



*** Soyez certain que la sortie est à votre portée!

Date	Catégorie	Parcours	Heure du départ	Lieu de rencontre (Voir le site Web)	Difficulté	Km	Passeport requis
Dim.7/5	Sortie CCHR	Trois Monts	8h30	Iberville (IGA)	●	75	Non
Dim.21/5	Sortie CCHR	Farhnam	8h30	Iberville (IGA)	■	84	Non
Dim.28/5	Sortie CCHR	St. Philippe	8h30	Vélozone (stationnement)	●	80	Non
Dim.04/06	Sortie CCHR	Hemmingford	8h30	Hemmingford	▲	90	Non
Sam10/6	CCLACC	Venise-en-Québec	8h30	Venise-en-Québec	▲	25,50, 60,110	Non
Dim.25/6	Sortie CCHR	Lac Carmi	8h30	Bedford	▲	80	Oui
Dim.2/07	Sortie CCHR	Brigham	8h30	Iberville (IGA)	▲	112	Non
Dim.09/7	Sortie CCHR	Lac Selby	8h30	Mystic (parc)	▲	89	Non
Dim.16/7	Sortie CCHR	Vermont Joy Hill	8h30	Frelighsburg	◆	83	Oui
Dim.23/7	Sortie CCHR	Jay Peak	8h30	Frelighsburg	◆◆	90	Oui
Dim.30/7	Sortie CCHR	Bromont	8h30	Stationnement ski Bromont	◆	107	Non
Dim.06/8	Sortie CCHR	La Vallée Noire	8h30	Bedford	◆	96	Oui
Dim.13/8	Sortie CCHR	Dannemora	8h30	Hemmingford (stationnement municipal)	◆	108	Oui
Dim20/8	Sortie CCHR	Les Mines	8h30	Abercorn	◆◆	115	Oui
Dim.27/8	Sortie CCHR	Sheldon	8h30	Bedford	◆	89	Oui
Sam.04/9	Fin de saison	Mont-Mégantic	7h30	Sutton	◆◆	200	Non

D I F F I C U L T É S	● Parcours facile : Relativement plat, distance de moins de 80 km. Facile si les vents sont faibles.
	■ Parcours de difficulté moyenne : Relativement plat, distance de plus de 80 km. Faut avoir un peu de kilométrage et l'habitude de longues distances.
	▲ Parcours passablement difficile : Quelques montées et descentes, pour les cyclistes qui veulent se préparer pour des sorties plus exigeantes. Longueur entre 70 et 90km. Un minimum d'entraînement est requis pour ces sorties.
	◆ Parcours difficile : Bonnes montées assez difficiles. Les participants doivent avoir un bon entraînement pour pouvoir avoir du plaisir à faire ce genre de sortie.
	◆◆ Parcours très difficile : Très montagneux avec de longues montées abruptes sur une distance entre 80 et 180 km. Les participants doivent avoir une bonne saison dans les jambes pour s'attaquer à ce genre de sortie.