

**Itinéraire** : 1051-ORL-45KM : Orléans – Cumberland...via Wilhaven

**Niveau et durée** : intermédiaire, plat avec quelques montées, sur routes parfois achalandées avec et sans bandes cyclables, environ 3,5 heures (avec pause du midi). Les routes avec bandes cyclables sont indiquées avec un astérisque \*. Distance : 44,9 km.

**Départ** : Stationnement devant Best Buy au 2020 chemin Mer Bleue (intersection ch. Innes et ch. Mer Bleue), Orléans (Ottawa).

**À l'aller** : (± 27,2 km)

→ à partir de la sortie sur ch. Mer Bleue\* (± 1,1 km)

← au , prendre la 2e sortie ... pour joindre le boul. Brian Coburn  
↑ boul. Brian Coburn (± 4,3 km) ... jusqu'au ch. Trim

→ au , prendre la 1e sortie ... pour joindre le ch. Trim  
↑ ch. Trim\* (± 4,4 km) ... vers Navan

**Halte (optionnelle) : Navan Memorial Centre & Arena, 1295 ch. Colonial.**

← ch. Colonial\* (± 1,4 km) ... jusqu'à Frank Kenny  
← ch. Frank Kenny\* (± 6,4 km)  
→ ch. Innes\* (± 350 m)  
← ch. Cox (± 2,5 km)  
→ prom. Wilhaven\* (± 4,4 km)

**Halte (optionnelle) : R. J. Kennedy Arena, 1115 ch. Dunning.**

← ch. Dunning\* (route 35) (± 1,8 km)  
← ch. Old Montreal (± 400 m)  
→ rue Cameron (± 140 m) ... jusqu'à la boulangerie Black Walnut

**Dîner (± 30 min.) À la boulangerie Black Walnut, 979 rue Cameron, Cumberland. Tables de pique-nique, tables à l'intérieur, toilette disponible. La boulangerie est fermée les lundis et mardis.**

**Pour le retour** : (17,7 km)

← de la boulangerie sur la rue Cameron (± 140 m)  
← ch. Old Montreal (± 400 m) ... vers l'est  
→ ch. Dunning\* (± 1,8 m)

→ ch. Wilhaven\* ( $\pm 4,4$  km)  
← ch. Cox ( $\pm 2,5$  km) ... direction sud  
→ ch. Innes\* ( $\pm 1,4$  km)  
← ch. Trim\* ( $\pm 1,6$  km)  
→ au 2e , prendre la 1e sortie ... pour emprunter le boul. Brian Coburn  
↑ Brian Coburn ( $\pm 4,3$  km)  
→ au  du ch. Mer Bleue, prendre la 1e sortie ... vers ch. Innes  
↑ ch. Mer Bleue\* ( $\pm 1,1$  km)  
← entrée du stationnement ( $\pm 100$  m)

**Légende :** → tourner à droite, ← tourner à gauche, ↑ tout droit,  $\pm$  plus ou moins

**Auteurs de ce parcours :** Linda Collier et Marc Laforge (novembre 2018)