

Index

A

Abitibi-Témiscamingue 52
Accessoires 23, 26
Acton Vale (Cantons-de-l'Est) 72
Alimentation 36
Alma (Saguenay-Lac-Saint-Jean) 292
Amos (Abitibi-Témiscamingue) 56
Antivol 24
Artria - Le parcours des œuvres
en nature (Cantons-de-l'Est) 71, 74
Autobus 50
Axe cyclable Vallée-des-Forts
(Montréal) 198
Aylmer (Outaouais) 263

B

Bagages 49
Baie-Comeau (Côte-Nord) 120, 121
Baie des Chaleurs (Gaspésie) 132
Bande cyclable 10
Basques (Bas-Saint-Laurent) 64
Bas-Saint-Laurent 60
Beauport (région de Québec) 280
Bécancour (Centre-du-Québec) 92
Beloeil (Montréal) 199
Bienvenue cyclistes! 45
Bixi 40
Blainville (Laurentides) 156
Boisbriand (Laurentides) 157
Bois-des-Filion (Laurentides) 158
Boucherville (Montréal) 200
Boucle de la Plaine
(Centre-du-Québec) 90
Boulevard Gouin (Montréal) 256
Bouteille 23

Bromont (Cantons-de-l'Est) 74
Brossard (Montréal) 202

C

Campagnarde (Cantons-de-l'Est) 72
Canal de Chambly (Montréal) 212
Canal de Lachine (Montréal) 251
Candiac (Montréal) 201
Cantonnière (Cantons-de-l'Est) 73
Cantons-de-l'Est 68
Cap-de-la-Madeleine (Mauricie) 191
Cap-Rouge (région de Québec) 286
Casque 26, 34
Centre-du-Québec 86
Chambly (Montréal) 204
Changement de vitesse 35
Charlemagne (Lanaudière) 142
Charlesbourg (région de Québec) 281
Charlevoix 98
Charny (Chaudière-Appalaches) 108
Châteauguay (Montréal) 205
Chaudière-Appalaches 104
Chaussée désignée 10
Chaussures 28
Chemin du Roy (région de Québec) 284
Chicoutimi
(Saguenay-Lac-Saint-Jean) 293
Circuit des Traditions
(Centre-du-Québec) 90
Cloche 24
Code de la route 32
Code de la sécurité routière 31
Confort 26
Côte-Nord 116
Coupe-vent 28
Cuissard 28

Cycloparc PPJ (Outaouais) 262
Cycloroute de Bellechasse
(Chaudière-Appalaches) 109
Cyclotourisme 14

D

Delson (Montréal) 206
Dérailleur 21
Directions 34
Drummondville (Centre-du-Québec) 91

E

Efficacité 35
Entraînement 36
Entretien 19
Estrade (Cantons-de-l'Est) 74
Étirements 37

F

Fanion de sécurité 24
Fatbike 37
Forestville (Côte-Nord) 123
Freins 21

G

Gants 28
Garde-boue 24
Gaspésie 128
Gatineau (Outaouais)
secteur d'Aylmer 263
secteur de Hull 264
Graisser 20

Granby (Cantons-de-l'Est) 74
Granbyenne (Cantons-de-l'Est) 75
Grandes Fourches (Cantons-de-l'Est) 76
Grand-Mère (Mauricie) 187
Grand Sentier 16
Guidon 22

H

Haute-Saint-Charles
(région de Québec) 282
Housse de selle 25
Huiler 20
Hull (Outaouais) 264

I

Îles de Berthier (Lanaudière) 143
Île aux Coudres (Charlevoix) 102
Île des Sœurs (Montréal) 253
Île d'Orléans (région de Québec) 285
Îles de la Madeleine 134
Indications des directions 34

J

Joliette (Lanaudière) 144
Jonquière
(Saguenay-Lac-Saint-Jean) 294

L

La Baie (Saguenay-Lac-Saint-Jean) 295
Lachute (Laurentides) 159
Lac-Mégantic (Cantons-de-l'Est) 80
Lanaudière 138

L'Ancienne-Lorette
(région de Québec) 282
La Prairie (Montréal) 207
LaSalle (Montréal) 251
La Tuque (Mauricie) 182
Laurentides 152
Laval 170

est de l'île Jésus 174
ouest de l'île Jésus 175
sud de l'île Jésus 176

Le Gardeur (Lanaudière) 148
Les Rivières (Ville de Québec) 282
Lévis (Chaudière-Appalaches) 110
Ligne du Mocassin, La
(Abitibi-Témiscamingue) 57
Location de vélos 38
Longueuil (Montréal) 208
Lunettes 29

M

Magog (Cantons-de-l'Est) 77
Maillot 28
Mascouche (Lanaudière) 146
Mauricie 178
Mécanique 19
Météo 26
Métro de Montréal 238
Mile-End (Montréal) 244
Montagnarde (Cantons-de-l'Est) 79
Montée du chemin de Chambly
(Montréal) 216
Montréal I (Montréal) 210
Montréal II (Montréal) 211
Montréal 194
Montréal 234
centre de l'île 240
cœur de Montréal 242
pointe est de l'île 248
pointe ouest de l'île 246
Monts Sutton (Cantons-de-l'Est) 84
Mont-Tremblant (Laurentides) 169
Mouliner 35

N

Nicolet (Centre-du-Québec) 92
Notre-Dame-des-Prairies
(Lanaudière) 147

O

Odomètre 25
Orford (Cantons-de-l'Est) 78
Ottawa 266
Outaouais 258
Outils 30

P

Panneaux 32
Parc du Corridor aérobique
(Laurentides) 160
Parc du Domaine Vert (Laurentides) 161
Parc Jean-Drapeau (Montréal) 250
Parc linéaire des Bois-Francs
(Centre-du-Québec) 93
Parc linéaire du Témiscamingue -
La Ligne du Mocassin
(Abitibi-Témiscamingue) 57
Parc linéaire interprovincial Petit Témis
(Bas-Saint-Laurent) 66
Parc linéaire Le P'tit Train du Nord
(Laurentides) 162
Parc national de Frontenac
(Chaudière-Appalaches) 111
Parc national de Plaisance (Outaouais) 268
Parc national des Hautes-Gorges-de-la-
Rivière-Malbaie (Charlevoix) 103
Parc national d'Oka (Laurentides) 163
Parc national du Bic
(Bas-Saint-Laurent) 65
Parc national Forillon (Gaspésie) 133
Parc-nature de la Pointe-aux-Prairies
(Montréal) 257
Parc-nature de l'Île-de-la-Visitation

(Montréal) 256
Parc-nature du Bois-de-Liesse
(Montréal) 254
Parc-nature du Bois-de-l'Île-Bizard
(Montréal) 254
Parc-nature du Cap-Saint-Jacques
(Montréal) 255
Parcours des Anses
(Chaudière-Appalaches) 110
Parcours Louis-Joseph Papineau
(Outaouais) 268
Pédaler 35
Piste cyclable 10
Piste cyclable non pavée 10
Piste Dansereau/La Liseuse
(région de Québec) 284
Piste du canal de Chambly
(Montréal) 212
Plateau Mont-Royal (Montréal) 244
Pneus 21
Pompe 24
Port-Cartier (Côte-Nord) 124
Portneuf (région de Québec) 287

Q

Québec (ville et région) 270
Grand Québec 278
Ville de Québec 276

R

Réfecteurs 31
Réparation 38
Réparation de vélos 38
Repentigny (Lanaudière) 148
Réseau cyclable du Suroît (Montréal) 214
Rétroviseur 23
Rimouski (Bas-Saint-Laurent) 67
Riveraine (Montréal) 216
Rivière Saint-François
(Centre-du-Québec) 95

Route des champs (Montréal) 217
Route des Sommets
(Cantons-de-l'Est) 80
Route des vins (Cantons-de-l'Est) 81
Route verte 15
Rouyn-Noranda
(Abitibi-Témiscamingue) 58

S

Sacoches 24
Saguenay-Lac-Saint-Jean 288
Saguenay (Saguenay-Lac-Saint-Jean)
arrondissement de Chicoutimi 293
arrondissement de Jonquière 294
arrondissement de La Baie 295
Saint-Augustin-de-Desmaures
(région de Québec) 286
Saint-Bruno-de-Montarville
(Montréal) 218
Saint-Charles-Borromée
(Lanaudière) 150
Sainte-Anne-des-Plaines
(Laurentides) 164
Sainte-Catherine (Montréal) 220
Sainte-Foy (Ville de Québec) 283
Saint-Julie (Montréal) 221
Saint-Élie-de-Caxton (Mauricie) 183
Saint-Eustache (Laurentides) 165
Saint-Félicien
(Saguenay-Lac-Saint-Jean) 296
Saint-Hyacinthe (Montréal) 224
secteur Sainte-Rosalie 222
Saint-Jean-sur-Richelieu
(Montréal) 226
Saint-Lambert (Montréal) 227
Saint-Louis-de-France (Mauricie) 192
Saint-Rédempteur
(Chaudière-Appalaches) 108
Saint-Romuald
(Chaudière-Appalaches) 112
Santé 36
Sauvagine (Montréal) 228

Sécurité 31

Seigneurie des Plaines, La
(Laurentides) 166

Selle 21

Sentier de l'Ardoise
(Cantons-de-l'Est) 73

Sentier de la Rive (Cantons-de-l'Est) 73

Sentier de la Vallée
(Cantons-de-l'Est) 73

Sentier des Jarrets noirs
(Chaudière-Appalaches) 113

Sentier du Paysan (Montérégie) 229

Sentier nature Tomifobia
(Cantons-de-l'Est) 83

Sept-Îles (Côte-Nord) 125

Shawinigan (Mauricie) 184
secteur Grand-Mère 187
secteur Shawinigan-Sud 186

Shawinigan-Sud (Mauricie) 186

Sherbrooke (Cantons-de-l'Est) 82

Sifflet 24

Sillery (Ville de Québec) 283

Sorel-Tracy (Montérégie) 230

T

Température 26

Tendeurs 24

Terrebonne (Lanaudière) 151

Thetford Mines
(Chaudière-Appalaches) 114

Tomifobia (Cantons-de-l'Est) 83

Transport de bagages 49

Transport de vélo en autobus 50

Transport de vélo en train 50

Trois-Rivières (Mauricie) 188
secteur Cap-de-la-Madeleine 191
secteur Saint-Louis-de-France 192
secteur Trois-Rivières-Ouest 190

V

Vagabonde (Laurentides) 168

Val-David (Laurentides) 167

Val-d'Or (Abitibi-Témiscamingue) 59

Varennes (Montérégie) 232

Vélo de montagne 42

Vélo de montagne à pneus
surdimensionnés 37

Véloposte Jacques-Cartier/Portneuf
(région de Québec) 287

Véloroute de la Chaudière
(Chaudière-Appalaches) 115

Véloroute des baleines (Côte-Nord)
partie Est 127
partie Ouest 126

Véloroute des Bleuets
(Saguenay-Lac-Saint-Jean) 297

Véloroute des Draveurs (Outaouais) 269

Véloroute Marie-Hélène-Prémont
(région de Québec) 285

Vélos en libre-service 40

Verdun (Montréal) 251

Vêtements 26

Victoriaville (Centre-du-Québec) 96

Villageoise de Mont-Tremblant
(Laurentides) 169

Visibilité 31

Voies cyclables 10, 15

W

Waterloo (Cantons-de-l'Est) 85

Wendake (région de Québec) 282