LÉGENDE

Cross-country (XC)
Faible dénivelé, terrain vallonné, montées et descentes balancées (50 % montée, 50 % descente)

Enduro (*all mountain*)
Fort dénivelé, terrain plus abrupte, majoritairement en descente (30 % montée, 70 % descente)

Descente
Fort dénivelé, remontée mécanisée, en descente seulement (90 % descente)

Niveaux de difficulté

- Idéal pour l'initiation et la découverte
- Demande une maîtrise minimale des habiletés de base (posture, freinage, moulinage)
- Demande une excellente maîtrise des habiletés de base et des manœuvres avancées
- Exige une excellente maîtrise globale, secteur à haut niveau de risque

Services offerts par les centres

- wifi
- Ateliers de mécanique
- Location de vélo
- Station de lavage de vélo
- Service de restaurant
- Service de bar
- Toilettes
- Douches
- Camping
- Hébergement
- Parc d'habileté
- Pumptrack
- Services de guide
- Services de coaching

Services de proximité

- Ateliers de vélo
- Épicerie
- Microbrasserie
- Restaurant
- Camping
- Hébergement
- Station de vidage
- Propane
- Remplissage d'eau potable
- Attraits locaux

Saint-Raymond-de-Portneuf

SERVICES DE PROXIMITÉ

- Ti-oui Snack bar
- Pizzeria Paquet
- Micro Le Roquemont
- Mundial
- Sushi M

- Métro St-Raymond
- Provigo

- Hôtel Roquemont
- Camping Etsanha
- Camping Shannahan
- Camping Plage Saint-Raymond
- Camping Claire Fontaine
- Vallée Bras-du-Nord

- Frenette Bicyclettes
- Sports Experts Saint-Raymond

- Parc naturel régional de Portneuf
- Réserve faunique de Portneuf
- Station touristique Duchesnay
- Fromagerie Alexis de Portneuf
- Parc riverain de la Sainte-Anne

VALLÉE BRAS-DU-NORD

SECTEUR SHANNAHAN

SECTEUR SAINT-RAYMOND

Adulte : 18,26 $ + tx
Enfants : 11,31 $ + tx

La Coopérative propose un très vaste réseau de 100 km de vélo de montagne réparti dans 2 sites : Shannahan et Saint-Raymond. Les deux secteurs proposent des expériences complètement différentes.

SECTEUR SHANNAHAN

À 20 minutes du village de Saint-Raymond-de-Portneuf, après quelques kilomètres de chemin de terre, on atteint la vallée « à l'état sauvage ». Les débutants comme les experts profiteront du vaste terrain de jeu de 70 km de singletracks. Reconnu pour la beauté des paysages, tout, là-bas mérite d'être observé : forêt boréale, collines de débris glaciaires, falaises vertigineuses, rivières, chutes et cascades.

C'est aussi une destination multi-activités familiale par excellence avec ses kilomètres de sentiers de randonnée pédestre, la descente de rivière en eau calme, le canyoning, la via ferrata sans compter l'offre d'hébergement séjour en camping, en refuge, en yourte ou en chalet.

On aime pour…
- la qualité du réseau
- les paysages exceptionnels
- l'ambiance familiale
- l'offre variée en plein air
- l'accès à la rivière

S'attendre à …
- des sentiers propres et roulants
- faire beaucoup de kilométrage, de longues sorties

Bon à savoir
- Pas de réseau cellulaire
- Pas de services de proximité à moins de 25 km
- Prévoir un sac à dos complet (sécurité, réparation, nourriture, eau)
- Idéalement, rouler accompagné
- Prévoir plus d'une journée pour explorer le secteur
- Chasse-moustique idéal en mai et juin

Voir la carte des sentiers

SECTEUR SAINT-RAYMOND

À proximité du village, dans un décor champêtre, c'est la vallée « côté campagne ». Ce sont 30 km de sentiers étroits, bien découpés, répartis sur deux petites montagnes : le Mont Laura et le Mont Suisse. Une succession de courtes montées et de descentes pleines de flow à enchaîner, avant de savourer une pinte à la microbrasserie à l'arrivée des sentiers. C'est le secteur idéal pour les cyclistes de niveau intermédiaire qui ont envie d'une sortie de fin d'après-midi après une journée de travail.

On aime pour…
- l'accessibilité pour une sortie rapide
- le faible dénivelé pour un maximum de plaisir
- la fluidité des sentiers
- la proximité des services
- l'ambiance d'après sortie à la microbrasserie

S'attendre à …
- de courtes montées
- de belles descentes roulantes
- un terrain de roches et de racines, plus technique

Bon à savoir
- en plein coeur de Saint-Raymond, tous les services sont à proximité
- il est très facile de boucler, une, deux ou trois fois (pourquoi pas ?) chaque montée-descente

Photo : Francis Fontaine

Photo : Francis Fontaine

SECTEUR SHANNAHAN

CROSS COUNTRY

15 km, 2h

Sentier Delaney
Sucre d'orge
Beurre d'érable

Très aimé des familles et des néophytes, le coin des sucrées appelé «Tartosuc» est idéal pour l'initiation, la pratique et la prise de confiance. Itinéraire plutôt facile qui se termine par la combinaison des sentiers de pistes très roulantes, parfaites pour les familles ou ceux qui veulent s'initier au vélo de montagne. Un petit parc d'habiletés a été développé dans le secteur pour le bonheur des petits et grands.

Prévoir un arrêt lunch pour manger à la chute Delaney pour une expérience complète.

22 km, 3h

Sentier Delaney
Boulevard à Gérard
Grande Évasion
Poulaski
Coulée Douce
Barbe à Gendron
Sentier Delaney
Sucre d'Orge
Tire d'érable
Beurre d'Érable

Enchaînement de sentiers faciles à intermédiaires qui traversent la terrasse alluviale sur la rive ouest de la rivière Bras-du-Nord. Prévoir une petite pause à la Chute à Gilles ou à la chute Delanay.

27 km, 3h30

Rang Saguenay
Neilson Est
Neilson Nord
Neilson Sud
Rang Saguenay

Les «3 Neilson» entrent sans contredit dans la catégorie des sorties épiques ! Les cyclistes plus expérimentés y trouvent leur compte entre la complexité technique du terrain et la diversité de paysages, tous aussi idylliques les uns que les autres. Bonne nouvelle : fini la Côte à Ti-Oui ! En juillet, une nouvelle montée *single-track* de 5 km ira rejoindre le départ de la Neilson Est.

ENDURO

18 km, 2h30

Sentier Delaney
Grande évasion
Aurore
Boréale
Aurore
Légende
Grande évasion
Sentier Delaney

Montée longue et soutenue, l'Aurore offre un magnifique parcours en S jusqu'au sommet. De là part la Boréale, une descente fluide, parsemée de sauts, drops, ponts et obstacles naturels. La Légende compte parmi les sentiers épiques du Québec. Le paysage, le niveau de difficulté et la finale aux abords de la chute en font une sortie inoubliable, haute en couleurs. L'option double losange de la Légende, pour experts seulement, mène à des obstacles sans voies de contournement dont des dalles de roche abruptes, des sauts et des *gaps* qui méritent d'être étudiés avant de se lancer.

SECTEUR ROQUEMONT

CROSS COUNTRY

8 km, 1h30

Sentier Roquemont
Pente-Côte
Monsieur Roland
Sentier du Roquemont

Enchaînement de sentiers débutants-intermédiaires assez larges, avec peu de dénivelé. Une belle boucle pour s'initier.

18 km, 2h30

Sentier Roquemont
Pente-Côte
Roche-Mère
Coq-Rond
Montée du Belvédère
Cervin
Coq Rond
Écho des Juliens
Coq-Rond,
Sentier du Roquemont
Remonte-Pente
Sabot de la vierge
Sentier du Roquemont

Circuit qui mène jusqu'à l'Écho des Juliens, en passant par le mont Suisse. Les bonnes montées, parfois abruptes, seront récompensées par des descentes fluides et rapides où les virages s'accumulent. Un beau tour du proprio !

14 km, 2h

Sentier Roquemont
Pente-Côte
Talayarde
Sentier du Roquemont
Coq-rond
Montée de Berne
Grand Eggen
Coq-Rond
Sentier du Roquemont
Remonte-Pente
Éloi des bois
Chemin à Doris
Pente-Côte
GévuGézu
Pente-Côte
Sabot de la vierge
Sentier du Roquemont

Cet itinéraire amène les cyclistes aguerris à tester leurs habiletés techniques dans des montées techniques et abruptes. Les descentes sont courtes, fluides, parsemées d'obstacles naturels (roches, racines, sauts, drops, etc) et hautes en intensité.

ENDURO

8 km, 1h

Sentier Roquemont
Pente-Côte
Jolie Jaëlle
Chevalier
Chevalier (retour)
Sentier Roquemont
Remonte-Pente
Roche-Mère
Sentier du Roquemont
Remonte-Pente
Sabot de la vierge
Sentier du Roquemont

Des sauts, des *berms*, de la vitesse et beaucoup de *flow* dans cette boucle rapide et fluide. Ici, on peut s'amuser à boucler pendant des heures. Le faible dénivelé de la montagne et les courtes descentes s'enfilent sans difficulté et le plaisir, chaque fois renouvelé. Un endroit parfait pour pratiquer ses habiletés en descente.

12km, 2h

Sentier Roquemont
Pente-Côte
Tourilli
Sentier du Roquemont
Coq-rond
Montée de Berne
Valais
Tablerone
Coq-Rond
Sentier du Roquemont
Remonte-Pente
Remonte-Pente (sommet)
La Mauvaise
Remonte-Pente (sommet)
Tommy L'Paquet
Chemin à Doris
Sabot de la vierge
Sentier du Roquemont

Pour cyclistes aguerris, cet itinéraire met à l'épreuve les habiletés techniques et exigent une excellente maîtrise des manœuvres avancées autant au sol que dans les airs. Pour les amateurs de sauts, dalles de roche, *drops* et ponts. La Mauvaise est le sentier le plus difficile du secteur, une analyse du terrain est fortement recommandée.

Photo : Francis Fontaine

Photo : Francis Fontaine