



Association régionale de loisirs
pour personnes handicapées
de Lanaudière



Répertoire

des équipements adaptés

de sport et de plein air dans Lanaudière



> Préambule

L'ARLPHL

L'Association régionale de loisirs pour personnes handicapées de Lanaudière (ARLPHL) favorise l'accessibilité à une expérience inclusive de loisirs de qualité pour toute personne handicapée, par la concertation, la formation et le soutien à un réseau d'organismes communautaires, de municipalités, d'organisations de sports, de loisirs et de plein air.

UNE VARIÉTÉ D'ÉQUIPEMENTS ADAPTÉS

L'ARLPHL dispose d'une importante sélection d'équipements adaptés permettant la pratique d'activités terrestres, aquatiques, estivales et hivernales. Ces équipements adaptés peuvent répondre à un éventail de besoins, d'intérêts et de niveaux d'autonomie.

Ces équipements ne sont pas prêtés directement aux individus par l'ARLPHL. Ils sont plutôt mis à disposition gratuitement à la population à travers le service des municipalités, des organismes communautaires et des sites de plein air et de sport dans Lanaudière.

À PROPOS DE CE RÉPERTOIRE

Ce répertoire vous présente chaque équipement adapté de l'ARLPHL, par catégories d'activités. Il s'adresse à toutes personnes intéressées à les utiliser ou à les mettre à disposition dans la région de Lanaudière.

OÙ TROUVER LES ÉQUIPEMENTS?

Pour en savoir plus et connaître les emplacements actuels des équipements adaptés de l'ARLPHL disponibles dans Lanaudière, visitez la section Équipements de notre site internet!

www.arlphlanaudiere.org








Bonne exploration!








Tableau des équipements adaptés

Types d'activités

NOM DES ÉQUIPEMENTS	Activités sur neige	Patin	Activités nautiques	Cyclisme	Randonnée et course	Pages
						
Cascade Cart					●	32
Fauteuil Grit	●				●	13 - 33
Finisher					●	34
Finisher - Ski	●					8
Hippocampe	●		●		●	6 - 18 - 35
Joëlette					●	36
Kartus	●				●	7 - 37
Luge multisports	●	●		●		9 - 16 - 26
Lugicap Snow	●					12
Lugiglace/ Adapto-glace		●				17
Mobi-Chair/ Waterwheels			●			19
Planche à pagaie adaptée			●			20
Skivel	●					10
Sofao			●			21
Tapis de plage			●			22
Trackz/Trackzion	●				●	11 - 38
Trotinette des neiges	●					14
Vélo à main récréatif				●		27
Vélo à main tout-terrain				●		28

Types d'activités

NOM DES ÉQUIPEMENTS	Activités sur neige	Patin	Activités nautiques	Cyclisme	Randonnée et course	Pages
						
Vélo Fun2Go				●		25
Vélo Plus				●		24
Vélo tricycle				●		29
Vélo tricycle électrique				●		31
Vélo tricycle enfant				●		30
Vestes de flottaison			●			23
Skis Wheelblades	●					15

| Types d'activités |



Activités sur neige › p. 6-15



Patin › p. 16-17



Activités nautiques › p. 18-23



Cyclisme › p. 24-31



Randonnée et course › p. 32-38





> Activités sur neige

Hippocampe - sur neige |

L'hippocampe - sur neige est un fauteuil avec trois (3) skis permettant une balade accompagnée sur la neige.

Conditions de pratique:

Sentier de neige compactée relativement plat.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur.

Capacités requises:

Ne requiert pas de capacités spécifiques.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Coussin modelable
- › Harnais
- › Skis

Transfert:

- › L'équipement nécessite d'être stabilisé pour sécuriser le transfert.
- › Les appuie-bras se relèvent pour faciliter le transfert.

Ajustements:

- › La largeur du siège (17 pouces) et l'espace pour les jambes ne sont pas ajustables.
- › L'équipement est conçu pour des personnes mesurant entre 5 et 6 pieds.





➤ Activités sur neige

Kartus - sur neige |

Le Kartus est un fauteuil conçu pour courir en duo. L'activité sur neige avec cet équipement est possible, avec l'ajout de un ski avant ou trois skis, selon les conditions hivernales.

Conditions de pratique:

Route, piste cyclable et sentier enneigé.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Ne requiert pas de capacités spécifiques.
- › Poids maximal permis sur l'équipement: 250 livres.

Accessoires:

- › Casque
- › Harnais
- › Pneus cloutés
- › Skis

Transfert:

L'équipement dispose d'un frein pour faciliter le transfert.

Ajustements:

Le dossier est ajustable.





> Activités sur neige

Finisher - Ski

Le Finisher est un fauteuil à trois roues qui permet une pratique accompagnée de la course et de la marche. L'activité sur neige avec cet équipement est possible, avec l'ajout de un ski avant ou trois skis, selon les conditions hivernales.

Conditions de pratique:

Route, piste cyclable et sentier enneigé.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur.

Capacités requises:

Ne nécessite pas de capacités spécifiques. Le poids maximal permis sur l'équipement est de 220 livres.

Accessoires:

- > Casque
- > Harnais
- > Appuie-tête
- > Ceinture
- > Pneus tout terrain
- > Skis

Transfert:

L'équipement dispose d'un frein pour faciliter le transfert. Les appuie-bras se relèvent pour faciliter le transfert.

Ajustements:

Le dossier, le guidon et les repose-pied sont ajustables.





➤ Activités sur neige

Luge - ski de fond |

La luge multisports permet de faire du ski de fond en position assise, de manière autonome ou accompagnée.

Conditions de pratique:

- › Piste de ski de fond tracée avec un très faible dénivelé.
- › Les virages peuvent être déséquilibrants et entraîner des chutes.

Utilisation:

- › Autonome: propulsion de l'utilisateur avec des bâtons.
- › Accompagnée: traction de l'utilisateur avec l'aide d'un accompagnateur en skis de fond muni d'un harnais et d'une corde élastique.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert une bonne force musculaire du tronc et des bras.
- › Utilisation accompagnée: requiert minimalement une stabilité du tronc de l'utilisateur et une bonne condition physique de l'accompagnateur.

Accessoires:

- › Bâtons et skis
- › Casque
- › Harnais et corde élastique pour l'accompagnateur
- › Sangle de soutien pour les jambes

Transfert:

L'équipement nécessite d'être stabilisé pour sécuriser le transfert.

Ajustements:

- › Le repose-pieds et le soutien sous les cuisses sont ajustables.
- › Deux (2) modèles de luge existent et offrent des ajustements différents.





> Activités sur neige

Skivel |

Le Skivel est une plate-forme avec skis. Il accueille un fauteuil roulant manuel et permet une balade accompagnée sur la neige.

Conditions de pratique:

Sentier plat de neige compactée, sans pente.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur.

Capacités requises:

Ne requiert pas de capacités spécifiques.

Accessoire:

› Fauteuil roulant manuel

Transfert:

- › L'utilisateur demeure dans son fauteuil roulant sans besoin de transfert.
- › S'il y a utilisation du fauteuil roulant manuel mis à disposition avec le Skivel, un transfert sera alors nécessaire.

Ajustements:

L'équipement s'ajuste en fonction de la largeur entre les roues arrières du fauteuil roulant, de 22 à 28 pouces.





➤ Activités sur neige

Trackz- ski de fond |

Le Trackz-ski de fond est un fauteuil qui permet de faire du ski de fond en position assise, de manière autonome ou accompagnée.

Conditions de pratique:

- › Piste de ski de fond tracée avec un très faible dénivelé.
- › Les virages peuvent être déséquilibrants et entraîner des chutes.

Utilisation:

- › Autonome: propulsion de l'utilisateur avec des bâtons.
- › Accompagnée: traction de l'utilisateur avec l'aide d'un accompagnateur en skis de fond muni d'un harnais et d'une corde élastique.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert une grande force musculaire du tronc et des bras.
- › Utilisation accompagnée: requiert minimalement une stabilité du tronc de l'utilisateur et une bonne condition physique de l'accompagnateur.

Accessoires:

- › Skis et bâtons
- › Appuie-tête
- › Casque
- › Ceinture
- › Harnais et barres de traction pour l'accompagnateur

Transfert:

L'équipement nécessite d'être stabilisé pour sécuriser le transfert.

Ajustements:

Le repose-pieds et le soutien sous les cuisses sont ajustables.





➤ Activités sur neige

Lugicap Snow |

Le Lugicap Snow est une plate-forme avec skis. Il accueille un fauteuil roulant manuel et permet une balade accompagnée sur la neige.

Conditions de pratique:

Sentier plat de neige compactée, sans pente.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur. Une corde de traction avec un harnais peuvent être utilisés par un deuxième accompagnateur à l'avant de l'équipement.

Capacités requises:

- › Ne requiert pas de capacités spécifiques.
- › Le poids maximal permis sur l'équipement est de 285 livres.

Accessoire:

Fauteuil roulant manuel

Transfert:

- › L'utilisateur demeure dans son fauteuil roulant, sans besoin de transfert.
- › S'il y a utilisation du fauteuil roulant manuel mis à disposition avec l'équipement, un transfert sera alors nécessaire.

Ajustements:

L'équipement s'ajuste en fonction de la largeur du fauteuil roulant manuel, de 16.5 pouces et 23 pouces.





➤ Activités sur neige

Fauteuil Grit |

Le fauteuil tout terrain à trois roues est conçu pour les randonnées, les parcours d'obstacles et les courses. Il possède un système de transmission via les leviers de propulsion.

Conditions de pratique:

Sentier plat de neige compactée, sans pente.

Utilisation:

- › Autonome : propulsion de l'utilisateur avec des leviers
- › Accompagnée: avec l'aide d'une personne ou deux personnes en poussant et/ou en tirant, grâce à une barre de poussée et/ou à une longe de traction.

Capacités requises:

- › Autonome: requiert une grande force musculaire du tronc et des bras.
- › Accompagnée: requiert minimalement une stabilité du tronc de l'utilisateur.

Accessoire:

- › Repose-pied et sangle
- › Leviers de propulsion
- › Casque
- › Ceinture
- › Anti-bascule
- › Harnais et longe de traction pour l'accompagnateur

Transfert:

L'équipement dispose d'un frein pour faciliter le transfert.

Ajustements:

Deux repose-pieds sont disponibles, ajustables et hauteur et en longueur. La barre de poussée est également ajustable.





➤ Activités sur neige

Trottinette des neiges |

La trottinette des neiges est un équipement pour se balader sur la neige, de manière autonome ou accompagnée.

Conditions de pratique:

Sentier plat de neige compactée ou sentier plat glacé.

Utilisation:

- › Autonome: les mains en appui sur la barre, l'utilisateur se propulse avec une jambe.
- › Accompagnée: assis sur l'équipement et poussé par un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert un équilibre suffisant pour se déplacer en appui sur une jambe.
- › Utilisation accompagnée: requiert une bonne stabilité du tronc pour être en position assise sans l'aide de harnais ou de ceinture.

Transfert:

Nécessaire pour une utilisation accompagnée, en position assise.

Ajustements:

- › Un modèle de luge convient aux utilisateurs mesurant entre 5 pieds et 5 pieds 9.
- › Un modèle de luge convient aux utilisateurs mesurant entre 5 pieds 6 et 6 pieds 1.
- › Aucun ajustement n'est possible sur la luge.





> Activités sur neige

Skis Wheelblades |

Les skis Wheelblades sont deux (2) petits skis qui s'installent sur les roues avant d'un fauteuil roulant manuel. Ils facilitent une balade sur la neige.

Conditions de pratique:

Sentier plat de neige compactée, sans pentes.

Utilisation:

- › Autonome: propulsion par les bras de l'utilisateur.
- › Accompagnée: l'utilisateur est poussé par un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert les mêmes capacités physiques demandées pour l'utilisation d'un fauteuil roulant manuel.
- › Utilisation accompagnée: ne requiert pas de capacités particulières.

Transfert:

L'utilisateur demeure dans son fauteuil roulant, sans besoin de transfert.

Ajustements:

- › L'équipement s'ajuste en fonction du fauteuil roulant manuel (diamètre des roues avant entre 8 et 20 cm et écart entre les roues entre 2 et 6,5 cm).
- › L'installation de l'équipement peut nécessiter l'aide d'un accompagnateur.





> Patin

Luge - patin |

La luge multisports permet de faire du patin en position assise, de manière autonome ou accompagnée.

Conditions de pratique:

- › Patinoire intérieure ou extérieure
- › Les virages peuvent être déséquilibrants et entraîner des chutes.

Utilisation:

- › Autonome: propulsion de l'utilisateur avec des bâtons.
- › Accompagnée: l'utilisateur est poussé par un accompagnateur en patin.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert une bonne force musculaire du tronc et des bras.
- › Utilisation accompagnée: requiert la capacité d'être en position assise sans l'aide de harnais.

Accessoires:

- › Bâtons et patins
- › Casque
- › Sangle de soutien pour les jambes

Transfert:

L'équipement nécessite d'être stabilisé pour sécuriser le transfert.

Ajustements:

Deux (2) modèles de luge existent et permettent des ajustements différents.





> Patin

Lugiglace | Adapto-glace |

Le Lugiglace/Adapto-glace est une plate-forme avec des patins. Il accueille un fauteuil roulant manuel et est conçu pour une balade accompagnée sur la glace.

Conditions de pratique:

Patinoire intérieure ou extérieure.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur en patins.

Capacités requises:

Ne requiert pas de capacités spécifiques.

Accessoires:

- > Fauteuil roulant manuel
- > Harnais

Transfert:

- > L'utilisateur demeure dans son fauteuil roulant, sans besoin de transfert.
- > S'il y a utilisation du fauteuil roulant manuel mis à disposition avec l'équipement, un transfert sera alors nécessaire.

Ajustements:

L'équipement s'ajuste en fonction de la largeur du fauteuil manuel, de 20 à 26 pouces.





➤ Activités nautiques

Hippocampe-plage |

L'Hippocampe-plage est un fauteuil avec des roues ballons permettant une balade accompagnée sur la plage. Il permet aussi d'aller dans l'eau jusqu'au niveau du siège de l'utilisateur. Le fauteuil ne permet pas à l'utilisateur de flotter dans l'eau.

Conditions de pratique:

Plage

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur.

Capacités requises:

Ne requiert pas de capacités spécifiques.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Harnais
- › Coussin modelable
- › Veste de flottaison

Transfert:

L'appuie-bras se relève pour faciliter le transfert.

Ajustements:

- › La largeur du siège (17 pouces) et l'espace pour les jambes ne s'ajustent pas.
- › L'équipement est conçu pour des personnes mesurant entre 5 et 6 pieds.





➤ Activités nautiques

Mobi-Chair | Waterwheels |

Le Mobi-Chair/Waterwheels est un fauteuil de baignade et de mise à l'eau. L'utilisateur peut flotter dans l'eau en étant assis dans le fauteuil.

Conditions de pratique:

- › Plage ou piscine.
- › Pour une utilisation en piscine, une entrée à dénivelé progressif est requise.

Utilisation:

Nécessite la poussée ou la traction d'un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Ne requiert pas de capacités spécifiques.
- › Poids maximal permis sur l'équipement: 300 livres.

Accessoires:

- › Harnais
- › Sangle pour les jambes
- › Corde de tirage
- › Veste de flottaison

Transfert:

- › L'équipement nécessite d'être stabilisé pour sécuriser le transfert.
- › L'appuie-bras se relève pour faciliter le transfert.

Ajustements:

- › Le dossier est ajustable.





➤ Activités nautiques

Planche à pagaie adaptée |

La planche à pagaie adaptée est conçue pour accueillir un fauteuil roulant manuel et faire une balade accompagnée sur l'eau. Les quatre (4) flotteurs offrent une grande stabilité.

Conditions de pratique:

Cours d'eau calme.

Utilisation:

Nécessite l'accompagnement d'un instructeur de planche à pagaie certifié, sur la même planche que l'utilisateur ou sur une deuxième (2^e) planche.

Capacités requises:

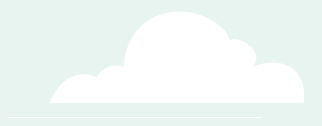
- › Requier la capacité de rester assis en position assise sans l'aide d'un harnais ou d'une ceinture.
- › Poids maximal permis sur l'équipement: 350 livres.

Accessoires:

- › Pagaie
- › Rampe pour la mise à l'eau
- › Veste de flottaison

Transfert:

L'utilisateur demeure dans son fauteuil roulant manuel, sans besoin de transfert.





➤ Activités nautiques

Sofao

Le Sofao est un fauteuil de baignade et de mise à l'eau. L'utilisateur peut flotter dans l'eau en étant assis dans le fauteuil.

Conditions de pratique:

- › Piscine et plage.
- › La mise à l'eau peut s'effectuer dans tous types d'installations.

Utilisation:

Nécessite la poussée ou la traction d'un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Ne requiert pas de capacités spécifiques.
- › Poids maximal permis sur l'équipement: 220 livres.

Accessoires:

- › Harnais
- › Sangle pour les jambes
- › Tire-Sofao (pour l'option plage)
- › Veste de flottaison

Transfert:

- › À la piscine: l'option piscine dispose d'un frein pour faciliter le transfert.
- › À la plage: l'équipement nécessite d'être stabilisé pour sécuriser le transfert.
- › L'appuie-bras se relève pour faciliter le transfert.

Ajustements:

Le dossier et la position des flotteurs sont ajustables.





➤ Activités nautiques

Tapis de plage |

Le tapis de plage facilite l'accès à la plage pour les personnes à mobilité réduite.

Conditions de pratique:

Plage.

Le site de pratique doit respecter différentes exigences pour une utilisation optimale.

Utilisation:

Autonome ou accompagnée.

Capacités requises:

Ne requiert pas de capacités spécifiques.





➤ Activités nautiques

Vestes de flottaison spécialisées |

Les vestes de flottaison spécialisées permettent un soutien stable et sécuritaire dans l'eau. Deux (2) modèles sont disponibles, en fonction des besoins de l'utilisateur:

› Veste de flottaison permettant de flotter dans l'eau en position horizontale, avec l'arrière de la tête soutenue.

- Moyenne: 40 à 90 livres
- Grande: 90 à 190 livres

› Veste de flottaison permettant de flotter dans l'eau en position verticale, avec soutien sous le menton.

- Très Petite: 30 à 45 livres
- Petite: 45 à 75 livres
- Moyenne: 75 à 145 livres

Conditions de pratique:

Piscine et cours d'eau calme.

Utilisation:

Nécessite la supervision d'un accompagnateur.

Capacités requises:

Ne requiert pas de capacités spécifiques.





> Cyclisme

VéloPlus |

Le VéloPlus permet de se balader en duo avec une personne assise sur son propre fauteuil roulant manuel à l'avant. Le vélo est muni d'une assistance électrique.

Conditions de pratique:

Sentier plat et piste cyclable.

Utilisation:

Pratique accompagnée.

Capacités requises:

- › Ne requiert pas de capacités spécifiques.
- › Poids maximal du pédaleur: 240 lbs
- › Poids maximal du passager et du fauteuil: 440 lbs

Accessoire:

- › Casque
- › Ceinture abdominale
- › Fauteuil roulant manuel (au besoin)

Transfert:

- › L'équipement dispose d'un frein pour sécuriser le transfert.
- › La plate-forme s'abaisse pour l'embarquement du fauteuil.
- › Système de treuil pour faciliter l'embarquement sur la plate-forme.

Ajustements:

Le siège du vélo peut être ajusté en hauteur.





> Cyclisme

Vélo Fun2Go |

Le vélo Fun2Go est un tricycle tandem avec assistance électrique sur lequel les deux utilisateurs sont assis côte à côte avec chacun un pédalier indépendant.

Conditions de pratique:

Sentiers plats et pistes cyclables.

Utilisation:

Le conducteur et le passager peuvent pédaler de façon indépendante, avec ou sans assistance électrique.

Capacités requises:

Ne requiert pas de capacités spécifiques.

Accessoire:

- › Casque
- › Harnais et ceinture pour l'utilisateur

Transfert:

- › L'équipement dispose d'un frein pour sécuriser le transfert.
- › Les accoudoirs se relèvent et le siège de l'utilisateur peut pivoter afin de faciliter l'embarquement.

Ajustements:

Les sièges sont ajustables. Les vitesses peuvent être ajustées de façon indépendante.





> Cyclisme

Luge - planche à roulettes |

La luge multisports permet une pratique de planche à roulettes en position assise, de manière autonome ou accompagnée.

Conditions de pratique:

- › Piste de ski de fond tracée avec un très faible dénivelé.
- › Les virages peuvent être déséquilibrants et entraîner des chutes.

Utilisation:

- › Autonome: propulsion de l'utilisateur avec des bâtons.
- › Accompagnée: l'utilisateur est poussé par un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert une bonne force musculaire du tronc et des bras.
- › Utilisation accompagnée: requiert une stabilité du tronc de l'utilisateur suffisante pour être en position assise sans l'aide de harnais.

Accessoires:

- › Bâtons
- › Casque
- › Sangle de soutien pour les jambes

Transfert:

L'équipement nécessite d'être stabilisé pour sécuriser le transfert.

Ajustements:

- › Le repose-pieds et le soutien des genoux sont ajustables.
- › Deux (2) modèles de luge existent et offrent des ajustements différents.





> Cyclisme

Vélo à main récréatif |

Le vélo à main récréatif permet une balade autonome et sécuritaire grâce à ses trois (3) roues. L'utilisateur est propulsé par l'activation de ses bras.

Conditions de pratique:

Sentier plat et piste cyclable.

Utilisation:

Pratique autonome.

Capacités requises:

Requiert une bonne mobilité, force et endurance musculaire des bras et la capacité à fléchir les jambes.

Accessoires:

- › Casque
- › Ceinture abdominale
- › Sangles pour les pieds

Transfert:

L'équipement dispose d'un frein pour sécuriser le transfert.

Ajustements:

Le siège et les repose-pieds sont ajustables.





> Cyclisme

Vélo à main tout-terrain |

Le vélo à main tout-terrain permet une pratique autonome et sportive. L'utilisateur se propulse avec la force de ses bras. Le centre de gravité bas du vélo facilite une prise de vitesse et ses trois (3) roues tout-terrain procurent stabilité et aisance sur différents sols.

Conditions de pratique:

Sentier de terre battu, de gravier ou d'asphalte avec faible dénivelé et piste cyclable.

Utilisation:

Pratique autonome.

Capacités requises:

- > Nécessite une bonne mobilité et force musculaire des membres supérieurs et un tonus du tronc.
- > L'équipement est conçu pour des personnes mesurant minimum 5 pieds.

Accessoire:

- > Casque

Transfert:

- > L'équipement nécessite d'être stabilisé pour sécuriser le transfert.
- > Le transfert peut être exigeant en raison du niveau bas du siège.

Ajustements:

Le dossier est légèrement inclinable, mais le siège n'est pas ajustable.





> Cyclisme

Vélo tricycle |

Le vélo tricycle permet une balade autonome, propulsée par les jambes, ou accompagnée. Le siège, l'appuie-tête et le guidon sont ajustables. Ses trois (3) roues procurent une stabilité accrue.

Conditions de pratique:

Sentier plat et dégagé et piste cyclable.

Utilisation:

- › Autonome: l'utilisateur se propulse par la force des jambes.
- › Accompagnée: l'utilisateur est poussé par un accompagnateur. Le guidon arrière peut manoeuvrer le vélo.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert une mobilité et une force musculaire des membres inférieurs suffisantes pour pédaler.
- › Utilisation accompagnée: requiert une mobilité et une force musculaire des membres inférieurs suffisantes pour pédaler. Le guidon arrière pour l'accompagnateur aide à manoeuvrer le vélo.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Casque
- › Ceintures abdominale et thoracique
- › Sangles pour les pieds

Ajustements:

Le siège, l'appuie-tête et le guidon sont ajustables.





> Cyclisme

Vélo tricycle enfant |

Le vélo tricycle pour enfant (environ 4 à 10 ans) permet une balade autonome, propulsée par les jambes, ou accompagnée. Ses trois roues procurent une stabilité accrue.

Conditions de pratique:

Sentiers plats et dégagés et pistes cyclables.

Utilisation:

- › Autonome: l'utilisateur se propulse par la force des jambes.
- › Accompagnée: Un accompagnateur pousse l'utilisateur avec un guidon arrière. Il peut manoeuvrer le vélo et freiner.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert une mobilité et une force musculaire des membres inférieurs suffisantes pour pédaler.
- › Utilisation accompagnée: L'utilisateur peut pédaler ou non. Le guidon arrière pour l'accompagnateur aide à manoeuvrer le vélo.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Casque
- › Ceintures abdominale et thoracique
- › Sangles pour les pieds

Ajustements:

Plusieurs ajustements du siège, de l'appuie-tête et du guidon sont possibles.





> Cyclisme

Vélo tricycle électrique |

Le vélo tricycle électrique permet trois (3) modes d'utilisation pour se balader:

- › Autonome: propulsion par les jambes.
- › Assistée: assistance électrique dans l'action de pédaler.
- › Électrique: mode 100% électrique, sans action de pédaler.

Conditions de pratique:

Sentier plat et piste cyclable.

Utilisation:

Pratique autonome.

Capacités requises:

- › Autonome: bonne force des jambes
- › Assistée et électrique: bon tonus du tronc.

Accessoires:

- › Casque
- › Sangles pour les pieds

Ajustements:

Le siège et le guidon sont ajustables.





> Randonnée et course

Cascade Cart |

Le Cascade Cart est un chariot qui permet de faire une randonnée en tandem pour un utilisateur enfant (3 pieds à 5 pieds 4) et un accompagnateur adulte.

Conditions de pratique:

Sentiers de différents niveaux.

Utilisation:

Nécessite la traction d'un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Ne nécessite pas de capacités spécifiques pour l'utilisateur.
- › La condition physique requise de l'accompagnateur est proportionnelle au poids de l'utilisateur et au niveau de difficulté du sentier emprunté.
- › Le poids maximal suggéré sur l'équipement est de 125 livres.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Casque
- › Bâtons de randonnée
- › Ombrelle

Transfert:

L'équipement est stabilisé au sol pour faciliter le transfert.

Ajustements:

Plusieurs ajustements possibles pour l'utilisateur et l'accompagnateur.





➤ Randonnée et course

Fauteuil Grit |

Le fauteuil à trois roues possède un système de transmission avec des leviers de propulsion qui permet la randonnée ou la course, autonome ou accompagnée.

Conditions de pratique:

Sentier avec faible dénivelé, course ou parcours à obstacles.

Utilisation:

- › Autonome : propulsion de l'utilisateur avec des leviers.
- › Accompagnée: avec l'aide d'une personne ou deux personnes en poussant et/ou en tirant, grâce à une barre de poussée et/ou à une longe de traction.

Capacités requises:

- › Utilisation autonome: requiert une bonne force musculaire du tronc et des bras.
- › Utilisation accompagnée: requiert minimalement une stabilité du tronc de l'utilisateur.

Accessoires:

- › Repose-pied et sangle
- › Casque
- › Ceinture
- › Anti-bascule
- › Roue tout terrain ou de course
- › Harnais et longe de traction pour l'accompagnateur

Transfert:

L'équipement dispose d'un frein pour faciliter le transfert.

Ajustements:

Deux repose-pieds sont disponibles, ajustable et hauteur et en profondeur. La barre de poussée est également ajustable.





> Randonnée et course

Finisher |

Le Finisher est un fauteuil à trois (3) roues qui permet une pratique accompagnée de la course et de la marche.

Conditions de pratique:

Route et piste cyclable.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Ne nécessite pas de capacités spécifiques.
- › Poids maximal permis sur l'équipement: 220 livres.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Casque
- › Harnais

Transfert:

- › Les appuie-bras se relèvent pour faciliter le transfert.
- › Le fauteuil dispose d'un frein pour faciliter le transfert.

Ajustements:

Le dossier, le guidon et les repose-pieds sont ajustables.





> Randonnée et course

Hippocampe tout-terrain |

L'hippocampe tout-terrain est un fauteuil avec des roues doubles permettant une balade accompagnée.

Conditions de pratique:

Sentier non accidenté, sans dénivelé.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur.

Capacités requises:

Ne nécessite pas de capacités spécifiques.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Coussin modelable
- › Harnais

Transfert:

L'appuie-bras se relève pour faciliter le transfert.

Ajustements:

- › La largeur du siège (17 pouces) et l'espace pour les jambes sont réduites et ne s'ajustent pas.
- › L'équipement est conçu pour des personnes mesurant entre 5 et 6 pieds.





> Randonnée et course

Joëlette |

La Joëlette monoroue est un fauteuil tout-terrain permettant une pratique accompagnée de la randonnée dans des sentiers accidentés de tous les niveaux.

Conditions de pratique:

Sentier de tous niveaux.

Utilisation:

- › Nécessite l'aide de deux (2) accompagnateurs.
- › L'accompagnateur arrière assure l'équilibre de la Joëlette et l'accompagnateur avant assure la traction et la direction.

Capacités requises:

- › Ne requiert pas de capacités spécifiques pour l'utilisateur.
- › La condition physique requise des deux (2) accompagnateurs est proportionnelle au poids de l'utilisateur et au niveau de difficulté du sentier emprunté.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Attache-pieds
- › Casque
- › Harnais pour l'utilisateur
- › Harnais pour l'accompagnateur avant

Transfert:

L'équipement est stabilisé au sol pour faciliter le transfert.

Ajustements:

- › Les repose-pieds, le siège et l'appuie-tête sont ajustables.
- › Le guidon pour l'accompagnateur arrière est ajustable et dispose d'un frein.





> Randonnée et course

Kartus |

Le Kartus est un fauteuil conçu pour courir en duo. Il est approprié pour une promenade récréative ou une course de performance.

Conditions de pratique:

Route, piste cyclable, sentier aménagé sans obstacles.

Utilisation:

Nécessite la poussée d'un accompagnateur.

Capacités requises:

- › Ne requiert pas de capacités spécifiques.
- › Poids maximal permis sur l'équipement: 250 livres.

Accessoires:

- › Barre de triathlon
- › Attache-pieds
- › Casque
- › Harnais

Transfert:

L'équipement dispose d'un frein pour faciliter le transfert.

Ajustements:

Le dossier est ajustable.





> Randonnée et course

Trackz | Trackzion |

Le Trackz est un fauteuil roulant tout-terrain manuel facilitant une promenade autonome ou accompagnée sur différentes surfaces. Il peut également se transformer en fauteuil motorisé électrique Trackzion, avec l'ajout d'une roue avant tout-terrain et un guidon.

Conditions de pratique:

Sentier non accidenté, avec faible dénivelé.

Utilisation:

- › Autonome: propulsion par les bras de l'utilisateur.
- › Accompagnée: l'utilisateur est poussé par un accompagnateur.
- › Autonome avec l'option Trackzion: ajout d'une roue avant tout-terrain, un guidon et un moteur électrique, sans besoin de pédaler.

Capacités requises:

Requiert les mêmes capacités physiques que celles demandées lors de l'utilisation d'un fauteuil roulant manuel.

Accessoires:

- › Appuie-tête
- › Casque

Transfert:

L'équipement dispose d'un frein pour sécuriser le transfert.

Ajustements:

L'appuie-tête est ajustable.



> Conclusion

L'Association régionale pour le loisir des personnes handicapées de Lanaudière (ARLPHL) est heureuse de vous avoir présenté ce répertoire d'équipements adaptés dans la région. Nous espérons qu'il sera un outil facilitateur pour l'accessibilité au loisir et au plein air inclusif pour tous!

Nous remercions le Ministère de l'éducation du Québec pour son soutien financier et Sophie Corriveau pour ses photographies.

Vous voulez profiter d'un équipement adapté dans Lanaudière?

Où les trouver?

Visitez notre site internet pour connaître les emplacements actuels des équipements adaptés de l'ARLPHL dans Lanaudière et en savoir davantage!

www.arlphlanaudiere.org/equipements



Contactez-nous!

Pour toute question ou service-conseil quant à l'équipement adapté à vos besoins ou à votre milieu, contactez-nous!

450-752-2586 #2

info@arlphlanaudiere.org



Édition 2026

Rédaction: Angélique Poulin et Frédérique Drouin-Lavigne

Photographies: Sophie Corriveau

Graphisme: IKO - Sébastien Riopel

OÙ TROUVER LES ÉQUIPEMENTS?



Association régionale de loisirs
pour personnes handicapées
de Lanaudière