

Pour les cyclistes de tous genres, la Vallée de Mont Washingtons soit le véritable Mécha ! On peut trouver les routes rurales et tranquilles, les routes principales avec voies cyclables aux côtés, les pistes dramatiques pour les vélos de tous terrains, les parcours plats, et les crans (Notches) qui montent vers 1000mètres.

Les logements sont disponibles de niveaux de gîtes aux hôtels de 4 étoiles. En plus il y a beaucoup de cafés/restaurants de « fast food » à 4 étoiles aussi. Le Syndicat d'Initiative (Chamber of Commerce) de North Conway et les logements ont de cartes routières et des pistes pour VTT. Partout les routes sont très pittoresques

Pour les sportifs il y a 4 événements majeurs chaque année. En mai la course contre le montre de 32 kilomètres par équipes et individuels pour hommes et femmes aura lieu. Le parcours monte le cran Kancamagus. Cette course est très populaire avec inscriptions de tout le Nord-est. Toujours les inscriptions sont complétées au cours de février ! Il y a un maximum de 250 compétiteurs. En juillet et août il y a deux courses en ligne qui montent le sommet de Mont Washington sur l'autoroute à 2100 mètres d'altitude. Puis en septembre il y aura une course contre la montre au sommet du cran Crawford (Crawford Notch).

Pour les VTT-istes il y a la grande course de 24 heures pour équipes à Great Glen Trails au sommet du cran Pinkham. En addition le club cycliste de Washington Valley organise les compétitions locales sur les pistes diverses dans les forêts locales.

Les randonneurs ont beaucoup de choix avec tours entre 30 kilomètres à 160km ou trajets aller/retour comme on veut. On peut trouver les routes presque plates à l'est de North Conway vers North Fryeburg dans la vallée de la fleuve Saco et vers le cran Evans.

L'hauteur des crans suivants soit Kancamagus 960m, Crawford 691m, Bear 500m, Evans 633m, Pinkham 678m. Le cran Bear est le plus facile et tranquille avec un grade entre 5 à 8% et le cran Evans le plus sévère et difficile du sud avec un grade vers 20%

Problèmes techniques avec le vélo ? Il y a trois bons marchands de vélos en ville avec vélos et accessoires pour les touristes et même les grimpeurs du Tour de France !