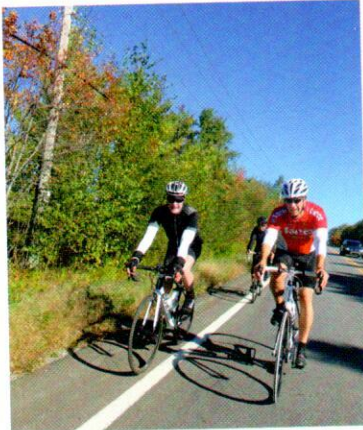




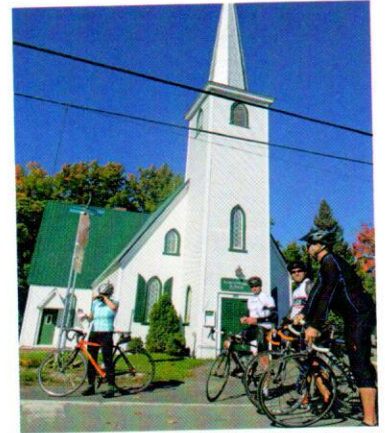
VÉLO mode relax

VÉLO OU BAIN À REMOUS? UN CHOIX DIFFICILE, CERTES, MAIS IL EST POSSIBLE DE CONCILIER LES DEUX POUR LE PLUS GRAND BONHEUR DE TOUS LES SENS. **ESTRIMONT SUITES & SPA**, DANS LES CANTONS-DE-L'EST, PROPOSE AUX CYCLISTES DE PROFITER À LA FOIS DE SES INSTALLATIONS ET DES PLUS BELLES ROUTES DE LA RÉGION.

C'est un circuit composé de montées et de descentes sans grandes difficultés, mais qui est loin d'être ennuyeux: une petite relance pour augmenter le rythme et un peu de vitesse pour aborder les descentes.



Les accotements sont larges



Direction Saint-Benoît-du-Lac

POUR NOTRE SÉJOUR, c'était la fin de semaine à ne pas manquer. Fin septembre, les couleurs sont au beau fixe, le ciel est bleu, et la température oscille autour de 20 degrés. Déjà, avec ces ingrédients, il y a de quoi rendre mémorable une sortie de vélo. Quand on y ajoute un hébergement tout confort, on frôle le nirvana. À l'Estrimont Suites & Spa, on l'a parfaitement compris. Depuis l'année dernière, le forfait Vélo terroir permet de se détendre dans les bains, piscines et sauna de l'endroit, en plus de faire deux randonnées guidées sur les routes des Cantons.

Diversité de parcours

Une belle gang pile à l'heure finale la préparation des vélos sur le vaste stationnement de l'auberge. Le guide Claude Dallaire a invité quelques amis pour la sortie avec *Vélo Mag*. Il fait frais, mais on devine, derrière la brume, que le soleil ne demande qu'à sortir. Les parcours sont déterminés selon les désirs des clients, avec une option courte (une cinquantaine de kilomètres) qui permet un retour à l'heure du lunch pour passer ensuite à une



séance de dorlotage en après-midi, ou une option plus longue, avec un arrêt pique-nique. En tout cas, ce ne sont pas les itinéraires qui manquent, et Claude les connaît comme le fond de sa poche.

En guise de mise en jambes, on peut s'offrir le tour du mont Orford. En partant de l'auberge, notre camp de base, c'est un peu plus de 50 km avec 600 m de dénivelé positif. C'est un circuit composé de montées et de descentes sans grandes difficultés, mais qui est loin d'être ennuyeux: une petite relance pour augmenter le rythme et un peu de vitesse pour aborder les descentes.

Côté paysages, on a aussi droit à une belle diversité: de superbes vues sur le mont Orford, des plans d'eau comme le marais du Lac Brompton, et des zones forestières au top de leurs couleurs. À part les alentours d'Eastman, où la route est un peu plus cabossée, le bitume est plutôt invitant et les automobilistes sont relativement habitués à voir des cyclistes. De surcroît, comme ce sont des routes fréquentées par les touristes, les petits cafés, boulangeries et autres lieux de ravitaillement sont nombreux.

En ce qui nous concerne, la pause café à la pâtisserie Aux Avelines, à Eastman, s'est avérée revigorante.

Autre option: le circuit qui mène à Saint-Benoît-du-Lac. À peine plus long que



le précédent (67 km), on peut dire qu'il est béni des dieux, surtout à la saison des couleurs. Imaginez le tableau: la route longe des zones boisées, en majorité des feuillus, et du côté du chemin des Pères, vous dominez le lac Memphrémagog, sans compter que le petit chemin qui va jusqu'à l'abbaye est fort agréable. Nos coups de cœur: la vue sur l'église quand on arrive à Saint-Benoît-du-Lac et la chaussée refaite à certains

endroits. Le relief est vallonné juste ce qu'il faut pour les jambes, et les routes sont plutôt accueillantes pour les cyclistes.

Une autre belle balade permet d'aller voir les champs de lavande à Fitch Bay, puis de continuer vers Beebe Plain (Stanstead) avant de remonter en direction

d'Orford, ce qui donne un 75 km tout aussi bucolique. Plus longue, totalisant 120 km au compteur, la boucle Orford, Austin, Bolton Centre, Mansonville, Abercorn, Brome, Knowlton et de nouveau Bolton Centre pour le retour se révèle aussi un bon choix. Quel que soit le parcours choisi, le retour à l'auberge sera toujours apprécié, alors que l'heure sera à la détente dans les bains à remous, piscines intérieure et extérieure, sauna, douche nordique, bain polaire et yourte de repos. **VM**



REPÈRE

Estrimont Suites & Spa
estrimont.ca

Le forfait Vélo terroir est offert plusieurs fins de semaine au cours de la saison. Les groupes ou clubs peuvent aussi bénéficier du forfait.

JE ROULE

POUR ELLE

Maëlle, 14 ans
Neurofibromatose

18-20 JUILLET

L'ÉVÈNEMENT SPORTIF DE L'ÉTÉ !



JOIGNEZ-VOUS À LA CAUSE
24HTREMBLANT.COM

24HTREMBLANT