



CALENDRIER ACTIVITÉS DE CYCLO-NATURE

ÉTÉ 2018

Date	Niv.*	Description	Organisateur	Courriel
Mai 2018				
à partir du 1er	5	Les mardis soirs dans les côtes. Tous les mardis soirs, sauf s'il y a pluie	Gaétan V. 514 833-7197	gavamtl@hotmail.com
5	2	Vélo Laval Est 64 ou 90 km	Pierre M. 514 524-3903 Éric L. 514-883-9433	pierremenard@sympatico.ca lepage.e@videotron.ca
13	2	Vélo Rivière Châteauguay 55 km	Pierre M. 514 524-3903 Raymonde B. 514 365-6577	pierremenard@sympatico.ca ray008@hotmail.ca
19 au 21	3	Rando Montagnes blanches	Anne-Marie D. 514 381-5376	alguemarine@sympatico.ca
19		Vélo St-Roch - St-Jacques - L'Assomption	Daniel B.	grandanne@videotron.ca
20		Vélo Hemmingford - St-Antoine Abbé	Gilles B. 450 464-2765	shelby2@videotron.ca
26	2+	Vélo Yamaska - St-Hugues 78 km	Michel L. 514 756-1736	labbetise@hotmail.com
Juin 2018				
9	3	Vélo cinoche au Vermont 75 km départ Frelighsburg	Gaétan V.	gavamtl@hotmail.com
13	1	Est de Montréal 50-70 km	Jean-Pierre B. 514 721-6548	jpbouchard53@yahoo.com
16	2 - 3	Cyclo Granby 76 ou 88 Km	Éric L. 514-883-9433 Richard H.	lepage.e@videotron.ca richardhondras@videotron.ca
23 au 25		Vélo Coaticook	Gilles B. 450 464-2765	shelby2@videotron.ca
Juillet 2018				
30 au 2		Vélo ADK, Wilmington Notch State Park	Nathalie DF 514 503-0113	natz_70@hotmail.com
7	2 - 3	Vélo Valleyfield 79 ou 95 Km	Éric L. 514-883-9433	lepage.e@videotron.ca
14	3	Vélo baignade Saint-Jean de Matha 60-80 km	Jean-Pierre B. 514 721-6548	jpbouchard53@yahoo.com
21	2	Vélo Philipsburg 71 km	Michel L. 514 756-1736	labbetise@hotmail.com
21 au 23		Vélo Vermont, Branbury State Park	Nathalie DF 514 503-0113	natz_70@hotmail.com
28	3	Vélo Laurentides chalet/camping	Pierre M. 514 524-3903	pierremenard@sympatico.ca
Août 2018				
4 au 5	4	Vélo camping (à déterminer)	Lise R. Gilles S.	liseroy_5@sympatico.ca gilles.stonehouse@gmail.com
11	2+	Balade Estie Vermont	Valérie M. et Roger F. 514-768- 6967	vmaltais64@yahoo.com
18	3	Vélo St-Élie-de-Caxton 80 km	François C. Carine P.	frantz127@gmail.com carinepourchot@gmail.com
25	3 - 4	Vélo Mooers NY 82 ou 102 km	Éric L. 514-883-9433	lepage.e@videotron.ca
Septembre 2018				
30 au 2	3+	Vélo Charlevoix	Luc D.	desautlu@gmail.com
8	2+	Vélo plage Saint-Zotique	Pierre M. 514 524-3903 Raymonde B. 514 365-6577	pierremenard@sympatico.ca ray008@hotmail.ca
15	3	Cyclo Saint-Polycarpe	Yves M.	ymartin@expertconseilpme.com
19	2	Le vrai tour de l'île	Jean-Pierre B. 514 721-6548	jpbouchard53@yahoo.com
29	4	Vélo Bromont Abercorn 68 ou 82 km	Éric L. 514-883-9433 Richard H.	lepage.e@videotron.ca richardhondras@videotron.ca
Octobre 2018				
Novembre 2018				
17		Soirée calendrier Hiver 2019 et assemblée générale annuelle de Cyclo-nature		

Cyclo-Nature regroupe des amateurs de plein air de niveaux différents. Organisme sans but lucratif entièrement composé de bénévoles, le club remplit sa mission grâce à la mise en commun des ressources et des cœurs. On devient membre de **Cyclo-Nature** en participant à une activité. Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter tôt les organisateurs des sorties qui vous intéressent.

Site web : www.cyclonature.org

Courriel : info@cyclonature.org

Site Facebook : www.facebook.com/cyclonature

* Niveau de difficulté vélo :

- Circuit sur terrain plat 30 à 60 km
- Circuit comportant quelques vallons 40 à 70 km
- Circuit vallonné, parfois montagneux, faibles dénivelés 50 à 80 km
- Circuit vallonné, montagneux, dénivelés relativement importants 50 à 90 km
- Circuit très vallonné, exigeant des efforts importants et répétés 60 à 110 km
- Circuit exigeant des efforts constants, des montées répétées (col) ainsi qu'un degré d'entraînement élevé 70 à 165 km