



Que diriez-vous de faire du vélo au lieu de jouer au golf lors de la Classique de golf de l'ASHRAE Montréal

À la demande générale et en considérant le vif succès de l'activité lors des années précédentes, l'activité VÉLO revient encore cette année au grand plaisir des cyclistes avec de magnifiques circuits !

L'activité VÉLO se déroulera donc le mardi 6 juin 2023 en parallèle de la Classique de golf du Chapitre. Les participants pourront bénéficier des mêmes activités que les golfeurs ([réseautage](#) et [prix de présence](#) dont un [spécial pour les cyclistes](#)); le départ et le retour se feront du Golf de St-Hyacinthe. Comme par le passé, trois parcours seront prévus. Les cyclistes pourront choisir leur peloton selon les plages de vitesses suivantes: le premier peloton sera composé de cyclistes voulant rouler entre [22 à 25 km/h](#); le deuxième peloton, entre [25 et 28 km/h](#) et le troisième, à [plus de 28 km/h](#) (qui devra être sélectionné à l'inscription). Il est à noter que les vitesses indiquées représentent la [vitesse MOYENNE](#) lors de la totalité du parcours. Pour soutenir ces moyennes, il est à prévoir que la vitesse de pointe sur le plat soit au moins de 5 à 7 km/h de plus que la vitesse moyenne indiquée. Il sera donc important de ne pas surévaluer vos capacités physiques lors de votre choix de peloton. Il en va de votre sécurité, de celle des autres et du plaisir associé à l'activité!

Chaque peloton sera supervisé par [1 à 2 encadreurs cyclistes d'expérience](#). Ils géreront les cyclistes à même le peloton, verront à la sécurité de tous, s'assureront que l'activité se déroule de façon plaisante tout en respectant le code de sécurité routière. Ceux pour qui il s'agit d'une première expérience en groupe/peloton, les encadreurs pourront vous fournir de précieux conseils afin que votre randonnée soit la plus intéressante possible. N'ayez crainte, les pelotons resteront ensemble tout au long des parcours; on part ensemble et nous revenons ensemble! Chaque peloton sera composé d'un maximum de 15 cyclistes (incluant le ou les encadreurs) tel que dicté par le code de sécurité routière du Québec.

Les distances des [circuits proposés](#) seront de [63 km](#), [78 km](#) et [94 km](#). Le temps prévu pour chaque circuit sera d'environ 3 à 4 heures, soit un peu moins que le temps nécessaire pour faire une ronde de golf.

L'activité n'est pas une course ! Il s'agit d'une randonnée cyclo-sportive amicale (et non pas une sortie de cyclotourisme). Il est requis d'être en forme et d'avoir quelques

kilomètres dans les jambes avant l'événement. Les encadreur et certains des participants auront possiblement plus de 1 000 à 1 500 km dans les jambes au 6 juin ! [Seuls les vélos de route seront autorisés](#); les vélos TT (time-trial ou de type « Ironman ») ne seront pas autorisés et les vélos dit « de montagne » sont fortement déconseillés. **Casque et réflecteurs ([cliquez ici pour connaître la réglementation](#)) de vélo obligatoires pour tous.**

Le comité prend l'activité et votre [sécurité](#) à cœur : suivant la quantité de cyclistes qui s'inscriront, [1 ou 2 motos d'encadrement](#) seront sur le parcours afin d'assurer une sécurité accrue. Une [voiture-balai](#) se déplacera sur les différents parcours afin d'assister les cyclistes en difficulté et pour le ravitaillement au relais prévu à mi-parcours.

La région de St-Hyacinthe offre une panoplie de [belles routes avec très peu de côtes](#); ainsi, comme lors de la dernière édition, nous roulerons au sud de St-Hyacinthe, direction Rosemont en longeant la rivière Yamaska. Les parcours officiels seront dévoilés à la fin mai (après vérification) et vous seront transmis avant l'événement par le comité organisateur.

Cet été, le [coût par participant](#) sera [nettement moindre pour les inscriptions hâtives \(avant le 1er mai\)](#) que pour un billet de golf individuel et les places seront limitées à 45 participants. Afin de bien planifier l'événement, il est demandé que les participants s'inscrivent au moins 2 semaines à l'avance. L'activité sera ouverte à tous les membres du Chapitre ainsi qu'à leur(s) invité(s).

D'autres détails vous seront transmis sur le site web du Chapitre, par nos communications et/ou à l'[inscription](#).

Pour de plus amples informations, veuillez communiquer avec moi directement: velo@ashraemontreal.org. Vous pouvez aussi me signifier votre intention de participer à l'avance...mais le mieux est de vous [inscrire rapidement](#).

Inscrivez-vous hâtivement, votre inscription vous sera une source de motivation à l'entraînement.

Alors, c'est le temps ou jamais de vous entraîner avec la belle saison !!

Bon entraînement !

Dominic Robert, organisateur de l'évènement VÉLO