

Index

A

Abitibi-Témiscamingue 52
Accessoires 23, 26
Alimentation 36
Alma (Saguenay–Lac-Saint-Jean) 292
Amos (Abitibi-Témiscamingue) 56
Antivol 25
Autobus 50
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 (Montérégie) 198
Bixi 40
Blainville (Laurentides) 156
Boisbriand (Laurentides) 157
Bois-des-Filion (Laurentides) 158
Boucherville (Montérégie) 199
Boucle de la Plaine (Centre-du-Québec) 90
Boulevard Gouin (Montréal) 256
Bouteille 23
Bromont (Cantons-de-l'Est) 74
Brossard (Montérégie) 200

C

Campagnarde (Cantons-de-l'Est) 72
Canal de Chambly (Montérégie) 202
Canal de Lachine (Montréal) 251
Candiac (Montérégie) 203
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 (Montérégie) 204
Changement de vitesse 35
Charlemagne (Lanaudière) 142
Charlesbourg (région de Québec) 281
Charlevoix 98
Charny (Chaudière-Appalaches) 108
Châteauguay (Montérégie) 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 (Montérégie) 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
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
Grand Tour du lac Mégantic (Cantons-de-l'Est) 77
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) 77
- Lanaudière 138
- L'Ancienne-Lorette (région de Québec) 282
- La Prairie (Montérégie) 207
- 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
- Lévis (Chaudière-Appalaches) 110
- Lieu historique national du Canal-de-Chambly (Montérégie) 202
- Location 38
- Location de vélos 38
- Longueuil (Montérégie) 208
- Lunettes 29

M

- Magog (Cantons-de-l'Est) 78
- Maillot 28
- Mascouche (Lanaudière) 146
- Mauricie 178
- Mécanique 19
- Météo 26
- Métro de Montréal 238
- Mile-End (Montréal) 242
- Montagnarde (Cantons-de-l'Est) 80
- Montée du Fort Chambly (Montérégie) 214
- Montérégiade II (Montérégie) 211
- Montérégiade I (Montérégie) 210

Montérégie 194

Montréal 234

- centre de l'île 246
- cœur de Montréal 240
- pointe est de l'île 248
- pointe ouest de l'île 244

Monts Sutton (Cantons-de-l'Est) 84

Mont-Tremblant (Laurentides) 160

Mouliner 35

N

Nicolet (Centre-du-Québec) 92

Notre-Dame-des-Prairies (Lanaudière) 147

O

Odomètre 25

Orford (Cantons-de-l'Est) 79

Outaouais 258

Outils 30

P

Panneaux 32

Parc du Corridor aérobique (Laurentides) 162

Parc du Domaine Vert (Laurentides) 163

Parc Jean-Drapeau (Montréal) 250

Parc linéaire des Bois-Francs (Centre-du-Québec) 93

Parc linéaire du Témiscamingue (Abitibi-Témiscamingue) 57

Parc linéaire interprovincial Petit Témis (Bas-Saint-Laurent) 66

Parc linéaire Le P'tit Train du Nord (Laurentides) 164

Parc national de Plaisance
(Outaouais) 268

Parc national des Hautes-Gorges-de-
la-Rivière-Malbaie (Charlevoix) 103

Parc national d'Oka (Laurentides) 165

Parc national du Bic (Bas-Saint-
Laurent) 65

Parc national Forillon (Gaspésie) 133

Parc national Frontenac (Chaudière-
Appalaches) 111

Parc-nature de la Pointe-aux-Prairies
(Montréal) 257

Parc-nature de l'Île-de-la-Visitation
(Montréal) 256

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

Pistes du Suroît (Montréal) 212

Plateau Mont-Royal (Montréal) 242

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

Rétroviseur 23

Rimouski (Bas-Saint-Laurent) 67

Riveraine (Montréal) 214

Rivière Saint-François (Centre-du-
Québec) 95

Route des champs (Montréal) 215

Route des vins (Cantons-de-l'Est) 81

Route verte 15

Rouyn-Noranda

(Abitibi-Témiscamingue) 58

S

Sacoques 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) 216

Saint-Charles-Borromée
(Lanaudière) 150

Sainte-Anne-des-Plaines
(Laurentides) 166

Sainte-Catherine (Montréal) 218

Sainte-Foy (Ville de Québec) 283

Sainte-Julie (Montréal) 219

Saint-Élie-de-Caxton (Mauricie) 183

Saint-Eustache (Laurentides) 167

Saint-Félicien

(Saguenay-Lac-Saint-Jean) 296

Saint-Hyacinthe (Montérégie) 222
secteur Sainte-Rosalie 220
Saint-Jean-sur-Richelieu
(Montérégie) 224
Saint-Lambert (Montérégie) 225
Saint-Louis-de-France (Mauricie) 192
Saint-Rédempteur
(Chaudière-Appalaches) 108
Saint-Romuald
(Chaudière-Appalaches) 112
Santé 36
Sauvagine (Montérégie) 226
Sécurité 31
Selle 21
Sentier du Paysan (Montérégie) 227
Sentier nature Tomifobia (Cantons-de-
l'Est) 83
Sentiers des Jarrets noirs (Chaudière-
Appalaches) 113
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) 228

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

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

V

Vagabonde (Laurentides) 168
Val-David (Laurentides) 169
Val-d'Or (Abitibi-Témiscamingue) 59
Vallée-des-Forts (Montérégie) 230
Varenes (Montérégie) 232
Vélo de montagne 42
Vélo hivernal 37
Vélopiste 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
Vélo sur neige 37
Verdun (Montréal) 251
Vêtements 26
Victoriaville (Centre-du-Québec) 96
Visibilité 31
Voies cyclables 10, 15

W

Waterloo (Cantons-de-l'Est) 85
Wendake (région de Québec) 282