

ANTOINE DUCHESNE
DANS LA COUR DES GRANDS

PROJET KARIBU
2 000 KM... EN SKI DE FOND!

DÉJOUER LES ALLERGIES
ALIMENTAIRES EN VOYAGE

AVENTURES

à faire rêver!

ÎLES SPORTIVES À DÉCOUVRIR
REDÉCOUVREZ NOS PARCS NATIONAUX
PÉDALER AUX ÎLES DE LA MADELEINE
+ **NOTRE NOUVELLE CHRONIQUE HIMALAYENNE**

**5 APPLICATIONS SPORTIVES
ESSENTIELLES**

**S'ENTRAINER AU TRAVAIL
FAST FOOD (SANTÉ!)
POUR ATHLÈTES**

[ÉQUIPEMENT]
QUÉBEC PLEIN AIR INC.
SAC À DOS EFFICACES
TOUT POUR CUISINER DÉHORS

ES
C
O
R
S
E

plein air ▲ voyages ▲ découvertes



PÉDALER CONTRE VENTS ET MARÉES

PAR FRÉDÉRIQUE SAUVÉE

C'est indéniable, les Îles de la Madeleine sont bénies du dieu Éole! Mais en surveillant les prévisions météorologiques, on peut partir à deux roues dans le même sens que les vents et bénéficier d'un sacré coup de pouce sur ces longues routes côtières. Une expérience inoubliable à vivre sur les trois îles principales de l'archipel madelinot.

L'ÎLE DU HAVRE-AUBERT

Pédaler sur le tronçon de la route 199, entre l'île du Cap-aux-Meules et l'île du Havre-Aubert, avec la mer pour horizon sur plus de 180°, procure une sensation à la fois étrange et exaltante. Ce long ruban d'asphalte se déroule le long de l'interminable dune du Havre-aux-Basques, fragile barrière de sable qui se dresse contre les assauts répétés des vagues. Cette route sur laquelle il est si délicieux de rouler par une paisible journée peut se révéler un défi de taille un jour de grand vent, comme il en existe tant aux Îles de la Madeleine. Elle est pourtant la seule et unique voie d'accès à l'île du Havre-Aubert, pointe sud de l'archipel madelinot. Depuis la selle de son vélo, il est fréquent d'y observer d'un côté, les baigneurs de la baie de Plaisance qui se baissent pour ramasser les plus beaux coquillages du Québec, de l'autre, les « kitesurfeurs » dansant élégamment sur la pointe des vagues soufflées par les vents. Puis le sable blanc laisse place au gazon vert qui tapisse les collines du Havre-Aubert. Celles-ci sont ponctuées de jolies maisonnettes aux murs colorés qui forment le village de l'île sud. Une trentaine de kilomètres s'affichent au compteur et midi sonne l'heure d'une pause gourmande. Le Café de la Grave est l'étape tout appropriée pour recharger ses batteries au son d'un concert de violon et de guitare improvisé par les propriétaires. Cette enseigne fait partie du site historique de la Grave, une enfilade d'anciens bâtiments de pêche reconvertis en boutiques d'artisans et de restaurants.

L'ÎLE DU CAP-AUX-MEULES

Centre névralgique de la vie aux Îles de la Madeleine, l'île centrale abrite trois villages au charme singulier : Cap-aux-Meules (la « capitale » des îles de la Madeleine où accostent les traversiers), L'Étang-du-Nord avec son petit port et son épave de bateau réhabilitée en œuvre d'art et Fatima qui donne accès à l'immense plage de la Dune-du-Nord. Un circuit cycliste sur route permet de relier ces trois attraits madelinots tout en sillonnant tantôt la campagne, tantôt la côte dénichetée et ses belles falaises rouges. Au départ du port de Cap-aux-Meules, les deux-roues ont le loisir d'emprunter la piste cyclable qui longe la baie de Plaisance en direction de Gros-Cap. Deux choix ensuite : atteindre la côte ouest via les petits chemins résidentiels (Le Pré, Chiasson, Molaison) ou bien faire un détour par l'église Saint-Pierre-de-La Vernière tout en bois d'un blanc éclatant. Il ne faudra pas manquer non plus la Butte-du-Vent (ascension à pied) pour découvrir un superbe panorama de 360 degrés sur les îles. Les amateurs de bières locales continueront leur chemin vers la microbrasserie À l'abri de la Tempête, au bout du chemin Coulombe, tandis que les autres préféreront s'arrêter au petit port de L'Étang-du-Nord et ses boutiques de cerfs-volants. À mi-chemin de cet itinéraire, le Cap-du-Phare est un lieu tout indiqué pour un pique-nique dégusté face aux embruns salés de la mer. S'ensuit une série de collines à grimper puis à redescendre comme seules les îles peuvent en offrir. Un vrai délice à savourer depuis son guidon. Une pause sera amplement méritée au Cap-de-l'Hôpital, dans les environs de Fatima, qui donne accès à une plage à perte de vue. Il n'est pas rare que les cyclistes y côtoient des cavaliers venus chevaucher sur le sable blanc et doux de la Dune-du-Nord. La boucle se termine sur les hauteurs du Grand-Ruisseau, point de vue épatant sur Cap-aux-Meules et ses gros bateaux de croisière ancrés dans le port. Une jolie sortie, facile et accessible à toute la famille, totalisant une trentaine de kilomètres.

L'ÎLE DU HAVRE-AUX-MAISONS

Situé au nord de l'archipel, le secteur de Havre-aux-Maisons offre une mosaïque de paysages aussi variés que l'archipel compte d'accents différents! Tante Emma, une humoriste originaire de la Pointe-aux-Loups et devenue ambassadrice des îles, a d'ailleurs fait des drôles de prononciations des Madelinots le sujet principal de son spectacle. On prononcera alors désormais Havig-Maisons puisque les insulaires ont l'habitude de supprimer les « r », et on roulera sur ses chemins de gravaille (ou gravelle en bon québécois).

Plus sérieusement, le tronçon qui traverse cette île est court, mais époustoufflant. Si l'on souhaite s'écarter de la circulation (existante, mais peu dangereuse) de la route 199, les cyclistes peuvent faire un léger détour par le chemin de la Pointe-Basse et apprécier le spectaculaire panorama sur les Échoueries et la Butte-Ronde qui est digne des plus beaux décors des Highlands écossais! La route débouche ensuite sur la plage de la Dune-du-Sud et rejoint la Route verte (la 199). S'ensuit une longue et venteuse étape le long de la route principale qui relie entre elles les îles du Havre-aux-Maisons, Pointe-aux-Loups, Grosse-Île et Grande-Entrée. Un itinéraire de rêve, entre ciel et mer, pour ceux qui aiment les routes du bout du monde. Après avoir véritablement fait corps avec la mer le long de la Dune-du-Nord, le parcours conduit à Grosse-Île, bastion anglophone dans une mer d'Acadiens, puis à Grande-Entrée qui offre plusieurs lieux de pique-nique ou de restauration face au panorama, par temps clair, des îles centrales et du sud. Du côté du golfe du Saint-Laurent, on pourra descendre quelques minutes de sa selle à la pointe Old-Harry où le sable blanc de la plage se fond dans le bleu gris de la mer déchainée. Superbe!

Cet itinéraire, du port de Cap-aux-Meules jusqu'à la pointe de la Grande-Entrée, représente une soixantaine de kilomètres. Il est indispensable de réserver les services d'une navette pour revenir au point de départ. ☒

