

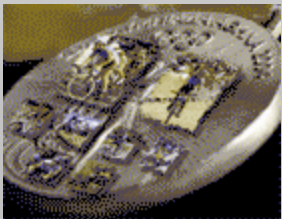


Novembre 2005

Lancement de notre nouvelle section ROULEZ GAGNANTS !

Louis Barbeau - La FQSC est heureuse et fière de lancer une nouvelle section sur son site Internet, www.roulezgagnants.net

Cette section, destinée aux jeunes de 6 à 16 ans, comporte une foule d'informations permettant aux membres et non-membres d'en connaître davantage sur les différentes disciplines cyclistes, de même que sur certains athlètes de haut niveau, dont Lyne Bessette et Marie-Hélène Prémont. Venez prendre connaissance du programme En tandem vers l'excellence... Vous désirez en savoir plus sur la compétition cycliste, vous avez le goût de relever des défis, cette section est toute désignée pour vous.



www.roulezgagnants.net

NOS PARTENAIRES

Éducation,
Loisir et Sport
Québec

sports
experts

LOUIS GARNEAU®

18
ARGON

SG
CANADA

AGA de la FQSC

Pierre Blanchard – La FQSC a tenu ses commissions d'orientation et son assemblée générale annuelle au Mont Sainte-Anne le 5 novembre dernier. Nous tenons dans un premier temps à remercier toutes les personnes qui ont participé aux différents ateliers tout au long de cette journée. La richesse d'une fédération réside dans la quantité et la qualité des personnes qui la composent, tant au niveau de ses membres, des bénévoles qui siègent sur les différents comités, que de l'ensemble de ses membres qui s'impliquent avec passion. À cet égard, je peux réaffirmer une fois de plus que la FQSC est une organisation privilégiée.

Commissions d'orientation

Lors de la commission d'orientation sectorielle dans le secteur route et piste, outre le Bilan de l'année 2005, les trois ateliers suivants ont eu lieu :

- Le développement en région (Louis Barbeau)
- Le cyclisme sur piste (André Michaud)
- Les compétitions sur route (Geneviève Marcotte)



L'Équipe FQSC à votre service

Les échanges se sont avérés très positifs dans l'ensemble et permettront assurément de jeter des bases solides pour la prochaine année. Merci une fois de plus à tous les participants !

Suite aux commissions d'orientation sectorielles, s'est tenue une commission d'orientation intersectorielle, lors de laquelle ont été présentés la nouvelle structure permanente de la FQSC, la nouvelle image de la FQSC (logo, slogan et nouvelle section www.roulezgagnants.net), ainsi que les infos relatives à la demande de licence en ligne à compter de 2006.

AGA

Lors de l'Assemblée générale, outre l'adoption des rapports d'activités et financier, les délégués ont entériné les modifications aux règlements généraux portant principalement sur la composition et le fonctionnement des différents comités. Nous sommes convaincus que ces changements permettront d'assurer un meilleur support à la permanence de la FQSC tout en donnant un maximum de services à nos membres. Le CA a par ailleurs profité de l'occasion pour souligner et remercier certains membres qui sont impliqués depuis cinq ans ou plus au sein d'un comité de la FQSC. Encore une fois, on ne saurait vous remercier suffisamment !

Voici enfin la composition du Comité directeur qui assurera le suivi des dossiers dans le secteur route et piste

- Vice-président route et piste : André Michaud
- Directeur des événements : Guy Marcotte
- Directeur du développement et de l'élite : Geneviève Marcotte
- Directeur des commissaires : Louise Lalonde
- Directeur handisport : Henry Lévy
- Directeur de la piste : René Kosko

Félicitations aux personnes élues et merci de votre implication !



L'AGA

Mérites cyclistes québécois

LB – La FQSC a honoré le 6 novembre dernier les athlètes et autres artisans du cyclisme québécois qui se sont particulièrement illustrés au cours de la dernière saison. Comme c'est le cas à chaque année, le choix des méritants s'est avéré une fois de plus très difficile, et la FQSC tient à souligner le travail inlassable de nombreux intervenants de même que le haut niveau de performances de nombreux athlètes à tous les niveaux. Encore une fois, félicitations à tous et plus particulièrement à nos gagnants :

Athlète par excellence masculin

Dominique Perras (Webcor)

Athlète par excellence féminin

Audrey Lemieux (Quark)

Athlète handisport par excellence

Jean Quevillon

Athlète Relève masculin

Eric Boily (Volkswagen Trek)

Athlète Relève féminin

Karol-Ann Canuel (Amos)

Athlète Espoir masculin

Jean-Samuel Deshaies (Amos)

Athlète Espoir féminin

Geneviève Bourgeois (Acidose Lactique)

Athlète Maître masculin

Michel Détry (Cycles Régis)

Athlète Maître féminin

Antonietta Lembo (Ottawa Bicycle Club)

Entraîneur

Vincent Hudon (Longueuil)

Officiel

Réjean Giguère (Beauport)

Club de haute performance

Gypco Télé-Annonces

Club de développement

Sherbrooke

Organisation nationale – internationale

Tour de Beauce

Organisation prov. – interprovinciale

Grand Prix Charlevoix

Bénévoles (Prix Richard Michaud)

Marcel Messier (Montréal)

PRIX DE DISTINCTION

Champion du monde sur piste – Masters

Gérard-Louis Robert

Médaillé – Champ. Européens Open

Pierre-Olivier Boily et Stéphane Côté

Médaillé – Jeux CP-ISRA

Jean Quevillon

Jeux du Québec – Champion

Geneviève Bourgeois



Quelques récipiendaires
(photos : Normand Caron)

Photos disponibles :

<http://www.fqsc.net/excellence/Merite2005.htm>

Merci également à tous les parrains qui se sont associés à cette activité en supportant une ou plusieurs catégories.

Chaîne hôtelière partenaire

La FQSC et la chaîne Quality et Comfort Inn mettent à la disposition des licenciés de la FQSC un tarif sportif préférentiel. Lors de votre prochaine réservation dans un hôtel Quality ou un Comfort Inn au Québec, vous pourrez avoir accès à un rabais en mentionnant le code tarifaire de la FQSC : **WFQSC**

Téléphone sans frais : 1-877-57-HOTEL (1-877-574-6835)

Voici les coordonnées des 28 hôtels associés : <http://www.comfortqualityquebec.com>



BY CHOICE HOTELS BY CHOICE HOTELS

Gala Sports-Québec

LB – Voici la liste des finalistes en sports cyclistes dans le cadre du 33^e Gala annuel de Sports Québec.

Marie-Hélène Prémont

Athlète internationale féminine
(vélo de montagne)

Audrey Lemieux

athlète canadienne féminine
(cyclisme sur route)

Francis Morin

athlète québécois masculin
(vélo de montagne)

Eric Van den Eynde

entraîneur
(cyclisme sur route et piste)

Vélirium 2005 – Coupe du Monde UCI

événement international
(vélo de montagne)

Les gagnants du Gala 2005 seront connus lors de la soirée du 21 décembre prochain, qui sera diffusée sur les ondes de RDS à compter de 20h00. Félicitations et bonne chance à tous nos finalistes!



Marie-Hélène Prémont
Finaliste

Athlète internationale féminine

52-12 est réalisé par la section route et piste de la FQSC.
Comment nous rejoindre?
Téléphone: (514) 252-3071
Télécopieur: (514) 252-3165
Courriel: rp@fqsc.net
Site internet: www.fqsc.net

Cyclisme handisport

Les Championnats canadiens chez nous !

Chantale Philie – La première ébauche du calendrier national est parue cette semaine. Sans grande surprise, nous pouvons certifier maintenant qu'au niveau handisport, le Championnat canadien de route aura lieu à Québec du 29 juin au 2 juillet 2005, intégré au Championnat junior, espoir, élite et maître. Les pistards, eux, se retrouveront la semaine suivante (7 au 9 juillet) à Bromont pour le Championnat canadien de piste junior, maître et handisport.

Pour ceux qui n'ont jamais assisté à des courses de cyclisme pour les athlètes ayant un handicap, l'invitation est maintenant lancée et officielle ... Et pour ceux qui sont impliqués dans le milieu, le message est clair : nous devons profiter de cette occasion pour faire la promotion du sport et s'assurer d'une présence importante sur les lignes de départ. Nous sommes une des seules provinces où le développement du cyclisme handisport est important, nous devons donc nous assurer de mousser la participation au maximum et se servir de la présence des athlètes de haut niveau chez nous pour motiver et encourager ceux qui commencent.

Suivez les détails sur notre site Internet pour de plus amples informations.



Le cyclisme handisport
Plus qu'un sport, une vie!

Temple de la renommée du cyclisme québécois

LB – Le Temple de la renommée du cyclisme québécois a accueilli le 6 novembre dernier trois nouveaux membres, soit un athlète et deux bâtisseurs. Cela porte à 38 le nombre d'athlète et 32 le nombre de bâtisseurs intronisés depuis sa création en 1986. Mentionnons par ailleurs que deux d'entre eux ont été intronisés à la fois comme athlète et bâtisseur.

Les personnes intronisées cette année sont **Dany Deslongchamps** dans la catégorie « athlète », ainsi que **Patrice Drouin** et **Chantal Lachance** dans la catégorie « bâtisseur ». Voici un court résumé de leur contribution au cyclisme québécois. Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le site Internet de la FQSC au www.fqsc.net à la section Temple de la renommée sous la rubrique Excellence.

Coureur cycliste du milieu des années 70 au début des années 90, **Dany Deslongchamps** a connu une belle carrière au début des années 80 qui aurait pu lui valoir un contrat professionnel en Europe. Membre de l'équipe canadienne lors de plusieurs championnats du monde sur route et aux Jeux du Commonwealth en 1982, il possédait des qualités de rouleur indéniable qui faisaient de lui la locomotive des équipes de contre-la-montre. Parmi sa centaine de victoires en carrière, notons particulièrement la Classique Paris-Vierzon et le Circuit Bousaquin au niveau international, sans compter plusieurs épreuves de niveau national, comme le Grand Prix Marc Blouin et le Grand Prix de Beauport.



Patrice Drouin est du nombre des artisans des premières heures au niveau du développement du vélo de montagne au Québec. Et il n'a jamais cessé depuis. Après avoir créé l'Association de vélo de montagne du Québec au milieu des années 80, son organisation a joint la FQSC en 1990. Au cours des années qui ont suivi, il a fondé Gestev qui est devenu une référence au niveau international dans l'organisation d'épreuves de la Coupe du Monde de vélo de montagne. Toujours aussi passionné par son sport, il contribue toujours à l'essor de cette discipline au Québec et partout ailleurs dans le monde.

Impliquée dans le vélo de montagne depuis la fin des années 80, **Chantale Lachance** a créé, avec Patrice Drouin, Gestev au début des années 90. Outre ses qualités indéniables au niveau de l'organisation d'épreuves de niveau international en vélo de montagne, elle est également commissaire au niveau international depuis de nombreuses années. C'est par ailleurs à titre de commissaire en chef des épreuves de cross-country qu'elle a officié lors des Jeux olympiques d'Athènes en 2004. Toujours aussi passionnée de son sport, elle est l'un des artisans les plus respectés dans cette discipline.



En route vers le Tour !

Propos recueillis de Charles Dionne.



Après quelques semaines de repos actif, j'ai repris sérieusement l'entraînement autour du 1^{er} novembre, en combinant entraînement sur ordinateur, musculation et sorties à l'extérieur lorsque la température le permet. J'irai prochainement à Santander, au nord de l'Espagne, au début décembre pour rencontrer les dirigeants de ma nouvelle formation, Saunier Duval Prodir, et discuter de la prochaine saison de compétition. Je passerai par la suite quelques semaines à Benidorm, au sud de l'Espagne, pour m'entraîner avant de revenir au Québec pour les Fêtes. Je ne sais pas encore quelles courses je serai appelé à disputer, mais je sais toutefois que ma préparation des prochains mois sera particulièrement importante. On m'a déjà indiqué qu'il est possible que je sois de l'alignement de l'équipe lors du Tour du Qatar (2.1), qui aura lieu du 30 janvier au 3 février. Il s'agira probablement de mon premier véritable test et j'entends bien me préparer et démontrer ce que je suis capable de faire. Les choses commencent à prendre forme, et j'ai bien hâte de goûter au peloton européen.

En tandem vers l'excellence

LB – S'inspirant du programme aux « Jeux du Québec, on recrute des champions pour l'avenir », la FQSC a décidé d'introduire le programme « En tandem vers l'excellence » qui consiste à offrir à un athlète la possibilité d'être jumelé à un athlète de haut niveau pendant une année entière. Nous croyons que ce programme servira de motivation aux jeunes athlètes sélectionnés à poursuivre leur cheminement et prendre éventuellement la relève de l'élite d'aujourd'hui. Un athlète a été choisi dans chacune des catégories, basé sur l'ensemble de ses performances au cours de la dernière saison (Jeux du Québec, Coupe du Québec, Championnat du Québec). Le parrainage d'une durée d'un an permettra aux athlètes choisis de vivre l'expérience au quotidien d'un athlète de haut niveau. Ce programme annuel se veut donc à la fois une occasion de reconnaître nos jeunes athlètes en développement, ainsi que les athlètes d'élite qui, par leurs performances sur les scènes nationale et internationale, inspirent les cyclistes québécois.

Voici un résumé des particularités du programme de parrainage « En tandem vers l'excellence » :

- Communication téléphonique ou par courriel entre le parrain et son athlète tout au long de l'année ;
- La parrain assistera à au moins une compétition de l'athlète sélectionné au cours de la saison qui suit, et lui prodiguera des conseils ;
- L'athlète sélectionné assistera à au moins une compétition de son parrain ;
- L'athlète sélectionné aura la possibilité de s'entraîner à quelques occasions avec son parrain (selon les disponibilités).

Je tiens à remercier tous les athlètes qui ont accepté avec empressement d'agir comme parrain ou marraine au cours de la prochaine année. Vous pourrez trouver les CV des athlètes et de leurs parrains et marraines à la rubrique Champions de la nouvelle section www.roulezqagnants.net

Voici en terminant les noms des athlètes et parrains sélectionnés pour la prochaine année.

Cyclisme sur route

Catégorie	Nom de l'athlète	Club	Parrain/marraine
Pee-wee F	Tessa Collard	Espoirs de Laval	Karol-Ann Canuel
Pee-wee G	Charles Thibodeau	Dynamiks de Contrecoeur	Dominique Perras
Minime F	Geneviève Bourgeois	Acidose Lactique	Lyné Bessette
Minime G	Jean-Samuel Deshaies	Amos	Kev en Lacombe
Cadet F	Laurie-Anne Dupont-Renaud	Espoirs de Laval	Audrey Lemieux
Cadet G	Simon Lambert-Lemay	Longueuil	Dominique Rollin

Cyclisme sur piste

Catégorie	Nom de l'athlète	Club	Parrain/marraine
Minime F	Angela Chieco	Sherbrooke	Katy St-Laurent
Minime G	Jean-Mathieu Bédard	Sherbrooke	Martin Gilbert
Cadet F	Laurie-Anne Dupont-Renaud	Espoirs de Laval	Audrey Lemieux
Cadet G	Stéphane Cossette	Acidose Lactique	Yannick Morin



Vous pourrez trouver les CV des athlètes et de leurs parrains et marraines à la rubrique Champions de la nouvelle section

www.roulezqagnants.net

Lyné Bessette, championne canadienne de cyclo-cross



Photo : www.canadiancyclist.com

CP – En gagnant le Championnat canadien de cyclo-cross le 5 novembre dernier à Hardwood Hills, en Ontario, Lyné Bessette s'est automatiquement qualifiée pour les Championnats du monde de cyclo-cross, qui auront lieu aux Pays-Bas à la fin janvier.

Lyné avait choisi de prendre une année plus tranquille après les derniers Jeux olympiques, avant d'entamer un prochain cycle olympique en vue des Jeux de Pékin en 2008. Ayant choisi de ralentir la cadence, l'athlète de Knowlton souhaitait participer à des activités ou courses selon ses choix, ses goûts et son intérêt, afin de se changer les idées. C'est donc dans la poursuite de son année de transition, ponctuée néanmoins de très bonnes performances sur route et en vélo de montagne, qu'elle a cumulé 12 victoires consécutives en cyclo-cross, discipline qu'elle affectionne et qui la change de la route un peu. Un « challenge » différent pour terminer cette année de transition et se mettre bien en selle pour les prochains Jeux du Commonwealth, qui se tiendront à Melbourne (Australie) au mois de mars prochain.

Le fameux i-magic de Tacx

Guy Thibault, Ph.D., Secrétariat au loisir et au sport - Tacx, fabricant hollandais des rouleaux haut de gamme les plus vendus au Québec, offre depuis quelques lunes, le modèle i-magic qui, en plus d'afficher en temps réel votre puissance de pédalage, vous transporte dans l'extraordinaire monde de la réalité virtuelle. Si vous possédez déjà le modèle Flow de Tacx, vous pouvez acheter un kit de mise à niveau i-magic qui vous offrira des heures de plaisir en vous plongeant dans le monde de la réalité virtuelle. Représenté à l'écran, vous pourrez vous confronter à des adversaires que vous aurez programmés à votre guise... ou à des cyclistes bien réels (munis du même équipement). Votre nouveau truc high-tech simule fort bien, en 'jouant' avec la résistance imposée à la roue arrière de votre bécane, toutes les situations qui peuvent se présenter lors de véritables séances en plein air : côtes, relais, attaques, etc.

Rélié à votre ordinateur, votre Tacx i-magic gère votre environnement d'entraînement avec une intelligence inouïe, ce qui n'empêche pas un 'pas-à-ite-sur-les-pitons' comme moi de l'installer convenablement en un rien de temps. Il vous permet de générer vos propres parcours d'entraînement ou des parcours mythiques – Alpe d'Huez, Tourmalet et autres Galibier – ou de fixer vos fréquences ou intensités cibles d'entraînement sans vous donner de maux de tête. Et les plus machos d'entre nous peuvent communiquer leurs performances par le Net aux autres membres de la 'secte' Tacx. Mais attention, pour vous assurer d'avoir une mesure fidèle et précise de votre puissance de pédalage, je vous recommande de prendre le temps de bien étalonner votre appareil, ce qui se fait sans encombre grâce à la géniale fonction de votre bidule, prévue à cet effet. Personnellement, ce que j'utilise le plus, c'est le mode qui me permet de pédaler à puissance pré-fixée, quelle que soit ma cadence de pédalage : la résistance imposée s'ajuste automatiquement. Elle augmente si j'adopte une cadence basse; inversement, elle diminue si je me mets à moudre à haute cadence. Ainsi, pas moyen de tricher; si vous fixez la puissance à x watts, vous devrez rouler à x watts, quoi qu'il advienne! Le prix de ce bijou ? Moins de 2 000 \$ CDN.



Tacx i-magic
Photo : <http://www.tacx.com>

La saison des prix de fin d'année

Pierre-Etienne Grégoire, président ACVQ. Contrairement à l'an dernier, très peu de coureurs se sont déplacés pour participer à l'assemblée générale de l'ACVQ. L'exécutif prend une partie du blâme, ayant sans doute avisé les membres un peu trop tardivement de la tenue de notre réunion annuelle. Cependant, je note que la proximité de la soirée des mercredis de Laval de Joe Cappadocia ne semble pas avoir été un facteur, puisque la participation a été plutôt faible.

Dans ce contexte, nous allons faire deux ajustements pour la prochaine année. D'abord, déterminer et annoncer beaucoup plus tôt en saison la date de l'assemblée générale. Puis, nous allons sans doute abandonner le traditionnel brunch et le remplacer par quelque chose de plus modeste (croissant et café, par exemple). Puisque l'association en assumerait principalement les coûts, le prix des billets ne serait plus un facteur limitant la présence des membres à l'assemblée.

Pour la première fois de son histoire, un membre féminin de l'ACVQ s'est vu attribuer un trophée perpétuel : Julie Marceau a été désignée la révélation de l'année et s'est vue remettre le trophée Évariste Lavoie. Par ailleurs, Marc Côté a été élu par ses pairs comme le plus gentilhomme. Les autres gagnants ont été Robert Duguay (le plus amélioré) et Gérard-Louis Robert (exploit de l'année et meilleur pistard).

Pour 2006, j'ai accepté un troisième mandat à la présidence de l'association. Antoine Bécotte revient après sa sabbatique et l'exécutif accueillera Stéphane Lebeau à titre de directeur. Malgré le départ de Henry Lévy, ce dernier m'a assuré de sa précieuse collaboration sur certains dossiers ponctuels.

En terminant, la FQSC a entériné les recommandations de l'ACVQ : Michel Déty et Antonietta Lembo ont été désignés maître de l'année 2005 lors du Gala du Mérite cycliste québécois.



Antonietta Lembo
maître féminine de l'année



Pierre-Etienne Grégoire accepte le
prix de maître masculin de l'année au
nom de Michel Déty

Quelques dates importantes à retenir

LB Le Québec demeure le leader au niveau de la tenue d'épreuves nationales et internationales au Canada. Voici quelques dates importantes à inscrire au calendrier 2006.

Dates	Nom de l'épreuve	Endroit	Sanction	Catégories
28 au 30 avril	Défi Sportif	Montréal	IPC / UCI	Tandem, LC, CP, CM
27 mai	Coupe du Monde féminine	Montréal	UCI – CM	Femmes Élite
29 mai au 1 ^{er} juin	Tour du Grand Montréal	Montréal	UCI	Femmes Élite
13 au 18 juin	Tour de Beauce	St-Georges	UCI – 2.2	Hommes Élite & Espoir
21 au 25 juin	Coupe de la Paix (4 courses)	Montréal	ACC	Hommes et Femmes
29 juin au 2 juillet	Champ. Canadiens sur route	Québec	ACC	Jr, Sr, Ms, Hand
7 au 9 juillet	Champ. Canadiens sur piste	Bromont	ACC	Cad, Jr, Ms, Hand
18 au 23 juillet	Tour de l'Abitibi	Val d'Or	UCI – SC	Hommes Junior
12 août	Québec – Trois-Rivières	Québec, T. Riv.	ACC	Femmes, Jr H, Ms B-C
13 août	Montréal – Québec LG	Montréal, Québec	ACC	Hommes, Ms A
26 au 27 août	Capital Classic	Ottawa, Hull	ACC	Hommes et Femmes
8 au 10 septembre	Champ. Canadiens sur piste	Dieppe N-B	ACC	Élite Homme et Femme
18 novembre	Champ. Canadiens cyclo-cross	Nanaimo, BC	ACC-UCI	Jr-Sr-Femme

Voici certaines dates préliminaires quant au calendrier des différents Championnats québécois sur route et sur piste en 2006.

Dates	Nom de l'épreuve	Endroit	Catégories	Organisateur
29 et 30 juillet	Champ. Québécois sur piste	Bromont	TC	FQSC
5 août	Champ. Québécois CLM équipe	Ste-Marthe	Jr, Sr, Ms	ACVQ / VCOM
19 et 20 août	Champ. Québ. route Espoir et Hand	Saguenay	Espoir et Hand	Acidose Lactique
2 et 3 septembre	Champ. Québécois route Élite	Beauce	Jr, Sr, Ms	Tour de Beauce


Lance Armstrong sera à Montréal le 7 mars prochain

Power Withing organise une tournée de conférence au Canada où Lance Armstrong sera de passage à Montréal le 7 mars prochain en compagnie de 6 autres conférenciers.

Le tarif régulier pour assister aux conférences est de 389\$ et Power Withing propose un tarif FQSC au montant de 189\$ plus taxe pour pouvoir assister aux conférences qui auront lieu au Palais des Congrès le 7 mars 2006 de 8h30 à 17h30.

Pour plus d'information : http://www.powerwithin.com/FR_FQSC-rr.pdf

Vous pouvez également contacter Rick Del Rosso à 1-866-994-2555 Ext. 228



FQSC The Power Within
A Passion For Life

Lance Armstrong

MONTRÉAL • Mars 7, 2006 • 8:30 AM - 5:30 PM