

**VIVEZ L'EXPERIENCE Gatineau!**

Partez à la découverte de la capitale et de sa région. Découvrez les sentiers de la capitale et les sentiers de la région.

**PARK AND CYCLE: Biking to work has never been so easy!**

Park your vehicle all day free of charge in one of the MCC's parking lots that border the Capital Pathway and finish your commute by bike!

**PARC-O-VÉLO: aller au boulot à vélo, c'est tellement simple!**

Garez votre voiture gratuitement toute la journée dans l'un des stationnements de la CCN adjacent au Sentier de la capitale et terminez votre trajet à vélo.

Capital Ottawa

**SPECIALIZED**

**Voire Boutique Vélo**

La plus vaste sélection de la région pour les cyclistes: hybride, de route, BMX, de montagne, confort, de ville.

Service d'entretien complet - 7 jours sur 7. Mise au point à partir de 40 \$.

Gamme de vêtements, casques et accessoires de vélo. Cadenas et ordinateurs pour vélos.

**FAMILY STORE SERVICE**

**CHAIN STORE PRICES**

DeVinci, Scott, Rocky Mountain, Raleigh, Diamondback + the Kinstadt Line [www.kunstadt.com](http://www.kunstadt.com)

**FOSTER'S sports centre Ltd**

La plus ancienne boutique de vélo dans la région d'Ottawa!

Bicyclettes, pièces et accessoires

Service personnalisé, le même jour

(613) 236-9611  
305 rue Bank (angle Maclaren)  
Stationnement gratuit  
**OTTAWA**

— Scan ici pour visiter notre site web! —

[www.fosterssports.ca](http://www.fosterssports.ca)

**bixi de la capitale**

abonne-toi à [capitale.bixi.com](http://capitale.bixi.com)

TELUS

**"SPEED, FEAR, AND CONTROLLED MAYHEM."**

BIKES. You have your reasons. We have your ride.

MOUNTAIN EQUIPMENT CO-OP

**TREK cannondale**

MAINTENANT OUVERT À KANATA!!!

203, Ch. Richmond, Ottawa 613 792-1170  
5607, Ch. Hazeldean, Ottawa 613 831-3604

[www.bushtukah.com](http://www.bushtukah.com) / [info@bushtukah.com](http://info@bushtukah.com)

Lundi au vendredi: 9 h 30 à 21 h  
samedi 9 h à 18 h et dimanche 10 h à 17 h

**BUSHTUKAH**

Bushtukah est votre destination pour le vélo, la course, le triathlon, la randonnée pédestre sans oublier la gamme complète de vêtements, chaussures et accessoires pour l'athlétisme, l'aventure ainsi que le style décontracté. Avec une grande sélection et un excellent service...

**TREK cannondale**

MAINTENANT OUVERT À KANATA!!!

203, Ch. Richmond, Ottawa 613 792-1170  
5607, Ch. Hazeldean, Ottawa 613 831-3604

[www.bushtukah.com](http://www.bushtukah.com) / [info@bushtukah.com](http://info@bushtukah.com)

Lundi au vendredi: 9 h 30 à 21 h  
samedi 9 h à 18 h et dimanche 10 h à 17 h

**TOMMY & LEFEBVRE**

464 Bank 236-9731 | Gatineau (819) 566-3595  
Kanata 271-8524 | Orleans 834-2653 TANDL.COM

**KIN STADT KUNSTADT SPORTS**

GLEBE 680 Bank Street 613-233-4820  
KANATA 462 Hazeldean Road 613-831-2059  
OTTAWA SOUTH 1583 Bank Street 613-260-0696

**Prescott & Russell**

Que de belles routes champêtres! Score annuel de 22 km

Delightful country roads. 72 km cycling trail.

[www.tourprescott-russell.ca](http://www.tourprescott-russell.ca) 1.888.673.1820

200 PAVES TO PEAKS CHALLENGE & 100 COUNTRY DELIGHT!

**Prescott & Russell**

Quelques minutes à l'Est d'Ottawa / A few minutes East of Ottawa

[www.tourprescott-russell.ca](http://www.tourprescott-russell.ca) 1.800.361.7439

**VO Vélo Québec**

[www.routeverte.com](http://www.routeverte.com)

Avec plus de 4000 km de voies cyclables, la Route verte vous met sur la bonne voie pour des vacances à votre goût. Le Parcours des Anses, la Véloroute des Bleuets, la rue Brebeuf à Montréal, le Parc Inhaire des Bois-Francis ou encore le P'tit Train du Nord... c'est la Route verte.

Le plus grand itinéraire cyclable en Amérique du Nord prend toutes sortes de formes ( piste cyclable, routes tranquilles, accotements asphaltés) pour que votre expérience soit agréable.

The Route verte puts all of Quebec within reach of your handlebars!

Made up of over 4,000 km of bikeways criss-crossing the most beautiful regions of Quebec, the Route verte puts you on the right track for the vacation of your dreams. No matter which bikeway you cycle on—the Parcours des Anses in Lévis, the Véloroute des Bleuets encircling Lac-Saint-Jean, the Berri Street bike path in Montreal or the Estrade in the Eastern Townships—you're riding on the Route verte.

This vast bicycle route—the most extensive in North America—includes all types of bikeway: bike paths, designated shared roadways and paved shoulders. Marked throughout its length, the route will encompass a total of 4,300 km when completed.

**Légende / Legend**

- Bande cyclable / Bicycle lane
- Sentier polyvalent adjacent à la route / Multi-use pathway adjacent to roadway
- Route désignée / Designated route
- Sentier polyvalent en site propre / Green corridor multi-use pathway
- Accotement asphalté / Paved shoulder
- Boucle à vélo proposée / Suggested cycling loop
- Transway, station
- La Route verte
- Site de l'annonceur / Advertiser location
- Sentier transcanadien / Trans Canada Trail
- Sentier de la Capitale / Capital Pathway
- Station BIXI de la capitale / Capital BIXI station
- Stationnement Parc-o-vélo / Park and Cycle parking lot

Échelle / Scale 1:50,000 1 cm = 100 m 1 inch = 1000 feet

**Rivière des Outaouais - Rivière Gatineau - Circuit du Parc de la Gatineau - 24,6 km**

À partir de l'extrémité nord du pont du Portage, prenez le sentier des Voyageurs EST le long de la rivière des Outaouais jusqu'à la fin du sentier du lac Leamy. Tournez à gauche et suivez cette route jusqu'au lac Leamy jusqu'au sentier de la Rivière Gatineau. Continuez sur ce sentier vers le nord, en suivant la rivière Gatineau jusqu'à ce qu'il y ait à l'ouest et deviens le sentier du village Leamy. Après avoir traversé le Parc de la Gatineau, ce sentier se termine au sentier du parc Gatineau. Tournez à gauche et continuez vers le sud à travers le Parc de la Gatineau et au-delà du sentier des voyageurs. Suivez cette route vers l'est jusqu'à votre point de départ.

**Ottawa River - Gatineau River - Gatineau Park Loop - 24.6 kilometres**

Starting at the north end of the Portage Bridge, take the Voyageurs Pathway east along the Ottawa River to the end of the Leamy Lake Pathway. Turn left and follow this route past Lake Leamy to the Gatineau River Pathway. Continue north following the Gatineau River along the Gatineau River Pathway until it veers to the west and becomes the Leamy Creek Pathway. After crossing into Gatineau Park the Pathway ends at the Gatineau Park Pathway. Turn left and continue south through Gatineau Park and beyond to the Voyageurs Pathway. Follow this route east to the starting point.

Nous avons apporté un grand soin à la conception et à la production de cette carte pour la rendre aussi exacte, complète et pratique que possible pour les utilisateurs. Les erreurs qui surviennent sont la responsabilité des contributeurs à ce projet et nous ne sommes pas responsables des erreurs qui surviennent en raison de la mauvaise interprétation ou de l'usage non autorisé de la carte.

Si vous êtes responsable de votre propre sécurité au vélo. Portez un casque à tout moment et à votre propre risque de nuit, assurez-vous d'avoir votre bicyclette bien équipée de lumières et portez des vêtements adéquats. Faites attention aux véhicules comme si vous en conduisiez un. N'assumez pas que les automobilistes vous voient lorsqu'ils sont à l'arrêt.

Copyright © 2013 B&B Motion. Basé sur données de la carte de l'Institut géographique et de l'Institut de la capitale de Gatineau.

The National Capital Commission (NCC) and the cities of Ottawa and Gatineau are pleased to offer the very first integrated cycling map for Ottawa-Gatineau.

Whether you cycle for fun on weekends, like to work during the week or use the bike share service, this new map will make it even easier for you to plan your route. The map includes the region's well-known recreational pathways, as well as on-road cycling lanes.

Ever since the Capital Region's first multi-use pathways were established in 1969, the NCC's bike program has continued to grow. Today, cycling culture is well-established in the region, and residents and visitors have access to hundreds of kilometers of multi-use pathways and bike lanes.

We hope that this new map will encourage people to use their bikes for daily commuting in a sustainable and environmentally friendly way. In addition to it being useful for recreational cycling, the map will also be helpful to users of the Capital BIXI, our new bike share service.

So grab your map, plan your trip and hop on your bike! You'll discover Ottawa and Gatineau in a whole new way!



**Full Service For A Great Ride!**

**Full Bike Selection, Best Price:** Hybrid, Road, MTB, BMX, Comfort, Commuter.

**Full Bike Service:** 7 days a week. Tuneups from \$40. Bike Test Fleet of 464 Bikes.

**Full On Bike Apparel, Helmets, Accessories, Locks, Cycling Computers.**

**grow local bike shop**

**TOMMY & LEFEBVRE**

464 Bank 236-9731 | Gatineau (819) 568-3595  
 Kanata 271-8524 | Orleans 834-2653 TANDL.COM

Alcatel-Lucent

**Sunday Bikedays**

Les vélos-dimanches

Hop on your bike or grab your in-line skates, and hit the parkways — they're closed to motor vehicles every Sunday morning throughout the summer season!

canadacapital.gc.ca/cycling

613-239-5000 • 613-239-5090 (TTS/ATN)

A vélo ou en patins à roues alignées, découvrez le région et les promenade fermées à la circulation automobile tous les dimanches matin pendant la période estivale.

capitalecanada.gc.ca/velo

**FOSTER'S sports centre Ltd**

The oldest bicycle shop in the Ottawa area!

**Bikes, Parts & Accessories**

Personalized, Same Day Service

(613) 236-9611  
 305 Bank St. (at MacLaren)  
 Free Parking  
**OTTAWA**

Scan here to go to our website!

www.fosterssports.ca

**Gatineau**

Gatineau sportive, festive et culturelle!

Gatineau sports, festive et culturelle!

**FAMILY STORE SERVICE**

**CHAIN STORE PRICES**

Delroy, Scott, Rocky Mountain, Raleigh, Diamondback + the Kunsstadt Line

www.kunstadt.com

"SPEED, FEAR, AND CONTROLLED MAYHEM."

**BIKES.** You have your reasons. We have your ride.

MEC.ca

MOUNTAIN EQUIPMENT CO-OP

**Suite Dreams.com**

**Cartier Place SUITE HOTEL**

**Suite Summer Sale**

- 250 Spacious Suites with Kitchens
- V.I.P. Suites with Jacuzzi
- Hot-spa, Pool, Indoor Tennis
- In-room Movies
- Indoor Pool, Whirlpool
- Fitness Room, Sauna
- Playground, Shuffleboard
- Children's Playground, Game Room

180 Casper Street  
 Phone: 613-236-5000  
 Fax: 613-236-3842  
 For Reservations: 1-800-236-8299

**Capital BIXI**

subscribe to capital.bixi.com

TELUS

NCC CCN

**VO Québec**

www.routeverte.com

The Route verte puts all of Quebec within reach of your handiars!

Made up of over 4000 km of bikeways criss-crossing the most beautiful regions of Quebec, the Route verte puts you on the right track for the vacation of your dreams. No matter which bikeway you cycle on—the Parcours des Anses in Lévis, the Véloroute des Bleuets encircling Lac Saint-Jean, the Brent Street bike path in Montreal or the Esplanade in the Eastern Townships—you're riding on the Route verte.

Avec plus de 4000 km de voies cyclables, la Route verte vous met sur la bonne voie pour des vacances à votre goût. Le Parcours des Anses, la Véloroute des Bleuets, le Parc linéaire des Bois-François ou encore le Parc du Haut... c'est la Route verte.

Le plus grand itinéraire cyclable en Amérique du Nord prend routes sertes de formes (piste cyclable, routes tranquilles, accotements asphaltés) pour que votre expérience soit agréable.

La Commission de la capitale nationale (CCN) et les villes de Gatineau et d'Ottawa sont fières de vous offrir la toute première carte intégrée du réseau cyclable d'Ottawa-Gatineau.

Cette nouvelle carte facilitera la planification de votre trajet, que vous tentiez à vélo pour le plaisir les week-ends ou pour vous rendre au travail le semaine, ou que vous veniez en vélo au travail en libre-service. La carte comprend les sentiers récréatifs bien connus dans la région, mais aussi les voies cyclables sur route.

Il y a 40 ans, les premiers sentiers à usage multiples ont été créés par la CCN dans la région de la capitale du Canada, et leur popularité n'a cessé de croître depuis. Aujourd'hui, la culture du cyclisme est bien ancrée dans la région, où les résidents et les visiteurs ont accès à des centaines de kilomètres de sentiers à usage multiples et à des voies cyclables sur route.

Nous espérons que cette nouvelle carte encouragera les gens à prendre leur vélo pour se déplacer chaque jour de manière durable et respectueuse de l'environnement. Cette carte sera très utile aux adeptes du cyclisme récréatif, mais aussi aux usagers de BIXI de la capitale, notre nouveau service de vélo en libre-service.

Alors, prenez votre carte, planifiez votre trajet et redécouvrez votre ville! Vous découvrirez Gatineau et Ottawa d'une tout autre façon!

**Full Service For A Great Ride!**

**Full Bike Selection, Best Price:** Hybrid, Road, MTB, BMX, Comfort, Commuter.

**Full Bike Service:** 7 days a week. Tuneups from \$40. Bike Test Fleet of 464 Bikes.

**Full On Bike Apparel, Helmets, Accessories, Locks, Cycling Computers.**

**grow local bike shop**

**TOMMY & LEFEBVRE**

464 Bank 236-9731 | Gatineau (819) 568-3595  
 Kanata 271-8524 | Orleans 834-2653 TANDL.COM

**BUSHTUKAH**

Biking, Running, Triathlon, Hiking, Casual, Active and Adventure Clothing, and Footwear.

Your Active Lifestyle Destination With Great Service and Selection...

cannondale TREK

**NOW OPEN IN KANATA!!!**

203 Richmond Rd., Ottawa, Ontario (613) 792-1170  
 5607 Hazeldean Rd., Kanata, Ontario (613) 831-3604  
 www.bushtukah.com | info@bushtukah.com

Mon-Fri: 9:30am-9pm, Sat: 9am-6pm, Sun: 10am-5pm

**HIKE CANOE KAYAK**

BACK TO TRAILHEAD, THE ORIGINAL.

1960 Scott St., Ottawa  
 Corner of Scott and McLean.  
 613.722.4229  
 trailhead.ca

**KUNSTADT SPORTS**

GLEBE 680 Bank Street 613-233-4820  
 KANATA 462 Hazeldean Road 613-831-2059  
 OTTAWA SOUTH 1583 Bank Street 613-260-0696

**WORLD OF MAPS**

Bike maps, Topographic maps, Travel books, Atlases, Maps on CD, Satellite posters.

From maps of your neighborhood to maps of the World...

and lots of other interesting stuff!  
 • World Music CD's • Flags  
 • Instruments • Compasses, magnifiers etc. • Mapping software

Visit our website and shop online!

1235 Wellington St., Ottawa  
 Tel: 800-214-8524, (613) 724-6776  
 www.worldofmaps.com

**RENTABIKE.CA**

Ride your style

- for all ages
- for all abilities
- pathway special hourly
- by the hour, day, week, month
- annual fall sale

East Arch, Plaza Bridge, 2 Rideau St. Ottawa, ON  
 downtown on Rideau Canal or Rideau St  
 www.rentabike.ca  
 613.241.4140

**Prescott Russell**

Deux de belles routes champêtres  
 Sentier d'accès de 22 km

Delightful country road  
 72 km cycling trail

www.prescott-russell.com  
 1.888.673.1820

THE IDEAL PLACE TO ENJOY  
 A FINE COUNTRY ESCAPE!

**Prescott Russell**

Quelques minutes à l'Est d'Ottawa!  
 A few minutes East of Ottawa!

www.prescott-russell.com  
 1.800.361.7439

**Legend / Légende**

- Bicycle lane / Bande cyclable
- Multi-use pathway adjacent to roadway / Sentier polyvalent adjoint à la route
- Suggested route / Route désignée
- Green corridor multi-use pathway / Sentier polyvalent en site propre
- Paved shoulder / Accotement asphalté
- Suggested cycling loop / Boucle à vélo proposée
- Transway station
- La Route verte
- Advertiser location / Site de l'annonceur
- Trans Canada Trail / Sentier transcanadien
- Capital Pathway / Sentier de la Capitale
- Capital BIXI station / Station BIXI de la capitale
- Park and Cycle parking lot / Stationnement Parc-o-Vélo

Scale/Echelle 1:50 000 1cm=50m 1 inch=1250 feet

**Capitale**

Today, I toured Canada by bike!  
 It seemed like everywhere I looked I saw a different part of Canada.  
 canadacapital.gc.ca

CANADA'S CAPITAL REGION: CANADIAN, JUST LIKE YOU  
 LA RÉGION DE LA CAPITALE DU CANADA: CA M'É RESSEMBLE

Aujourd'hui, j'ai visité le Canada à vélo!  
 Ici, on dirait que tout me rappelle un différent coin du pays.  
 capitalecanada.gc.ca

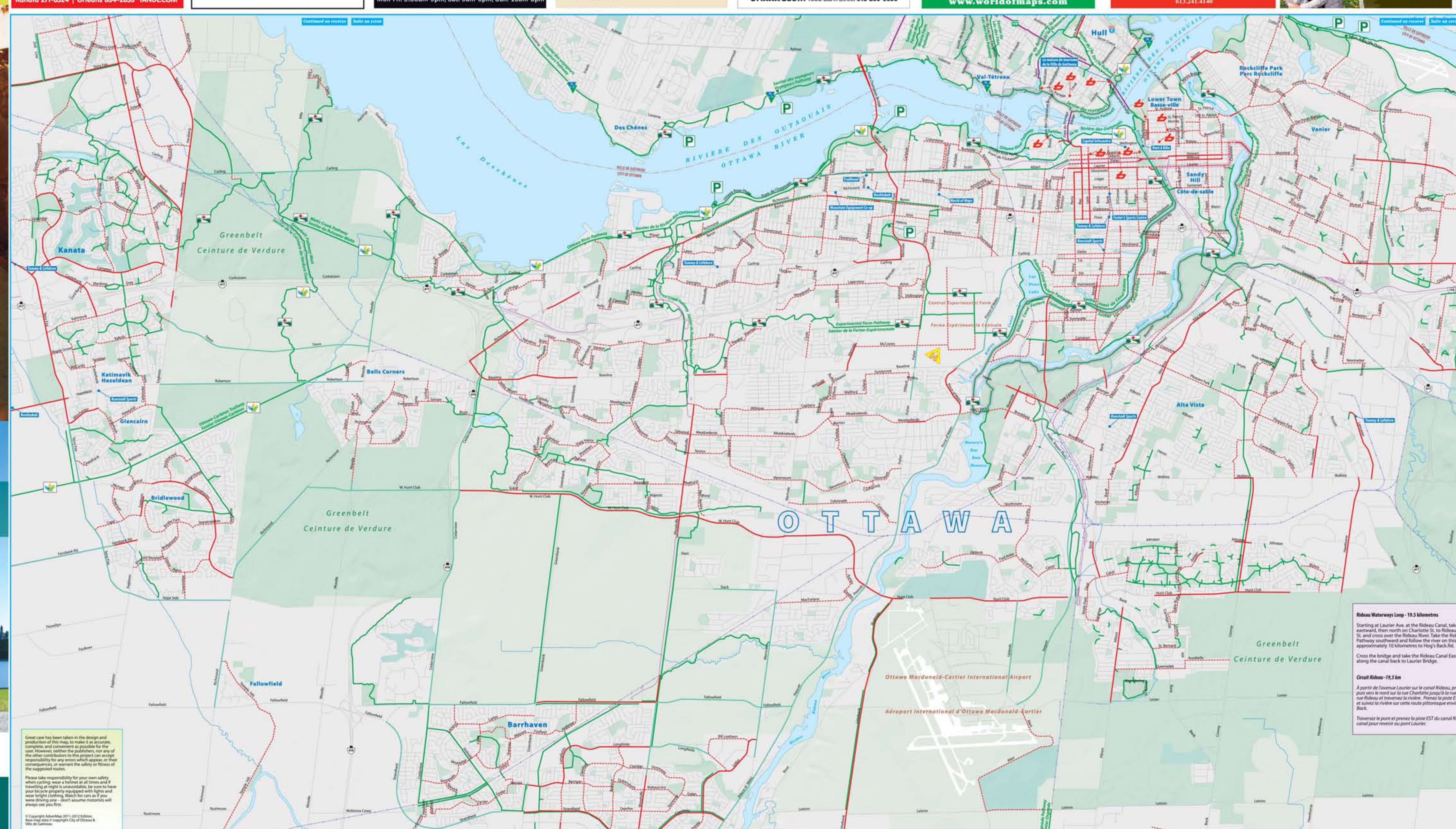
OTTAWA-GATINEAU

**CYCLING MAP**

**OTTAWA-GATINEAU**

CARTE DU RÉSEAU CYCLABLE

1<sup>st</sup> Edition  
 2011-2012  
 capitalcyclingmap.ca  
 cartevelocapitale.ca



**Rideau Waterways Loop - 19.5 Kilometres**

Starting at Laurier Ave. at the Rideau Canal, take Laurier Ave. eastward, then north on Charlotte St. to Rideau St. Turn right on Rideau St. and cross over the Rideau River. Take the Rideau River Eastern Pathway southward and follow the river on this picturesque route approximately 10 kilometres to Hog's Back Rd.

Cross the bridge and take the Rideau Canal Eastern Pathway northward along the canal back to Laurier Bridge.

**Circuit Rideau - 19.5 km**

À partir de l'avenue Laurier sur le canal Rideau, prenez l'avenue Laurier vers l'est, puis vers le nord sur la rue Charlotte jusqu'à la rue Rideau. Tournez à droite sur la rue Rideau et traversez la rivière. Prenez la piste EST de la rivière Rideau vers le sud et suivez la rivière sur cette route pittoresque environ 10 km jusqu'à la rue Hog's Back.

Traversez le pont et prenez la piste EST du canal Rideau. Est vers le nord le long du canal pour revenir au point Laurier.

Great care has been taken in the design and production of this map, to make it as accurate, complete, and convenient as possible for the user. However, neither the publishers, nor any of the other contributors to this project can accept responsibility for any errors which appear, or their consequences, or omissions, or errors of omission of the suggested routes.

Please take responsibility for your own safety when cycling wear a helmet at all times and if travelling at night a rear reflector, be sure to have your bicycle properly equipped with lights and wear bright clothing. Watch for cars as if you were driving one - don't assume motorists will always see you first.

© Copyright Author(s) 2011-2012 Edition.  
 Best used data © copyright City of Ottawa & Ville de Gatineau