott ↔ Vallée Jonction. (± 40 km) Départ : 9h30, Église de Scott. Dîner au resto ou apportez votre lunch
	23	Côte de Beupré à vélo (± 40 km) Départ : 9h30h du stationnement situé à la 3 ^e lumière à droite (ULTRAMAR) sur le boul. Ste-Anne après les Chutes Montmorency. Dîner au resto ou apportez votre lunch
	30	St-Henri ou St-Anselme ↔ St-Malachie (40 à 60 km selon le point de départ) Départ: 9h30 (de St-Henri) ou 10h, Église de St-Anselme. Dîner au resto ou lunch.
Juin	6	St-Agapit ↔ Lyster sur la Route Verte (52 km) Départ : 9h30 gare de St-Agapit. Dîner au resto à Lyster ou apportez lunch
	13	Boul. Champlain ↔ Chutes Montmorency sur piste cyclable (± 50 km) Départ : 9h30 du stationnement du Quai des Cageux, Boulevard Champlain, SVP utiliser le stationnement du haut (P2) . Apportez votre lunch.
	20	Issoudun ↔ St-Nicolas (± 52 km) Départ : 9h30 Église d'Issoudun. Dîner à la fromagerie Victoria à St-Nicolas ou lunch.
	20	Balade à vélo sur la Route verte pour débutants St-Agapit ↔ chemin Craig (18 km aller-retour), arrêts fréquents et rythme plus lent. Départ : 13h30 de la gare de St-Agapit. Apportez de l'eau et des collations. Vélo en bonne condition.
	27	St-Gilles ↔ St-Patrice ↔ Ste-Agathe (± 50 km) Départ : 9h30, aréna de St-Gilles. Dîner au resto ou lunch.
Juillet	4	Circuit de la Côte de Lotbinière (± 55 km) Départ : 9h30, bureau de la MRC au 6375, rue Garneau, Ste-Croix (près de l'aréna). Dîner au resto ou apportez votre lunch
	11	Dosquet ↔ St-Rédempteur (± 66 km) sur la Route Verte Départ : 9h de la halte de Dosquet. ou 10h de la gare de St-Agapit. Dîner au resto ou apportez votre lunch
	16	SORTIE EN SOIRÉE: Halte de Dosquet ↔ Club de golf de Plessisville (± 55 km) Départ : 15h halte de Dosquet ou 16h gare de Lyster. Souper au club de golf de Plessisville
	18	St-Apollinaire ↔ St-Antoine (± 50 km) Départ : 9h30, stationnement situé au 481, route 273 nord à St-Apollinaire (sur votre gauche, un peu après Couche-Tard/Mac Donald, en direction de St-Antoine). Dîner à St-Antoine, casse-croûte ou apportez votre lunch
	25	St-Apollinaire ↔ Joly ↔ St-Flavien (± 50 km) Départ : 9h30, stationnement situé au 481, route 273 nord à St-Apollinaire (sur votre gauche, un peu après Couche-Tard/Mac Donald, en direction de St-Antoine). Dîner au resto du golf à Joly ou apportez votre lunch

Membres du comité plein air :

André Bilodeau : 888-3266 / Nicole Côté : 888-4902 / Ginette Dion : 596-2137 / André Dubé : 839-9087 / Albert Laflamme : 599-2405 / François Legendre : 926-3644 / Micheline Martineau : 599-2334 / André Moore : 888-3449 / Claudette Olivier : 728-2638 / Guy Paquet : 728-0235 / Bertrand Rancourt : 401-0977 / Jacques Rousseau : 728-3272 / Pierrette Therrien : 728-3317

Programmation vélo été-automne 2018

une invitation du *Comité plein air de Lotbinière*

Les sorties de vélo sont GRATUITES.

Co-voiturage possible, contactez un membre du comité plein air (voir liste au bas du tableau).

La vitesse moyenne est de 15 à 18 km/h. Les vélos avec assistance sont acceptés.

IMPORTANT :

- S'assurer que son vélo soit en bonne condition. Pas de service de réparation lors des sorties, dépannage seulement
- Apporter un tube de rechange et clés en cas de crevaison (obligatoire). Apporter de l'eau et des collations. Porter un casque de vélo
- S'engager à respecter les consignes de sécurité émises par les responsables de la sortie.
- Aviser l'accompagnateur de tout problème médical qui mérite d'être connu (diabète, allergie, etc.)

Mois	Date	Activité /Description
Août	1 ^{er}	St-Apollinaire ↔ Ste-Croix (± 45 km) Départ : 9h30, stationnement situé au 481, route 273 nord à St-Apollinaire (sur votre gauche, un peu après Couche-Tard/Mac Donald, en direction de St-Antoine). Dîner au resto à Ste-Croix ou apportez votre lunch
	8	Val Béclair ↔ Pont Rouge (± 66 km) Départ : 9h30, stationnement de l'aréna des deux glaces de Val Béclair (1515, rue de l'Innovation). Dîner au resto à Pont Rouge ou apportez votre lunch.
	15	Issoudun ↔ St-Édouard ↔ Ste-Croix (± 50 km) Départ : 9h30, église d'Issoudun. Dîner au resto à St-Édouard ou apportez votre lunch.
	19	Rallye vélo à Dosquet. Inscription : entre 12h et 13h à la Halte vélo de Dosquet. Pour information : Pierrette Therrien 418-728-3317
	22	Laurier-Station ↔ St-Apollinaire (± 50 km) Départ : 9h30, bureau municipal (rue St-André). Dîner au resto à St-Apollinaire ou apportez votre lunch.
	29	Dosquet ou St-Agapit ↔ chutes de Charny sur Route Verte (46 ou 70km) Départ : 9h, Halte vélo de Dosquet ou 10h, gare de St-Agapit. Apportez votre lunch.
Sept	5	Charny ↔ St-Henri ↔ Lauzon. (± 60 km) Départ : 9h30, stationnement du Métro, Place Charny (8032, avenue des Églises). Dîner au resto ou apportez votre lunch.
	12	Golf de Plessisville ↔ Victoriaville + visite du réservoir (± 70 km) Départ : 9h30 du golf. Dîner au resto ou apportez votre lunch
	16	Randonnée Lotbinière à vélo - Inscription obligatoire. www.lotbiniereavelo.com ou 418 926-3407 Poste 219
	19	Boulevard Champlain ↔ Rivière St-Charles ↔ Baie de Beauport (± 45 km) Départ : 9h30 du stationnement du Quai des Cageux, Boulevard Champlain, SVP utiliser le stationnement du haut (P2) . Dîner au resto ou apportez votre lunch.
	26	Pintendre ↔ Ste-Claire (± 60 km) Départ : 9h30 Église de Pintendre. Dîner au resto ou apportez votre lunch.
Oct.	3	Robertsonville ↔ Blacklake (±40 km) Départ : 9h30, de l'église de Robertsonville. Dîner au resto ou apportez votre lunch
	10	Côte de Beaupré et Cap Tourmente (± 65 km) Départ : 9h30 du stationnement situé à la 3 ^e lumière à droite sur le boul. Ste-Anne après les Chutes Montmorency. Apportez votre lunch
	17	À déterminer
	24	Souper de fermeture à 17h30 chez Larry à St-Agapit. Réservation obligatoire avant le 23 octobre à midi, auprès de Nicole Côté (888-4902), André Moore (888-3449). Bienvenue aux conjoints et conjointes.

Membres du comité plein air :

André Bilodeau : 888-3266 / Nicole Côté : 888-4902 / Ginette Dion : 596-2137 / André Dubé : 839-9087 / Albert Laflamme : 599-2405 / François Legendre : 926-3644 / Micheline Martineau : 599-2334 / André Moore : 888-3449 / Claudette Olivier : 728-2638 / Guy Paquet : 728-0235 / Bertrand Rancourt : 401-0977 / Jacques Rousseau : 728-3272 / Pierrette Therrien : 728-3317