



## GUIDE DU PARTICIPANT 2021



# Mot de l'organisation

Nous sommes fiers de vous accueillir pour cette cinquième édition du Défi 808 Bonneville présentée par Fenplast et Lowe's Canada en collaboration avec Samson Groupe Conseil/Lussier Dale Parizeau et Québecor au profit de la Fondation de l'athlète d'excellence du Québec (FAEQ).

Inspiré des épreuves de longues distances à vélo, le Défi 808 Bonneville offre une expérience unique aux cyclistes de tous les niveaux qui veulent accomplir une longue distance, en solo ou en équipe. De nouveaux défis ont été ajoutés afin de rejoindre les cyclistes de tous les niveaux. De plus, un nouveau parcours est aussi offert pour les amateurs de vélo de gravelle.

Merci à vous de vous être investis dans une collecte de dons au profit de la FAEQ qui a pour mission d'appuyer financièrement les jeunes étudiants-athlètes et de les encadrer dans leurs parcours académique et sportif dès l'émergence de leur talent jusqu'à leur transition de carrière. La FAEQ a aussi comme mission de promouvoir ses boursiers qui représentent des modèles, incitant ainsi les gens de toutes les générations à bouger plus, manger mieux et adopter de saines habitudes de vie.

Bon défi à tous et à toutes!

Le comité organisateur

\* Le masculin est utilisé pour alléger le texte, et ce, sans préjudice pour la forme féminine

## **COVID-19**

La sécurité et la santé de nos participants, nos bénévoles et nos boursiers sur place sont au cœur de nos préoccupations. Nous prenons toutes les dispositions pour vous offrir un Défi 808 Bonneville 2021 sécuritaire, mémorable et conforme aux mesures sanitaires de la santé publique.

### **Directives de la santé publique – activités et événements avec publics extérieurs**

#### **Consignes sanitaires de base**

- Les personnes qui présentent des symptômes de la COVID-19, qui sont en attente d'un résultat ou qui ont reçu un résultat de test positif doivent respecter les consignes d'isolement. Elles ne peuvent pas participer à l'événement.
- Les personnes qui ont eu des contacts étroits avec une ou plusieurs personnes ayant la COVID-19 doivent respecter les consignes d'isolement en vigueur. Elles ne peuvent pas participer à l'événement.
- Les personnes qui ont voyagé à l'extérieur du Canada doivent avoir complété une période de confinement de 14 jours avant de participer à l'événement.

#### **Distanciation physique**

- Les principes de distanciation physique doivent être respectés en tout temps autant à l'intérieur qu'à l'extérieur des bâtiments.
- Respecter la distance de deux (2) mètres sur le site de la Station Mont Tremblant entre chaque personne, à moins de faire partie la même famille ou habitation.
- Les participants doivent respecter la signalisation et les marquages au sol relatifs aux mesures sanitaires sur le site.

#### **Hygiène des mains et étiquette respiratoire**

- L'importance de se laver les mains à l'entrée et à la sortie de tout lieu sur le site est de rigueur. Des dispositifs de gel hydroalcoolique seront disponibles à différents points stratégiques sur les lieux de l'événement.
- Le port du couvre-visage est obligatoire à l'intérieur des bâtiments et lorsque la distanciation n'est pas possible (au départ des différents défis, dans les files d'attente, etc.).
- Se couvrir la bouche et le nez lorsque l'on tousse ou éternue, utiliser des mouchoirs ou son coude replié et se laver ensuite les mains.
- Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter immédiatement après à la poubelle.
- Éviter de vous toucher la bouche ou les yeux avec les mains.

## **Passeport vaccinal**

- Tous les participants et leurs accompagnateurs (membres de la famille, amis, équipe de soutien, etc.) qui se trouveront sur le site de l'événement et qui profiteront de ses installations devront faire valider leur preuve de vaccination à l'entrée de la salle d'enregistrement.
- Une fois leur preuve de vaccination validée, tous les participants et leurs accompagnateurs devront porter le bracelet remis sur place par l'organisation et devront le conserver pour toute la durée de l'événement.
- **Les participants et leurs accompagnateurs qui ne sont pas adéquatement vaccinés n'auront pas accès au site de l'événement et à ses installations.**

## **Procédures des départs**

- Faire la vérification de votre vélo (pressions des pneus, mécanique générale) à l'atelier mobile Quilicot.
- Remplir vos gourdes.
- Vérifier la météo pour vous habiller en conséquence.
- Il sera important pour tous les cyclistes de respecter l'heure de départ qui leur sera assignée.
- Les participants seront appelés à une heure précise par épreuve et par petit groupe de 10 cyclistes.
- Les cyclistes devront porter le couvre-visage lors du départ et le remettre à l'arrivée.
- Les cyclistes devront se placer un par un sur les marquages au sol de la ligne de départ. Une fois positionnés et prêts pour leur départ, ils pourront retirer leur masque ou couvre-visage.
- Les cyclistes partiront un à la suite de l'autre en respectant la distanciation de deux (2) mètres et le Code de sécurité routière.
- Lorsque que le groupe précédent aura quitté, les participants avanceront tout en gardant une distance de deux (2) mètres entre eux et les autres participants toujours en respectant les marquages au sol.
- Attendez le signal de départ.
- Les accompagnateurs devront respecter les consignes sanitaires en tout temps et ne seront pas admis dans l'aire de départ.
- Les contacts physiques non essentiels ne sont pas permis entre les participants, les bénévoles, le personnel et les accompagnateurs (ex.: caucus, poignée de main, accolades...).
- Les spectateurs présents doivent respecter la distanciation physique en tout temps. Le port du couvre-visage sur le site est fortement recommandé.

## **Procédures aux stations de ravitaillement et aux zones de transition**

- Suivre les indications pour l'accès aux cyclistes.
- Franchir la ligne de chronométrage et descendre du vélo dans l'aire d'accueil.
- Les participants se dirigeront vers l'aire de départ pour se préparer et/ou se reposer.
- Les participants enfourcheront votre vélo et continueront sur le parcours de façon sécuritaire.

**\*Les véhicules accompagnateurs auront accès à un endroit STRICTEMENT RÉSERVÉ à l'intérieur de la zone de transition qui n'est PAS le même que celui des cyclistes.**

### **Le ravitaillement sera opéré en style « buffet »**

- L'organisation opérera entièrement le service des stations de ravitaillement.
- Pour l'eau, l'organisation versera l'eau des cruchons directement dans leurs gourdes (qu'ils garderont en mains en les présentant au bénévole), et ce, sans contact.
- Il sera interdit de manipuler les aliments. L'organisation servira les participants.
- La circulation se fera à sens unique.
- L'accès et le nombre de personnes admis dans la zone seront contrôlé.

### **Procédures des arrivées**

- Suivre les indications pour accéder à l'aire d'arrivée :
  - o Le parcours guidera les participants pour traverser la ligne de chronométrage **\*\*AUCUN sprint d'arrivée ne sera toléré\*\***,
  - o Une fois la ligne d'arrivée franchie, le participant arrêtera et descendra de son vélo dans l'aire d'accueil.
- Un service de ravitaillement sera offert et opéré selon les mêmes procédures en vigueur aux autres ravitaillements.
- Les participants devront libérer l'aire d'accueil dès que possible pour laisser de la place aux prochains participants.

### **Remises des médailles**

- Dirigez-vous vers l'aire de remise de médaille et de la photo finale.
- Gardez une distance de deux (2) mètres entre vous et les autres participants dans la file d'attente.
- Prenez une médaille près du podium.
- Montez sur le podium et suivez les directives du photographe pour votre photo.
- Une fois la photo prise, le participant sera invité à descendre du podium afin de permettre une circulation fluide.

### **Avis concernant le stationnement de véhicules récréatifs**

En raison de la COVID-19, le stationnement P3 est fermé pour une durée indéterminée, donc il n'est plus possible de passer la nuit dans un stationnement de la Station Mont Tremblant. Les VR seront dirigés vers le fond du stationnement P2, mais ils ne peuvent pas y passer la nuit.

Des campings près de la Station sont ouverts :

<http://www.campingdiable.ca>

<https://www.campingdelamontagnedargent.com>

<https://www.parkbridge.com/fr-ca/rv-cottages/parc-la-conception>

# Merci à tous nos partenaires et fournisseurs

Présenté par



En collaboration avec



Partenaires majeurs



Partenaires



Fournisseurs



## Consignes générales

- Les participants inscrits au 808 km et au 404 km (24 heures en continu) doivent obligatoirement avoir **une équipe et un véhicule de soutien** pour les accompagner sur le parcours de 19 h 00 à 7 h 00 qui peuvent les ravitailler, les aider et assurer leur sécurité une fois la nuit tombée.
- **Vous devez obligatoirement faire identifier et inspecter votre véhicule au moment de procéder à votre enregistrement.**
- Pour les participants qui prennent part aux épreuves de jour seulement, l'équipe et le véhicule de soutien ne sont **pas obligatoires**, les participants seront alors en autonomie complète sur les parcours et tout au long du défi. Toutefois, le véhicule de soutien est permis; si vous en avez un, il sera soumis aux mêmes conditions d'identification et d'inspection.
- **Prévoir du ravitaillement** (eau, barres, gels, etc.) pour une distance minimum de 50 kilomètres.
- **Pas de relais possible** entre les stations de chronométrage.
- Prévoir les **vêtements nécessaires** (manches, manteau, imperméable, etc.) selon la météo.
- Disposer d'un **cellulaire** en tout temps (le chargeur sans fil est recommandé).
- Prévoir le transport vers **les relais (stations de chronométrage)** pour le participant qui prend le relais.
- Tous les **autocollants et panneaux d'identification** nécessaires pour le véhicule de soutien seront fournis par l'organisation et remis lors de l'enregistrement.
- **RÈGLEMENT DU MINISTÈRE DES TRANSPORTS :**  
Les équipes inscrites dans une épreuve en continu devront se procurer et utiliser un gyrophare de 19 h 00 à 7 h 00. Ce gyrophare devra être installé sur le toit du véhicule de soutien lorsqu'il suivra le participant durant la nuit. De plus, les cyclistes devront porter un dossard avec bandes réfléchissantes sur les parcours de 19 h 00 à 7 h 00.

# Collecte de dons

Le montant de dons exigé est défini selon le défi de chacun des participants.

Les participants qui n'auront pas atteint le montant minimum de dons, devront payer le montant manquant lors de l'enregistrement afin de pouvoir prendre part au départ.



# Enregistrement des participants

## Heures d'ouverture

**Jeudi 16 septembre : 16 h 00 à 21 h 00**

**Vendredi 17 septembre : 6 h 00 à 10 h 00 et 18 h 00 à 20 h 00**

**Samedi 18 septembre : 6 h 00 à 10 h 00**

**Lieu :** Chalet des Voyageurs – au pied du village piétonnier de la Station Mont Tremblant (accès par la terrasse).

**Adresse :** 1000, chemin des Voyageurs, Mont-Tremblant, QC

\*Tous les participants inscrits ainsi que les membres de l'équipe de soutien et les accompagnateurs désirant accéder au site de l'événement **devront obligatoirement passer par la salle d'enregistrement pour faire valider leur passeport vaccinal**. Une fois leur passeport vaccinal validé, chacun d'entre eux se verront remettre un bracelet qu'ils devront porter pour toute la durée de l'événement.

Il est **essentiel** pour les cyclistes qui feront un défi en continu d'aller faire identifier le véhicule de soutien **en même temps que l'enregistrement des participants**.

Nous suggérons fortement à tous les participants **de se présenter le jeudi 16 septembre pour leur enregistrement sur place pour les défis de 808 km, 404 km et 202 km ou d'arriver le vendredi ou le samedi au moins une heure avant leur heure de départ**.

## **La trousse du participant inclut :**

- le maillot officiel de l'événement,
- le cuissard officiel de l'événement pour ceux qui y ont droit,
- une puce pour le chronométrage,
- une plaque d'identification à mettre sur le vélo,
- un ensemble d'identification pour le véhicule de soutien (si applicable),
- un bracelet vous identifiant comme participant,
- un bracelet pour chaque membre de votre équipe de soutien ou pour vos accompagnateurs.



## Réunion des participants

**Judi 16 septembre : 19 h 00 à 20 h 00**

Chalet des Voyageurs

Session d'information **obligatoire** pour les participants qui feront le 808 km ou 404 km en continu (un membre par équipe du 808 km seulement). Les règlements y seront expliqués en détails ainsi que le déroulement des épreuves. Il s'agit d'une session d'information suivie d'une période de questions.

## Salon Planète Courrier

Le **Salon Planète Courrier** sera ouvert vendredi 17 septembre et samedi 18 septembre de 12 h 00 à 19 h 00.

Ce grand chapiteau sera adjacent à un grand parc gazonné muni de tables à pique-nique. Il pourra accueillir les participants ayant complété leur défi pour leur lunch. Les mesures sanitaires propres aux terrasses et restaurants seront mises en place. Le nombre de personnes pouvant y prendre place sera contrôlé, les tables et les chaises seront désinfectées entre chaque participant.

## Chronométrage

Une puce de chronométrage jetable sera remise à chaque participant.

Les résultats pourront être consultés en ligne sur :

<https://www.ms1timing.com/index.php?code=results&id=240>

## Lunch offert

Tous les participants qui terminent leur défi sont officiellement invités au chapiteau du Salon Planète Courrier pour une boîte à lunch offerte, dès 13 h le vendredi et le samedi 17 et 18 septembre.

## Horaire officiel

### Jeudi 16 septembre 2021

---

16 h 00 à 21 h 00	Enregistrement – Équipes et participants (NOUVEAU - Chalet des Voyageurs)
19 h 00 à 20 h 00	Réunion des participants (Chalet des Voyageurs)

### Vendredi 17 septembre 2021

---

6 h 00 à 10 h 00	Enregistrement – Équipes et participants (NOUVEAU - Chalet des Voyageurs)
7 h 00	Départ des 808 – Solo Départ des 404 Gravelle – 24h
7 h 05	Départ des 808 – Équipes de 2
7 h 10	Départ des 808 – Équipes de 4
7 h 15	Départ des 404 — 24h
7 h 20	Départ des 404 — (jour seulement)
7 h 25	Départ des 202
10 h 00	Départ des 125 Départ des Combo 240 route Départ des Combo 240 gravelle
10 h 15	Départs des 80 Départ des Combo 150
13 h 00 à 16 h	Lunch des participants (Chapiteau Planète Courrier — Parc de la Chapelle) Arrivées des participants du 80 km, 125 km, 202 km, combos 240 route et gravelle (Parc de la Chapelle)
18 h 00 à 20 h 00	Enregistrement – Participants (NOUVEAU - Chalet des Voyageurs)

### Samedi 18 septembre 2021

---

<b>6 h 00 à 10 h 00</b>	Enregistrement – Équipes et participants (NOUVEAU - Chalet des Voyageurs)
<b>7 h 00</b>	Départ des 404 — (jour seulement)
<b>7 h 05</b>	Départ des 202 Gravelle
<b>7 h 10</b>	Départ des 125 Gravelle
<b>7 h 15</b>	Départ des 90 Départ des Combo 240 Gravelle
<b>10 h 00</b>	Départ des 115 Départ des Combo 240 route
<b>10 h 15</b>	Départs des 70 Départs des Combo 150
<b>13 h 00 à 19 h</b>	Lunch des participants (Chapiteau Planète Courrier — Parc de la Chapelle) Arrivées des participants du 70 km, 90 km gravelle, 125 km gravelle, 202 km gravelle, 404 km, 808 km et des combos route et gravelle (Parc de la Chapelle)
<b>20 h 00 à 22 h 00</b>	Party du Défi (avec band) — (P'tit Caribou)

# Inspection des véhicules de soutien et des vélos

Vous devez vous présenter au bureau d'enregistrement (Chalet des Voyageurs) afin qu'un membre de l'organisation procède à l'inspection du véhicule et vous indique comment apposer le matériel d'identification sur le véhicule.

Tout le matériel nécessaire qui devra être apposé sur votre véhicule de soutien sera fourni par l'organisation lors de votre enregistrement. Hormis les équipements déjà obligatoires dans la liste de règlements (incluant le gyrophare à mettre sur le véhicule et le dossard avec bandes réfléchissantes à porter par le cycliste la nuit), vous devez prévoir un chargeur pour le téléphone qui servira au GPS.

Le matériel pour le vélo sera inclus dans votre trousse du participant.

## Les relais - stations de chronométrage

**Départs et arrivées : Station Mont Tremblant, Mont-Tremblant, QC**

Le Centre de villégiature Tremblant est le point central de l'événement.

La Place des Voyageurs sera le point de départ de toutes les catégories, sur le chemin des Voyageurs. Les arrivées se feront plus loin sur le chemin des Voyageurs. Les participants qui ont complété leur défi seront invités à quitter l'aire d'arrivée pour rejoindre la Zone des participants sur le terrain de la chapelle.

À la fin de chaque étape se trouve une station de chronométrage où chaque participant doit **obligatoirement** passer. Il s'agit aussi des seuls points de relais pour les équipes de deux et de quatre. Puisque le parcours est composé d'une boucle Sud et d'une boucle Nord, on retrouve trois stations de chronométrage distinctes (dites zones de transition pour les équipes) sur le parcours.

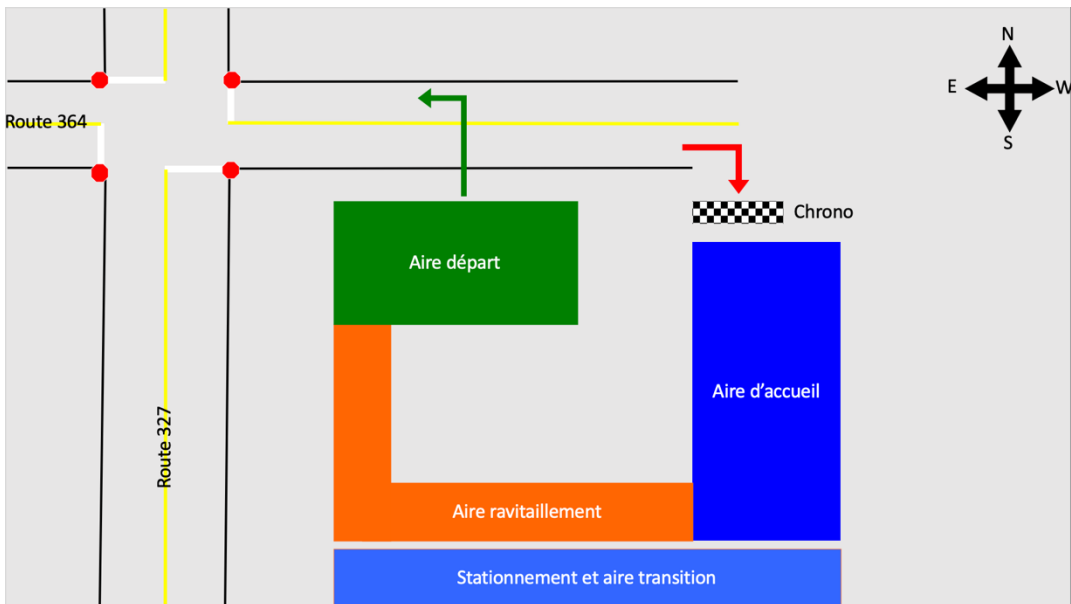
**Stations de chronométrage** : transition à environ chaque 100 km parcourus.

- [Arundel](#) (fin des étapes 1 et 5)
- [Station Mont Tremblant](#) (fin des étapes 2, 4, 6 et 8)
- [Saint-Donat](#) (fin des étapes 3 et 7)

## Ravitaillement

Des postes de ravitaillement intermédiaires seront accessibles et identifiés sur le parcours approximativement à tous les 50 km avec des collations et rafraîchissements. [Consulter les cartes des parcours](#) pour localiser ces points de ravitaillement intermédiaires.

## Exemple de station de chronométrage et de relais à Arundel





## Les parcours

Cette année, l'offre des parcours a été bonifiée comprenant des défis tant sur route que sur gravier. En plus de la boucle originale de 404 km, on compte les parcours sur route du 115 km, du 125 km, du 202 km, du 70 km et du 80 km (incluant les combo 240 et 150). Sur gravier, les défis comprennent le 90 km, le 125 km, le 202 km et le 404 km (incluant le combo 240 route et gravelle). Que ce soit en solo ou en équipe, chaque étape doit être complétée avant de passer à la suivante. À la fin de chaque étape, tous les participants transigeront par une zone de transition, appelée station de chronométrage, où ils pourront passer le relais à leur coéquipier ou se reposer avant de reprendre la route.

**\*Veuillez noter que les parcours ont changé en raison des dommages routiers causés par les pluies torrentielles du mois de juillet. Assurez-vous de télécharger les versions mises à jour sur le [site web](#).**

NOUVEAUTÉ : e-bike accepté pour toutes les épreuves à l'exception du 808 km et du 404 km.

### **Le 808 km**

Les participants devront compléter deux fois le parcours de 404 km, comportant quatre étapes, pour une distance totale de 808 kilomètres et un dénivelé de plus de 8 400 mètres. Le parcours traverse 17 municipalités des Laurentides, de Lanaudière et de l'Outaouais, et il est composé de huit tronçons d'environ 100 kilomètres chacun. Les stations de chronométrage d'Arundel, de Saint-Donat et de la Station Mont Tremblant seront l'occasion pour les équipes d'effectuer leurs transitions.

### **Le 404 km (sur route)**

Le parcours d'une distance de 404 kilomètres compte plus de 4 200 mètres de dénivelé. Composé de quatre tronçons d'environ 100 kilomètres chacun, le parcours se détaille comme suit : départ et arrivée à la Station Mont Tremblant, avec des stations de chronométrage à Arundel, Tremblant et Saint-Donat.

### **Le 202 km (sur route)**

Le parcours équivaut aux deux premières étapes de la boucle de 404 km. Les participants se dirigent d'abord vers Namur pour ensuite arriver à la station de chronométrage d'Arundel et repartent vers la Station Mont Tremblant.

### **Le 125 km (sur route)**

Sur le même parcours que les autres défis, les cyclistes se dirigeront vers Arundel. Une fois à Arundel, au lieu de poursuivre sur la boucle de 202 kilomètres, ils reviendront immédiatement vers Tremblant, pour un total de 125 kilomètres. La distance de 125 kilomètres doit être complétée en moins de 11 heures. Départ et arrivée à la Station Mont Tremblant.

### **Le 115 km**

Sur le même parcours que les autres défis, les cyclistes se dirigeront vers Saint-Donat en passant par le 8<sup>e</sup> Rang, le chemin Fleurant, puis par le Nordet. Une fois à St-Donat, au lieu de poursuivre sur la boucle de 202 km, ils reviendront immédiatement vers Tremblant. La distance de 115 km doit être complétée en moins de 11 heures. Départ et arrivée à la Station Mont Tremblant.

### **Le Combo 240 (sur route)**

Les cyclistes complètent la boucle du 125 km vers Arundel le vendredi et la boucle du 115 km vers Saint-Donat le samedi pour un total de 240 km. La distance de 125 km doit être complétée en moins de 11 heures le vendredi et la distance de 115 km doit être complétée en moins de 11 heures le samedi. Départ et arrivée à la Station Mont Tremblant.

### **Le 80 km (route)**

Ce parcours est une boucle qui traverse les municipalités de Brébeuf, de St-Rémi-d'Amherst, d'Arundel, de Barkmere, pour finalement revenir vers la Station Mont Tremblant.

### **Le 70 km (route)**

Le défi du 70 km consiste en un aller-retour qui part de la Station Mont Tremblant, en passant par le 8<sup>e</sup> Rang pour terminer sur le chemin pentu du Nordet.



### **Le Combo 150 (sur route)**

Ce défi combine les parcours du 80 km le vendredi et du 70 km le samedi.

### **Le 404 km (sur gravier)**

Les participants inscrits au 404 km gravelle doivent compléter deux fois une boucle de 202 km. Le parcours explore les chemins de gravier à l'ouest de la Station Mont Tremblant, près de la Réserve faunique de Papineau-Labelle. La boucle fait le tour du Lac Gagnon avant de revenir vers le Mont-Tremblant.

### **Le 202 km (sur gravier)**

Les participants inscrits au 404 km gravelle doivent compléter une boucle de 202 km. Le parcours explore les chemins de gravier à l'ouest de la Station Mont Tremblant, près de la Réserve faunique de Papineau-Labelle. La boucle fait le tour du Lac Gagnon avant de revenir vers le Mont-Tremblant.

### **Le 125 km (sur gravier)**

En partant de la Station Mont Tremblant, les cyclistes emprunteront les chemins de graviers en direction de La Conception. Ils feront le tour du Lac des Trois-Montagnes, du Lac Cameron et du Lac de la Sucrierie, avant de revenir sur leurs pas.

### **Le 90 km (sur gravier)**

Similaire au parcours du 125 km de gravelle, le défi du 90 km se contentera de compléter le tour du Lac Cameron avant de revenir vers la Station Mont Tremblant.

### **Le Combo 240 (sur route et gravier)**

Ce défi combine le 125 km sur route le samedi et le 90 km sur gravier le dimanche.

## Navigation

- La navigation et la connaissance des parcours sont essentiels et exige aux participants ainsi qu'à leur équipe de soutien d'être responsables;
- Le parcours sera identifié par des affiches aux intersections importantes sur la route. Cependant, un bon appareil de navigation GPS pour cycliste est recommandé pour s'orienter et bien compléter son défi.
- Toutes les étapes et fichiers du parcours sont disponibles sur « **Ride with GPS** ». Elles sont téléchargeables sur les appareils de navigation de style Garmin et également sur les téléphones intelligents de type iPhone ou Android. Elles peuvent être utilisées en temps réel ou téléchargées à l'avance.
- Les liens vers les étapes sont disponibles dans ce guide dans la section qui suit et [ici](#). Nous vous invitons à vous familiariser avec les étapes de votre défi et à imprimer les directions détaillées.

**\* Tous les véhicules de soutien doivent être munis d'un système de navigation de type GPS ou d'un téléphone intelligent à bord ainsi que d'un gyrophare.**

**Pour télécharger l'application nécessaire veuillez consulter l'ANNEXE 2.**

## Les étapes

### L'étape 1

#### **Tremblant - Namur – Arundel**

La première étape est la plus courte (93 km) et représente le plus faible dénivelé (883 m). À partir du départ de Tremblant, les participants empruntent la montée Ryan jusqu'à la route 323 qui les mène à travers les villages de Brébeuf et Amherst jusqu'à Namur. De là, les participants font demi-tour et remontent la route 323 jusqu'à Amherst pour emprunter le chemin Rockway Valley qui les mène dans un dernier sprint vers Huberdeau pour finalement terminer l'étape à la station de chronométrage et de ravitaillement d'Arundel.

### L'étape 2



#### **Arundel - Wentworth – Tremblant**

La deuxième étape, la plus longue (107 km), compte plus de 1129 m de dénivelé. Cette étape débute sur la route 327 sud et sillonne les plus belles fermes de la région. Le parcours fait une boucle à travers les villages de Lost River jusqu'à Montcalm, traverse le Lac des Seize-Iles pour revenir à Arundel et finalement, terminer au Centre de villégiature Tremblant où est située la station de chronométrage et de ravitaillement de Tremblant.

### L'étape 3



#### **Tremblant - Le Nordet - Saint-Donat**

La troisième étape est la plus costaute avec ses 119 kilomètres à parcourir. De Tremblant, les participants effectuent une petite boucle jusqu'au cœur du centre-ville de Saint-Jovite. Ensuite, ils longent le Lac Ouimet pour tourner sur le 8<sup>e</sup> Rang. De là, ils se rendent jusqu'au magnifique Lac Supérieur avant de prendre la mythique route du Nordet pour finalement terminer l'étape à Saint-Donat avec le tour du lac Archambault. La station de chronométrage et de ravitaillement est située au cœur du village de Saint-Donat.

## **L'étape 4**

**BARSALOU LAWSON RHEULT**

DROIT FISCAL | TAX LAW

### **Saint-Donat - Lac Ouareau - Tremblant**

La dernière étape avant de revenir à Tremblant débute le long de la route 125 sud et entreprend de faire le tour du lac Ouareau et par la suite, revient vers Tremblant en empruntant toujours la route du Nordet à travers la municipalité de Lac-Supérieur ainsi que le sinueux chemin Duplessis. Une dernière petite boucle à travers le vieux village de Tremblant par la montée Ryan et les participants complètent le parcours officiel et le Défi 404 de l'événement. Les participants inscrits au Défi 808 repartent pour une deuxième boucle sur le parcours de 404 km.

**\*Pour les participants du 808 km : les étapes 5-6-7-8 se parcourent dans le sens inverse qu'elles l'ont été dans les premiers 404 km.**

- **Étape 5 devient l'étape 2 en sens inverse.**
- **Étape 6 devient l'étape 1 en sens inverse.**
- **Étape 7 devient l'étape 4 en sens inverse.**
- **Étape 8 devient l'étape 3 en sens inverse.**



# ANNEXE 1

-

## RÈGLEMENT OFFICIEL DU DÉFI 808 BONNEVILLE

# INFORMATIONS GÉNÉRALES POUR TOUS

## Règles générales

Il est de la responsabilité de chaque participant de connaître et de se conformer au règlement.

Le Défi 808 Bonneville se déroule sur des routes publiques qui ne seront pas fermées pour l'évènement. Les participants partagent donc la route avec les véhicules automobiles et doivent rouler obligatoirement sur la voie d'accotement, en file. Les participants doivent en tout temps respecter le code de sécurité routière.

Une violation aux règlements sera considérée comme un comportement antisportif, non sécuritaire et sera sanctionnée par le directeur de course du Défi 808 Bonneville. Ce dernier a l'autorité en tout temps d'intervenir afin de maintenir la sécurité (1), l'équité (2) et l'intégrité (3) du Défi 808 Bonneville.

Toutes les personnes associées au Défi 808 Bonneville sont des ambassadeurs de l'évènement et doivent en tout temps se conduire d'une manière à refléter positivement les valeurs du Défi 808 Bonneville.

## Sécurité et urgences

La sécurité est la préoccupation la plus importante pour toutes les parties engagées dans le Défi 808. La sécurité prévaut au-dessus de toutes les autres règles. En situation d'urgence, veuillez contacter le 911 directement.

Tout accident, blessure ou abandon doit être communiqué à l'équipe du Défi 808 Bonneville le plus rapidement possible Jonathan Collin au (514) 346-7862.

## PARTICIPANTS

### Règlement du Défi

Afin d'être reconnu comme un participant qui a officiellement terminé le Défi, tous les inscrits doivent avoir complété la distance et toutes les étapes selon les limites suivantes :

- **Tous les défis de JOUR (70 – 80 – 115 – 125 – 202 – 240 – 404 de jour) route et gravelle**
  - Fin journalière : 19 h 00, aucun cycliste ne devra être sur la route après ce délai par mesure de sécurité
- **404 – 24 h en continu**
- Fin : samedi 18 septembre à 7 h 30
- **808 Solo - Équipe de 2 - Équipe de 4**
- Heure limite pour atteindre la station de chronométrage de l'étape 7 à Saint-Donat : samedi 18 septembre à minuit.

Le chronomètre ne sera arrêté en aucune circonstance.

Un participant ne doit pas recevoir aucune aide de type de poussée ou de propulsion par une autre personne ou un véhicule.

Les participants peuvent marcher ou courir s'ils le désirent, pourvu qu'ils conservent leur vélo avec eux.

Aucun participant ou voiture d'équipe ne doit bloquer ou entraver la progression d'un autre participant ou d'une autre voiture d'équipe.

### **Sillonnage ou rouler en peloton**

Les participants du 808 km et du 404 km en solo ne peuvent pas silloner. Tous les autres cyclistes peuvent rouler en groupe, maximum de 15 cyclistes en file, tel que prescrit par le code sécurité routière, tout en respectant le deux (2) mètres de distance entre cyclistes prescrit par la Santé publique.

Les participants doivent rouler en tout temps sur l'accotement de la chaussée.

### **Parcours**

Les coureurs doivent parcourir tout le tracé exactement comme décrit dans le guide du participant.

Chaque kilomètre de chaque parcours de chaque défi doit être parcouru par le participant ou un membre de son équipe de relais. Dans le cas d'une erreur de parcours, par exemple, un virage dans une mauvaise direction, le participant doit retourner à l'endroit exact où il a quitté le parcours et continuer de rouler à partir de ce point.

### **Vêtements**

- Le port du casque est obligatoire.
- Prévoir plusieurs vêtements de rechange adaptés selon la température annoncée.
- L'utilisation d'écouteurs est interdite.

## **RÈGLEMENT SUR LE VÉLO ET L'ÉQUIPEMENT**

Aucun vélo avec assistance électrique ne peut être utilisé pour le 808 et 404 km. Le e-bike est accepté pour tous les autres défis.

- Tous les vélos doivent être équipés d'un système de freins fonctionnels et d'une trousse de réparation.
- Tous les vélos doivent être identifiés avec le numéro du participant.
- Tous les vélos doivent passer l'inspection par les officiels du Défi 808 Bonneville.

**Il est fortement recommandé d'avoir un système de lumière et des piles de rechange.**

## **STATIONS DE CHRONOMÉTRAGE ET ZONES DE TRANSITION**

- Distanciation sociale de deux (2) mètres entre les bénévoles et les participants en tout temps.
- Des repères seront visibles pour respecter la distanciation sociale.
- Les véhicules accompagnateur auront un accès à un endroit **STRICTEMENT RÉSERVÉ** pour eux à l'intérieur de la zone de transition qui n'est PAS le même que celui des cyclistes.
  - Les cyclistes devront suivre les indications pour l'accès aux cyclistes.
  - Une fois la ligne de chronométrage franchie, ils devront descendre de leur vélo dans l'aire d'accueil.
  - Ils seront dirigés vers l'aire de départ pour se préparer et/ou se reposer.
  - Une fois prêts, ils continueront sur le parcours de façon sécuritaire.



## **PÉNALITÉS, DISQUALIFICATIONS ET ABANDONS**

La pénalité pour une violation de ces règlements est la disqualification, à moins qu'une pénalité de temps soit attribuée, à la discrétion du directeur de course.

La violation d'un règlement qui n'entraîne pas une disqualification entraînera une pénalité de temps pour les participants ou équipes qui devra être purgée à la station de chronométrage de Saint-Donat.

**Première offense : un total de 15 minutes**

**Deuxième offense : un total de 45 minutes**

**Troisième offense : DISQUALIFIÉ**

Tout abandon doit être communiqué au directeur de course du Défi 808 le plus rapidement possible au 514-346-7862

Pour toute question, veuillez contacter Jonathan Collin au (514) 346-7862. Nous considérons que les règlements sont clairs et que vous serez tenus responsables en conformité avec ceux-ci. Le non-respect des règlements entraînera une disqualification à moins qu'une pénalité de temps soit donnée.

## **RÈGLEMENT GÉNÉRAL POUR LES CYCLISTES SUR GRAVELLE**

Les parcours des défis sur gravelle traversent des zones sans réseau cellulaire et empruntent des chemins étroits et reculés. Par conséquent, le soutien mécanique et médical offert par l'organisation pour ces défis sera limité. Les participants inscrits aux épreuves sur gravelle sont donc conscients des risques inhérents que comportent ces défis. Les cyclistes inscrits aux défis sur gravelle seront responsables de contacter l'organisation afin de l'informer de leur progression sur les parcours ou en cas d'urgence seulement.

Par ailleurs, compte tenu de l'éloignement et de la difficulté d'accès de certaines sections du parcours, il n'y aura pas de stations de chronométrage ni de ravitaillement à mi-parcours. Les participants, et leur équipe de soutien le cas échéant, seront responsables d'avoir suffisamment de nourriture et d'eau pour la durée totale de leur défi. Les participants déclencheront le chronomètre une fois la ligne de départ traversée (Station Mont Tremblant). Leur temps total sera calculé une fois la ligne d'arrivée franchie (Station Mont Tremblant).

Pour la durée de votre défi, veuillez prévoir :

- un ensemble de d'outils pour des réparations mineures,
- des pièces de rechange (chambre à air, chaîne, etc.),
- au moins deux (2) litres d'eau et suffisamment de nourriture pour tenir durant l'intégralité de votre défi,
- un appareil GPS, un téléphone cellulaire et un chargeur sans fil,
- l'itinéraire imprimé du parcours.

En cas de chute, de blessure ou de toute autre urgence nécessitant une aide immédiate (impliquant vous-mêmes ou un autre participant), composez d'abord le 911, puis contactez l'organisation au 514-346-7862.

## **INFORMATIONS GÉNÉRALES POUR LES CYCLISTES ROULANT 24 HEURES EN CONTINU (808 KM et 404 KM)**

### **Règles générales**

Tous les participants et l'équipe de soutien doivent signer le formulaire de consentement et d'acceptation des conditions avant le début du Défi 808 Bonneville.

La présence à la réunion pré-défi **est obligatoire** pour un membre par équipe ou le participant inscrit individuellement. La capacité de la salle étant limité, l'accès à la réunion sera contrôlé par un bénévole qui aura en mains la liste des personnes pouvant y assister.

Les membres de l'équipe de soutien doivent en tout temps respecter le code de sécurité routière; (arrêts obligatoires aux feux de circulation, aux panneaux d'arrêts, et rouler le plus possible à droite, etc.).

Dans l'idée de respecter l'esprit sportif, les membres d'une équipe de soutien ont le devoir de venir en aide à n'importe quel participant à n'importe quel moment.

Les participants et leur équipe de soutien sont en autonomie pendant tout le long d'une étape et sont dans l'obligation d'assurer leur propre sécurité en tout temps.

Si vous voyez un autre participant ou membre de l'équipe de soutien commettre un geste non sécuritaire ou antisportif, vous devez prévenir un officiel du Défi 808.

Tous les véhicules de soutien doivent transporter une trousse de premiers soins complète et un téléphone mobile.

## **Sillonnage ou rouler en peloton**

Le sillonnage, ou rouler en peloton, n'est jamais permis pour les épreuves du 808 km et 404 km solo.

L'espace suivant doit être maintenu entre deux participants, à l'exception d'un dépassement :

- a) lorsqu'il roule sans la voiture d'équipe : 15 mètres d'écart (longueur de 3 voitures) entre un autre cycliste ou une voiture;
- b) lorsqu'il roule avec une voiture d'équipe : 100 mètres d'écart. Il doit y avoir assez d'espace entre deux participants pour que le trafic derrière puisse dépasser confortablement le participant et sa voiture d'équipe au même moment.

## **RÈGLEMENTS SUR LE VÉLO ET L'ÉQUIPEMENT**

### **Vélo**

#### Visibilité

En roulant la nuit (entre 19 h 00 et 7 h 00), chaque vélo doit être équipé d'un système fonctionnel et légal de lumière avant et arrière et ce système doit être EN MARCHÉ de 19 h 00 à 7 h 00 (sauf pour les participants du 404 de jour seulement).

- Tous les vélos doivent être équipés d'un phare avant (lumière blanche 300 lumens minimum) qui doit être allumé en tout temps.
- Tous les vélos doivent être équipés d'un feu arrière (rouge), qui doit clignoter et être visible à 200 mètres.

#### Bande réfléchissante

Lorsqu'ils rouleront la nuit, les participants devront porter sur eux ou sur leur vélo du matériel réfléchissant visible dans les quatre directions.

- Tout vélo devra avoir au minimum du ruban adhésif réfléchissant.
- Haubans de selle (minimum ¼ po de large par 3 po de long) Fourches - chaque côté (minimum ¼ po de large par 3 po de long).
- Pédalier (visible du côté).
- Pédales ou souliers (visible de l'arrière).
- Roues (3 à 4 sections de 1 po à 3 po de long - ne pas appliquer sur la surface de freinage)

Note : collez d'abord du ruban électrique sur toutes les surfaces afin de bien retirer le ruban adhésif réfléchissant après l'évènement.

## **ÉQUIPE DE SOUTIEN – 808 km et 404 km (24 heures en continu)**

Chaque participant ou équipe doit obligatoirement avoir une équipe de soutien qui doit être composée d'au moins deux personnes, autres que les participants de l'épreuve individuelle et du relais à deux.

Une personne doit être désignée capitaine de l'équipe de soutien. Elle agira à titre de porte-parole de l'équipe et du participant.

Les membres de l'équipe de soutien ne doivent pas courir ni marcher aux côtés, devant ou derrière leur participant, pour aucune raison (sauf pour offrir du ravitaillement pendant la période de jour).

Le véhicule de l'équipe de soutien ne doit pas créer un avantage pour les participants en coupant le vent de face ou de côté.

Les équipes de soutien ne doivent pas nuire à la circulation automobile.

Les équipes de soutien ne doivent pas nuire au parcours des autres participants et de leur équipe de soutien.

Les véhicules de l'équipe de soutien ne doivent pas se garer ou être sur le parcours à proximité des cyclistes pour les 12 premiers kilomètres de l'épreuve (route 323 jusqu'à l'intersection de la route 117). Les participants devront faire leurs propres réparations mécaniques sur les 12 premiers kilomètres du Défi.

### **Conduite de jour**

Les véhicules accompagnateurs de l'équipe soutien ne doivent en aucun moment suivre les participants durant le jour (de 7 h 00 à 19 h 00). La progression du véhicule de soutien pendant le jour se fait par dépassement (leapfrog). Le véhicule se stationne un kilomètre à l'avant du participant et attend que celui-ci le dépasse et soit hors de vue avant de reprendre sa route de manière sécuritaire.

Lorsqu'il est arrêté, le véhicule de l'équipe de soutien doit se garer complètement à l'extérieur la route, avec les clignotants d'urgence actionnés sur le véhicule.

## **Conduite de nuit**

Si les membres de l'équipe de soutien ne sont pas disponibles pendant la nuit, pour quelque raison que ce soit, le cycliste ne peut pas poursuivre sa route et doit demeurer dans le véhicule de soutien.

Tous les participants doivent toujours être suivis par le véhicule de soutien de la façon la plus directe (10 m) et la plus sécuritaire qu'il est permis la nuit. Lorsqu'il suit un participant, le véhicule de l'équipe de soutien doit être le plus à droite possible afin de permettre aux autres conducteurs de voir et de dépasser le véhicule.

Il ne peut jamais y avoir deux véhicules de l'équipe de soutien ou plus derrière un participant. Le caravanage, ou deux véhicules d'équipe derrière un participant, est strictement interdit.

# VÉHICULE ACCOMPAGNATEUR

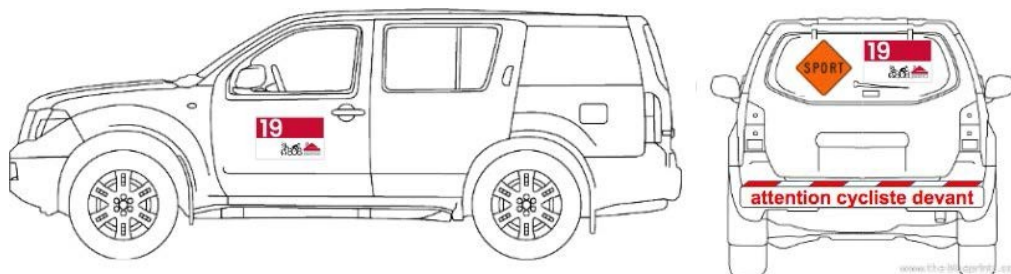
Les véhicules des équipes de soutien doivent être équipés des articles suivants :

Le panneau « SPORT » (T-50-7) indiquant la présence d'une activité sportive sur un chemin public rétro-réfléchissant orange fluorescent doit avoir une dimension minimale de 750 mm sur 750 mm (fourni par l'organisation)

Trois autocollants magnétiques doivent être installés sur les véhicules accompagnateurs (deux côtés et un en arrière – fourni par l'organisation). Un autocollant avec l'inscription « ATTENTION CYCLISTE DEVANT » installé derrière le véhicule. Le lettrage doit avoir 6 pouces de haut, et doit être rouge réfléchissant sur un fond blanc (fourni par l'organisation).

Les clignotants d'urgence doivent être allumés en tout temps pendant la nuit (19 h – 7 h) lorsque le véhicule accompagnateur suit le participant.

- Une trousse de premiers soins de base.
- Téléphone attribué (remettre numéro à l'organisation) avec l'application de tracking téléchargée (voir procédure en annexe).
- Chargeur de téléphone.
- GPS avec parcours téléchargé (ou téléchargé dans le téléphone intelligent).
- Eau et nourriture pour les cyclistes et personnel de soutien.
- Copie papier des directions routières (cue sheets).
- Dossard réfléchissant.
- Gyrophare.
- Lampe de poche ou frontale.



véhicules récréatifs (VR) ou fourgonnettes de camping ne sont pas acceptés en raison de leur largeur excessive. Le véhicule de soutien idéal est une mini-fourgonnette.

Les véhicules de soutien ne peuvent pas tirer de remorque d'aucune sorte.  
Tous les véhicules accompagnateurs doivent avoir une preuve d'assurance valide.

# SOMMAIRES DES INSPECTIONS OBLIGATOIRES

## Validation de l'inspection du vélo

Lumières et bande réfléchissantes

\_\_\_\_\_ Phare avant (lumière blanche 300 lumens minimum) visible à 200 mètres

\_\_\_\_\_ Feu arrière (rouge qui doit clignoter) visible à 200 mètres

\_\_\_\_\_ Piles de recharge

\_\_\_\_\_ Haubans de selle (minimum ¼ po de large par 3 po de long)

\_\_\_\_\_ Fourches - chaque côté (minimum ¼ po de large par 3 po de long)

\_\_\_\_\_ Roues (3 à 4 sections de 1 po à 3 po de long)

\_\_\_\_\_ Pédalier (visible du côté)

\_\_\_\_\_ Pédales ou souliers (visibles de l'arrière)

\_\_\_\_\_ Casque homologué

\_\_\_\_\_ Numéro d'équipe sur la tige de selle

\_\_\_\_\_ Dossard avec bandes réfléchissantes (pour les épreuves en continu seulement)

## Validation de l'inspection du véhicule

Véhicule : marque, modèle et couleur

\_\_\_\_\_ Numéro de plaque d'immatriculation \_

\_\_\_\_\_ Panneau « Activités sportives » (T-50-7) à l'arrière du côté gauche

\_\_\_\_\_ Trois autocollants magnétiques (deux côtés et un arrière)

\_\_\_\_\_ Un panneau « ATTENTION CYCLISTE DEVANT » à l'arrière

\_\_\_\_\_ Clignotants d'urgence fonctionnels

\_\_\_\_\_ Trousse de premiers soins de base

\_\_\_\_\_ Gyrophare

Commentaires

---

---

L'inspection de l'officiel du Défi 808 Bonneville est finale. Si votre inspection d'équipement n'est pas satisfaisante, une seconde inspection sera nécessaire avant de prendre le départ.

Signature de l'officiel du Défi 808 Bonneville

---

---

Date \_





# **ANNEXE 2**

—

# **APPLICATION GPS SUIVI EN TEMPS RÉEL**

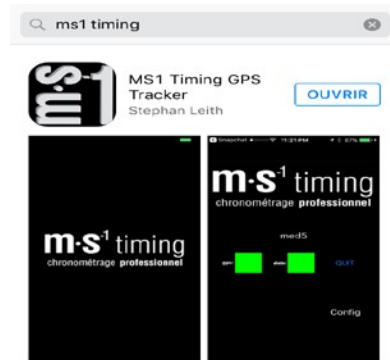
# APPLICATION GPS – SUIVI EN TEMPS RÉEL

Téléchargement de l'application GPS sur un téléphone intelligent

## INSTALLATION

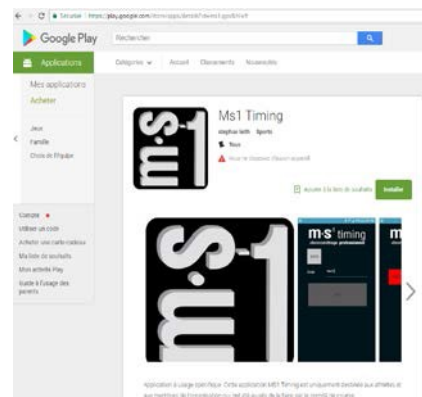
**iPhone – Assurez vous d'utiliser la dernière version sur le AppStore**

1. Aller sur AppStore
2. Rechercher: Ms1 Timing (voir capture d'écran ci-joint)
3. Installer l'application
4. Accepter le suivi GPS/localisation "lorsque l'application est active"
5. Appuyer sur OK



**Téléphone Android – Assurez vous d'utiliser la dernière version de l'Application**

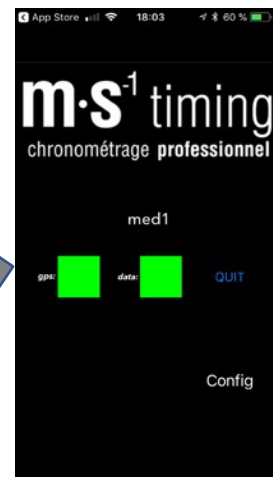
1. Allez sur Google Play application
2. rechercher: Ms1 Timing (voir capture d'écran ci-joint)
3. Installer l'application
4. Accepter le suivi GPS/localisation
5. Appuyer sur Ok



## ENTREZ VOTRE CODE

1. Code : Entrer le Numéro/code qui vous a été fourni par l'organisation
2. Appuyer sur « Retour/Done »
3. Appuyer sur « Go »
4. **Vous devriez avoir les 2 carrés VERT** et "Quit"
5. Mettre l'application en arrière plan sans la fermer

2 carrés verts =  
On peut vous  
suivre!



## PROBLÈMES COURANTS

GPS Vert ou rouge et Data gris = Code non entré ou vous n'avez pas appuyé sur « Go »

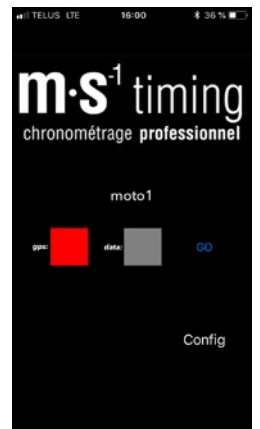


GPS rouge ou Gris = Localisation de GPS non activé

- Allez dans Réglages/confidentialité/Service de Localisation/MS1 timing : Lorsque l'app est active

ou

Absence de signal GPS (p. ex. dans un centre des congrès, hôtel, etc.)



Data Rouge (sans message): il n'y a pas de service de données sur le téléphone ou Zone sans couverture cellulaire;

Data Rouge avec message : Code entré incorrect,

Pour changer le code entré, appuyer sur « Config » pour revenir à l'écran précédent.

