



 2014 

français

## Introduction

**GranFondo** signifie « grande fondation »

**GranFondo** signifie « grande randonnée »

**GranFondo** signifie des sections chronométrées

**GranFondo** est né du ski et de la course de fond, idée que l'Italie et la France

**GranFondo** représente des distances de 160 km, mais offre également Corto/Medio

Les Italiens sont « tifosi » de la Maratona, alors que les Français « sont fous » de L'Étape et de La Marmotte, qu'ils appellent des *cyclosporives*. Ces dernières sont généralement organisées sur des routes célèbres à travers des cols, et ont inspiré le King Ridge GranFondo de Levi et la Valley First GranFondo d'Axel, prouvant ainsi que nous nous y sommes pris d'engouement... *Grazie Italia...* Mais le lien commun est un *gruppo* à la recherche d'un défi allant au-delà d'une longue journée de vélo, donnant l'apparence et l'impression d'un tour avec ses arches, ses banderoles et son départ énergique, des zones de ravitaillement et les échappées du peloton, le tout se terminant par une fête et une exposition, se régaland de nourriture et de breuvages délicieux tout en cherchant à savoir qui a fait quoi sur quel vélo tout au long du parcours qu'ils viennent de conquérir.

### Pourquoi GranFondoOttawa

La cure de toute randonnée, c'est l'évasion vers la variété; choisissez donc votre défi ~ **Corto/Medio/Gran/Supr**, randonnée ou course, attaquez-vous au **Defi Individuel**, venez avec un ami ou trouvez-vous un nouveau partenaire de route, faites-en un objectif, préparez-vous et récoltez tous les prix.

On a aussi un **Defi Equipe** pour les groupes, clubs, equipe ou des ami qui veux faire le deif ensemble.

Mangez plus que la normale... Un objectif ou un événement pour se garder indemne et contrôler sa ligne.

**GranFondoOttawa** est une solution de rechange sans souci, sans besoin de mettre votre vélo en caisse et vous envoler au loin, mais qui vous permettra de répondre à votre désir de vivre un **Fondo** dans le cadre d'un événement bien de chez NOUS... pour créer ensemble un événement annuel, le long de routes tranquilles et magnifiques en appréciant un parcours bien soutenu pour repousser nos limites!

**GranFondoOttawa ~ ReggioCapitale** aura lieu le **19 Juillet 2014** et correspondra avec le **Tour de France** pendant 23 jours en juillet, offrant [4] choix de parcours pour mettre votre volonté à vous préparer au défi. Mais ne serez toutefois pas seul, puisque nous vous aiderons à vous entraîner, nous vous offrirons un plan et des conseils nutritifs, et nous organiserons des randonnées la semaine et la fin de semaine jusqu'au jour du **Fondo**.

Vous adorerez la **GiroPreFesta** qui vous donnera l'énergie nécessaire pour la randonnée, une **GiornoJaveFesta** pour commencer la journée, un **PaccoDiFama** pour prendre la tête du peloton et une **FondoFesta** pour récompenser nos efforts après la randonnée, **grazie!**

**Pédalez à fond, ressentez la puissance, voyez grand, GranFondo!**

## ***Pourquoi ReggioCapitale***

Judicieusement nommé ***ReggioCapitale*** en l'honneur de notre capitale nationale, ***GranFondoOttawa*** est un festival cycliste doté des parcours les mieux équipés et les mieux soutenus d'Ottawa et de la vallée pendant une *grande randonnée* dans les zones cultivées, le long d'hectares devenus des banlieues au passé historique qui ont contribué à modeler notre ville et à créer la ***ReggioCapitale***.

Nous traversons à vélo avant d'entrer dans la région de chalets du lac Mississippi, en route vers le magnifique comté de Lanark et les villes historiques de Perth, de Balderson et de Lanark. Nous nous dirigeons ensuite vers les terrains ondulés et majestueux de Lanark Highlands qui nous éblouissent par les plus beaux parcours de l'Ontario, pour ensuite pédaler vers l'est en direction de Mississippi Mills et des ville de d'Almonte. Enfin, en retournant vers la Silicon Valley du Nord, nous circulons sur d'autres routes classiques et champêtres qui présentent des paysages dorés balayés par le vent, avant de donner un dernier coup de pédale pour goûter aux fruits de notre labeur avec nos collègues cyclistes pour récapituler les événements de la journée, discuter de voyages passés et futurs et comparer nos notes à savoir qui participaient à la randonnée et à quelle vitesse ils roulaient.

## ***L'événement***

~ Une randonnée « *de ville en ville* » au thème champêtre dans la vallée de l'Outaouais sur des routes tranquilles ***CortoFondo/65K***, ***MedioFondo/100K***, ***GranFondo/170K*** + ***SuprFondo/220K***.

~ Offre un parcours plus que centenaire plus long doté de quatre sections chronométrées, dont Lanark Highlands et Almonte, pour mettre vos limites à l'épreuve, à votre guise, sans compter le ***defi Individuel ou Equipe***.

~ On se dirige vers le sud-ouest, en direction d'Ashton, du parcours ***Corto*** avant de retourne a Manion Corners avant de retourne a Kanata. On visite Carleton Place au parcours ***MedioFondo*** et du parcours ***GranFondo*** on visite Perth avant que Almonte aussi. Pour le ***SuprFondo*** apres Perth on fait un détour pour visiter la région de Lanark Highlands à Tatlock at Clayton, histoire d'ajouter quelques kilomètres de plus en terrain ondulé. On pédale ensuite [come des autres] vers Almonte puis on retourne vers la zone d'arrivée en passant par Carp et Kanata.

## ***L'expérience VIP***

~ Partagez une *birra* à la ***GiornoJaveFesta*** ou à la ***FondoFesta***, ou roulez aux côtés de l'un de nos VIP membres du ***PaccoDiFama***, qui met en vedette des cyclistes professionnels, des joueurs de la LNH et des athlètes olympiques.

~ Fraternalisez avec le ***PaccoDiFama*** dans la première rangée de la grille de départ désignée, buvez une Beau's sur glace dans la zone d'arrivée spéciale et profitez d'un service personnalisé à la ***GironoJaveFesta*** et à la ***FondoFesta***.

## ***Defi Individuelle/DefiEquipe***

~ Attaquez-vous individuelle ou avec un equipe au parcours du **GranFondo** ou du **SuprFondo** et relevez le défi [facultatif] de nos quatre sections chronométrées allant de 1 km à 5 km vous offrant suffisamment de kilomètres entre les deux pour récupérer et vous préparer à la section suivante. On a aussi deux sections pour le **MedioFondo**

~ Vous pourrez vous chronométrer à l'aide de votre bracelet avec puce électronique grâce aux tapis électroniques placés au départ et à l'arrivée de la course, en plus de pédaler dans différentes combinaisons de longueurs de parcours et d'inclinaisons afin de repousser vos limites.

Entrer dans une équipe de 10+ personnes et économisez **5%** [capitaine de l'équipe obtient casquettes et chaussettes] ou saisissez une équipe de 20+ personnes et économisez **10%** [capitaine de l'équipe obtient casquettes et chaussettes et manchettes]

## ***La randonnée et la Festa***

~ Jeudi après-midi : collecte de trousse et exposition sur l'événement ou fait un tour

~ Jeudi soir : **GiroPreFesta** [Brookstreet Hotel]

~ Vendredi a Midi **CorsaClinicaSpeciale**

~ Vendredi après-midi : collecte de trousse et exposition sur l'événement

~ Samedi : exposition avec spéciaux sur la marchandise

~ **GiornoJaveFesta** avec émission en extérieur [AC]

~ Départ à 7h/SuprFondo 8h/GranFondo 9h/MedioFondo 10h/CortoFondo

~ Ravitaillement à Ashton, Carleton Place, Perth, Lanark, McDonald's Corners, S Lavant, Clayton, Almonte, Manion Corners et Carp

~ **FondoFesta** préparée par Mike Moffatt [Beckta/Play/Gezellig]

~ Boissons pour adultes offertes

~ Spectacle sur scène [**FestaMusica**]

~ **SeraFesta**

~ **Presentation DefiEquipe 1/2/3**

~ **Presentation DefiIndividuel 1/2/3/4/5 MF**

## ***La proposition de valeur***

Cela comprend :

~ Maillot fait sur mesure doté d'une glissière pleine longueur [ensemble complet facultatif dans la section « L'équipement »]

~ Musette de ravitaillement [sac de cyclistes] remplie de produits de cycliste

~ Bracelet avec puce électronique pour chronométrage

~ Soutien technique/voitures-balais sur le parcours [2 fourgonnettes]

~ Soutien technique aux ravitaillements

~ Exposition avec prix spéciaux sur la marchandise

~ **GiornoJaveFesta** avec émission en extérieur en direct [AC]

~ Neuf haltes santé incl Stewart Park Festival de Perth avec des aliments nutritifs

~ **FondoFesta** par Chef Moffatt [choix de pasta, pain, bière + autre aliments]

~ Bar payant à prix raisonnable

~ **FestaMusica**

~ **Defi Equipe** [prix offerts aux 3 meilleures équipes]

~ *Defi Individuel* [facultatif] prix pour 1/2/3/4/5 *MedioFondo*, *GranFondo* et *SuprFondo*  
~ *GiroPreFesta* + *FondoFesta* + [facultatif]

### *Déplacement*

~ L'hôtel que nous avons choisi proposant un prix spécial pour l'événement est [www.brookstreet.ca](http://www.brookstreet.ca)

### *Bénévoles*

~ Nous avons besoin du soutien de bénévoles afin d'assurer le succès de l'événement  
~ Veuillez communiquer avec nous pour offrir votre aide à l'adresse suivante :  
[greg@gfottawa.org](mailto:greg@gfottawa.org)