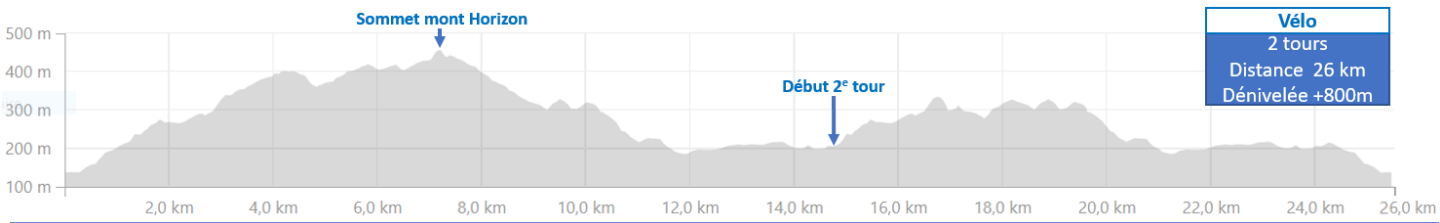
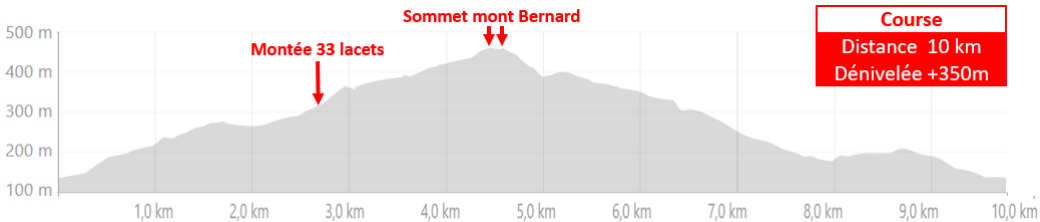


**Profil du dénivelé du Parcours de vélo Standard**



**Profil du dénivelé du Parcours de course Standard**



## Description détaillée des parcours

### Natation

Résumé : Le parcours de natation de 600m sera de forme triangulaire (250m-100m-250m).

Le format standard de 1200m complètera 2 boucles du parcours incluant une sortie de l'eau entre les 2 boucles pour faire une course de 25m avant de retourner à l'eau pour compléter la 2<sup>e</sup> boucle.

Il y aura 2 vagues de départs décalés de 5 minutes par catégories Hommes et Femmes.

### Vélo

Résumé : Parcours varié environ 50% sur sentiers « single track », vallonnés avec quelques montées et descentes plus techniques, le niveau technique général est intermédiaire. La distance totale est de 26km avec 850m de dénivelé positif et comporte 220 virages en lacets. Le parcours compte 2 boucles, une première boucle de 15km comporte une section légèrement plus technique additionnelle entre le km-3.1 et le km-7.9 pour accéder au sommet du mont Horizon (alt. 450m), la 2<sup>e</sup> boucle de 11km ne comporte pas cette section et est identique au parcours du format Sprint.

### Détails

**Km-0 au km-1** : rue St-Rémi - sentier large – ch. Missisquoi, bonne montée pour lancer le segment vélo

**Km-1 au km-2.6** : sentier C4 large, principalement en montée modérée, peu technique.

**Km-2.6 au km-2.8** : courte section sur ch. des Irlandais en gravier pour connecter au prochain sentier

**Km-2.8 au km-3.0** : sentier Entre-côte large, montée abrupte et peu technique.

**Km-3.0 au km-4.0** : sentier Stade olympique « single track », montée de niveau technique modérée

**Km-4.0 au km-4.2** : retour sur le sentier Entre-côte large, section plat permettant de récupérer

**Km-4.2 au km-4.8** : sentier Toffu « single track » descente tout en virages, niveau technique intermédiaire

**Km-4.8 au km-5.4** : sentier échangeur Turcotte « single track », montée de niveau technique intermédiaire

**Km-5.4 au km-6.0** : sentier Richard « single track » tout en virages, courtes montées et descentes

**Km-6.0 au km-6.3** : sentier Relique « single track » montée tout en virages, puis descente niveau technique avancé

**Km-6.3 au km-7.1** : sentier Ligaments « single track » montée technique jusqu'au sommet du mont Horizon

**Km-7.1** : [Sommet du mont Horizon \(alt. 450m\)](#) avant la descente

**Km-7.1 au km-8.9** : sentier Divine « single track » descente tout en virages, niveau technique intermédiaire

**Km-8.9** : [Ravitaillement](#) sur la rue Dunlavey

**Km-8.9 au km-9.6** : boucle dans le sous-bois #6 Ski Bromont, descente et montée, niveau technique modéré

**Km-9.6 au km-9.9** : sentier Fougères « single track » descente, niveau technique modéré

**Km-9.9 au km-10.6** : sentier Divine « single track » principalement descente, niveau technique intermédiaire

**Km-10.6 au km-14.7** : sentier C1 large, valonné, rapide, niveau technique débutant

**Km-14.7** : lancement de la 2<sup>e</sup> boucle du parcours standard (retour au km-1)

**Km-14.7 au km-16.3** : sentier C4 large, principalement en montée modérée, peu technique.

**Km-16.3 au km-16.5** : courte section sur ch. des Irlandais en gravier pour connecter au prochain sentier

**Km-16.5 au km-16.7** : sentier Entre-côte large, montée abrupte et peu technique.

**Km-16.7 au km-17.0** : sentier Céleste « single track » descente tout en virage, niveau technique modéré

**Km-17.0 au km-17.2** : courte section sur ch. Missisquoi en gravier pour connecter au prochain sentier

**Km-17.2 au km-18.2** : sentier Démone « single track » descente suivie d'une montée, niveau technique modéré

**Km-18.2 au km-18.7** : sentier Divine « single track » principalement descente, niveau technique intermédiaire

**Km-18.7** : Ravitaillement sur la rue Dunlavey

**Km-18.7 au km-19.4** : boucle dans le sous-bois #6 Ski Bromont, descente - montée, niveau technique modéré

**Km-19.7 au km-20.0** : sentier Fougères « single track » descente, niveau technique modéré

**Km-20.0 au km-20.7** : sentier Divine « single track » principalement descente, niveau technique intermédiaire

**Km-20.7 au km-24.8** : sentier C1 large, valonné, rapide, niveau technique débutant

**Km-24.8 au km-25.1** : ch. Missisquoi descente sur route de gravier

**Km-25.1 au km-25.4** : sentier « single track » pour relier rue St-Rémi, descente de niveau technique modéré  
(sentier sur terrain privé aménagé 2 jours avant la compétition, interdit en autre temps)

**Km-25.4 au km-25.5** : rue St-Rémi, descente abrupte sur rue asphaltée, virage à 90° au bas de la côte

**Km-25.5 au km-25.9** : rue Frontenac, aller-retour de 200m pour préparer la descente de vélo pour la transition

## Course

Résumé : Parcours montagneux en boucle est d'une distance totale est de 10km avec 350m de dénivelé positif et comporte 130 virages en lacets. La première moitié du parcours est essentiellement en montée jusqu'au sommet du mont Bernard (alt. 450m), dont une section comportant 33 lacets entre les km-2.8 et 3.4. L'arrivée au sommet sera spectaculaire avec 2 points de vue magnifiques vers le sud et vers l'ouest et 2 passages au ravitaillement avec animation. La deuxième moitié est principalement en descente en passant par les pentes de Ski Bromont.

## Détaillé

**Km-0 au km-0.7** : Rue Frontenac faux plat montant sur l'accotement en gravier d'une rue asphaltée

**Km-0.7 au km-1** : sentier « single track » aménagement minimaliste, montée de niveau technique avancé  
(sentier sur terrain privé aménagé 2 jours avant la compétition, interdit en autre temps)

**Km-1 au km-2.8** : sentier C4 large + extra C5 « single track », surtout en montée modérée, peu technique

**Km-2.8** : Ravitaillement sur le sentier C4 avant la montée C5

**Km-2.8 au km-3.4** : sentier C5 Cirius « single track » montée abrupte comportant 33 lacets, niveau avancé

**Km-3.4 au km-4.4** : sentier Stade olympique « single track », montée de niveau technique intermédiaire

**Km-4.4 au km-4.8** : Sentier large, montée modérée puis abrupte, niveau technique modéré

**Km-4.8** : Ravitaillement au [sommet du mont Bernard \(450m\)](#) (1<sup>er</sup> passage)

**Km-4.8 au km-5.0** : courte boucle au sommet pour visiter les 2 superbes points de vue du mont Bernard

**Km-5.0** : Ravitaillement au [sommet du mont Bernard \(alt. 450m\)](#) (2<sup>e</sup> passage)

**Km-5.0 au km-5.7** : sentier Baska - Toffu « single track », descente niveau technique avancé

**Km-5.7 au km-6.3** : sentier Échangeur Turcotte « single track », descente niveau technique intermédiaire

**Km-6.3 au km-7.1** : sentier dans pente ski Hollywood, descente niveau technique modéré

**Km-7.1** : Ravitaillement à la base du versant côte ouest et versant du Midi de Ski Bromont

**Km-7.1 au km-7.3** : chemin d'accès et stationnement P7 de Ski Bromont

**Km-7.3 au km-8.1** : sentier C6 « single track », descente niveau technique intermédiaire

**Km-8.1** : Ravitaillement sur rue O'Connor

**Km-8.1 au km-9.2** : sentier C1 large, vallonné niveau technique modéré

**Km-9.2 au km-10.0** : ch. Missisquoi – sentier large – rue St-Rémi direction fil d'arrivée

**Km-10.0 au km-10.2** : Rue Frontenac 100m aller-retour pour préparer le sprint final d'arrivée.