

**Entre Lachute et Mirabel, le parcours du Chemin du Terroir se déroule en grande partie sur la passante route 158. Je vous conseille plutôt de prendre le chemin de la Rivière-du-Nord.**



Quelques coups de pédale en aval, et vous voilà dans le coquet village de Sainte-Scholastique, dont les vieilles maisons sont entretenues avec un soin jaloux. Après la traversée du village de Saint-Augustin, qui subit de plein fouet les affres du phénomène de l'étalement urbain, Saint-Eustache vous laisse poursuivre sur le chemin de la Rivière, où une forte concentration de producteurs ont élu domicile. À ne pas rater: le Vignoble Rivière du Chêne ([vignobleriviereduchene.ca](http://vignobleriviereduchene.ca)), un clos de type *winery* comme on en trouve en Californie.

Au village de Saint-Benoît, le Vignoble des Négondos ([negondos.com](http://negondos.com)) vous propose quant à lui des vins issus de raisins biologiques certifiés. Au sortir d'une impressionnante érablière, vous continuez sur des routes peu fréquentées jusqu'au pied de

la plus grande difficulté de cette balade, soit la montée Robillard, très prisée par les cyclistes du coin. La côte monte franchement, en pleine forêt, et tout en haut trône Saint-Joseph-du-Lac, haut lieu gastronomique du Chemin du Terroir, où ont pignon sur route pas moins de deux autres vignobles, deux vergers, un fromager, une « tarterie » et finalement un centre d'interprétation de la courge. Bon appétit!

La descente suivante vous catapulte sur la route 344. Encore une fois, je vous propose une alternative à cette route achalandée: prenez plutôt la piste cyclable La Vagabonde (Route verte 1), qui passe par le parc national d'Oka. Quelques kilomètres supplémentaires vous ramèneront à votre point de départ, la tête comblée de plaisants paysages et la panse bien remplie. **VM**

## Cours de mécanique de vélo

pour particuliers et entreprises

Pour connaître l'horaire des cours, s'inscrire ou pour commander les manuels, consultez:

[www.technocycle.ca](http://www.technocycle.ca)  
ou 514 846-1486



L'ÉCOLE DE MÉCANIQUE CYCLISTE  
DENISE BELZIL

Les manuels édités par  
Denise Belzil



### COURS OFFERTS:

#### Néophyte (1 JOUR)

Réparation d'une crevaison. Ajustement des systèmes de freins et de vitesses. Trucs de dépannage; trousse d'outils.

#### Mécanicien - niveau 1 (2 JOURS)

Chaque participant travaille sur son propre vélo. Démontage et ajustement du jeu de pédalier, de la direction et du moyeu arrière. Ajustement des systèmes de freins et de vitesses.

#### Mécanicien - niveau 2 (2 JOURS)

Exécution d'une mise au point et réparations courantes. Installation complète d'un système de transmission et de freins.

#### Mécanicien - niveau 3 (2 JOURS)

Préparation d'un cadre pour l'assemblage: surfaçage, taraudage et alésage. Fourche: redressement, filetage et installation. Roulements: pédalier, direction, moyeux.

### COURS DE SPÉCIALISATION:

#### Freins à disques

#### Fourche à suspension

#### Montage de roues



[facebook.com/Technocycle](https://facebook.com/Technocycle)