



Calendrier des sorties pédestres  
Clubs de marche membres de Rando Québec

**Octobre 2020**

Ce calendrier regroupe toutes les sorties pédestres proposées par les clubs au mois d'octobre 2020.  
Pour plus de renseignements, merci de contacter les clubs de marche.  
Bonnes randonnées à tous !

Jour	Type de marche	Lieu	Kilométrage/ Dénivelé/ Niveau	Départ	Contact
<b>Du 3 au 12</b>	Marche de longue durée (12 jours pour faire le circuit)	Vallée de Coaticook - Le circuit peut commencer de 12 points différents (plus de détails auprès du club). Pour le 7ième jour, prendre le chemin décrit à la page 18 du Carnet du marcheur	211,10km / de 150m à 875m / moyen	Le stationnement prolongé est possible avec une vignette (plus de détails auprès du club)	<b>La voie de pèlerins de la vallée (Estrie)</b> Mme Robert 819 679-6449 M. Lefebvre 819 837-2572
<b>Sam 03</b>	Randonnée en forêt	Chute à Marcotte - Saint-Alban	9km / 145m / débutant	Covoiturage sur le stationnement du Walmart, galerie du Cap à Trois-Rivières à 9h30	<b>École de plein air équipe Zahra (Mauricie)</b> Emery Leblanc 819-373-6140
<b>Sam 03</b>	Randonnée en montagne	Mont du Caribou - Labelle	10km / 200m / moyen	Métro Crémazie à 9h - Montréal	<b>Hors Sentiers (Montréal)</b> www.horsentiers.ca
<b>Sam 03</b>	Randonnée pédestre	Mont Kaikops - Laurentides	Intermédiaire	10h (détails auprès du club)	<b>Club Volksmarche La Foulée (Laurentides)</b> Lucie Bisson 450 437-2516
<b>Sam 03</b>	Randonnée pédestre	Chutes de Shawinigan	10km / peu de dénivelé / débutant	Départ du Métro Jean XXIII à Trois-Rivières à 9h30	<b>Club Moi, Mes souliers (Mauricie)</b> Denise Ferland 819 537-6094

*Informations récoltées grâce à l'implication active des clubs de marche membres de la Fédération. – 1<sup>er</sup> septembre 2020*  
*Pour pratiquer la randonnée pédestre en toute sécurité, merci de vous renseigner auprès des clubs afin de connaître les mesures sanitaires mises en place.*  
*Retrouvez également le code des pratiquant-e-s en contexte de pandémie de COVID-19 sur le site Web de Rando Québec.*

<b>Jour</b>	<b>Type de marche</b>	<b>Lieu</b>	<b>Kilométrage/ Dénivelé/ Niveau</b>	<b>Départ</b>	<b>Contact</b>
<b>Dim 04</b>	Randonnée pédestre	Sentier panoramique Porc-Pic - Saint-Simon	11km / moyen	Covoiturage au parc Beauséjour à Rimouski à 9h	<b>Club de marche de Rimouski (Bas-Saint-Laurent)</b> Carole Thibaudeau 418 750-9634
<b>Dim 04</b>	Randonnée pédestre	Île Saint-Bernard – Réserve faunique Marguerite Youville	Environ 8km / aucun dénivelé / facile	Stationnement de la réserve faunique à 9h	<b>Les randonneurs associés (Montérégie)</b> info@lesrara.ca
<b>Mar 06</b>	Randonnée pédestre	À définir	À définir	Covoiturage au parc Beauséjour à Rimouski à 13h30	<b>Club de marche de Rimouski (Bas-Saint-Laurent)</b> Léonise Petitpas 418 740-2709
<b>Sam 10</b>	Randonnée en forêt	Lac Clair – Grandes-Piles	11km / 314m / intermédiaire- débutant	Covoiturage à l'aréna Jérôme Cotnoir – Trois-Rivières à 9h	<b>École de plein air équipe Zahra (Mauricie)</b> Emery Leblanc 819-373-6140
<b>Sam 10</b>	Randonnée pédestre	Coaticook – Cantons de l'Est	Intermédiaire	10h (détails auprès du club)	<b>Club Volksmarche La Foulée (Laurentides)</b> Lucie Bisson 450 437-2516
<b>Sam 10</b>	Randonnée pédestre	Parc Dufresne	Environ 10km / 450m / intermédiaire	Chalet d'accueil du parc à 9h	<b>Les randonneurs associés (Montérégie)</b> info@lesrara.ca
<b>Sam 10</b>	Randonnée pédestre	Les Deux Criques – Parc national de la Mauricie	18km / 900m / intermédiaire +	Départ du Métro Jean XXIII à Trois-Rivières à 8h	<b>Club Moi, Mes souliers (Mauricie)</b> Lise Alie 819 384-6990 Laurence Ratti 819 537-0065
<b>Dim 11</b>	Randonnée pédestre	Sentier de la rivière - Parc Beauséjour (Draveur-Éboulis)	8km / facile	Parc Beauséjour à Rimouski à 9h30	<b>Club de marche de Rimouski (Bas-Saint-Laurent)</b> Clément Juif 418 509-1229
<b>Dim 11</b>	Randonnée pédestre	Pointe-des-Cascades – Vaudreuil-Soulanges	Environ 7-8km / aucun dénivelé / facile	Stationnement en face du poste de pompiers de Vaudreuil-Soulanges à 9h	<b>Les randonneurs associés (Montérégie)</b> info@lesrara.ca

*Informations récoltées grâce à l'implication active des clubs de marche membres de la Fédération. – 1<sup>er</sup> septembre 2020  
Pour pratiquer la randonnée pédestre en toute sécurité, merci de vous renseigner auprès des clubs afin de connaître les mesures sanitaires mises en place.  
Retrouvez également le code des pratiquant-e-s en contexte de pandémie de COVID-19 sur le site Web de Rando Québec.*

<b>Jour</b>	<b>Type de marche</b>	<b>Lieu</b>	<b>Kilométrage/ Dénivelé/ Niveau</b>	<b>Départ</b>	<b>Contact</b>
<b>Sam 17</b>	Randonnée en forêt privée	Le Monteux - Nicolet	12km / 110m / débutant	Covoiturage à l'aréna Jérôme Cotnoir - Trois-Rivières à 9h30	École de plein air équipe Zahra (Mauricie) Serge Leduc 819 293-9844
<b>Sam 17</b>	Randonnée en montagne	Parc de la rivière Doncaster - Sainte-Adèle	12km ou moins / moyen	Métro Montmorency à 9h - Montréal	Hors Sentiers (Montréal) www.horssentiers.ca
<b>Sam 17</b>	Randonnée pédestre	Le Centenaire - Laurentides	Intermédiaire	10h (détails auprès du club)	Club Volksmarche La Foulée (Laurentides) Daniel Toutant 450 434-9964
<b>Sam 17</b>	Randonnée pédestre	La Gabelle - Saint-Etienne-des-Grès	10km / 200m / intermédiaire	Départ du Walmart du Cap à Trois-Rivières à 9h30	Club Moi, Mes souliers (Mauricie) Pierre Levasseur 819 535-5946
<b>Dim 18</b>	Randonnée pédestre	La Citadelle-La Colonie-Relais Le Pékan (aller-retour) - Parc du Bic	12,5km / Moyen	Covoiturage au parc Beauséjour à Rimouski à 9h30	Club de marche de Rimouski (Bas-Saint-Laurent) Chantal Rioux 418 725-0094
<b>Dim 18</b>	Randonnée pédestre	Les oies blanches au Pont-Saint-Louis - Valleyfield	Environ 7-8km / aucun dénivelé / facile	9h - lieu à venir	Les randonneurs associés (Montérégie) info@lesrara.ca
<b>Jeu 22</b>	Randonnée en montagne	Le grand Brûlé - Mont-Tremblant	11km / 645m / difficile	Métro Crémazie à 9h - Montréal	Hors Sentiers (Montréal) www.horssentiers.ca
<b>Sam 24</b>	Randonnée en forêt	Parc des chutes - Shawinigan	10km / débutant	Covoiturage à l'aréna Jérôme Cotnoir - Trois-Rivières à 9h30	École de plein air équipe Zahra (Mauricie) Jacques Goulet 819 378-7236
<b>Sam 24</b>	Randonnée pédestre	Chute Wilson - Laurentides	Facile	10h (détails auprès du club)	Club Volksmarche La Foulée (Laurentides) Johanne Gagnon 514 913-6283

*Informations récoltées grâce à l'implication active des clubs de marche membres de la Fédération. – 1<sup>er</sup> septembre 2020  
Pour pratiquer la randonnée pédestre en toute sécurité, merci de vous renseigner auprès des clubs afin de connaître les mesures sanitaires mises en place.  
Retrouvez également le code des pratiquant-e-s en contexte de pandémie de COVID-19 sur le site Web de Rando Québec.*

<b>Jour</b>	<b>Type de marche</b>	<b>Lieu</b>	<b>Kilométrage/ Dénivelé/ Niveau</b>	<b>Départ</b>	<b>Contact</b>
<b>Sam 24</b>	Randonnée pédestre	Couleurs d'automne au Parc de la rivière Doncaster	10km / léger dénivelé / intermédiaire	Chalet d'accueil du parc à 9h	<b>Les randonneurs associés (Montérégie)</b> info@lesrara.ca
<b>Sam 24</b>	Randonnée pédestre	Sentier Jacques Buteux et du Ruisseau, Grande-Piles (avant dîner); Lac Clair et des Iles et visite de la base de plein air du Lac Clair	10-11km / 170m / intermédiaire	Détails auprès du club	<b>Club Moi, Mes souliers (Mauricie)</b> René Bacon 819 244-7901
<b>Dim 25</b>	Randonnée pédestre	Parc du Mont-Comi	10-12km / moyen	Covoiturage au parc Beauséjour à Rimouski à 9h30	<b>Club de marche de Rimouski (Bas-Saint-Laurent)</b> Clément d'Astous 418 750-0333
<b>Sam 31</b>	Randonnée en forêt	Les deux crics - Parc national de la Mauricie	17km / 960m / intermédiaire-avancé	Covoiturage à l'aréna Jérôme Cotnoir - Trois-Rivières à 8h30	<b>École de plein air équipe Zahra (Mauricie)</b> Linda Piché 819 979-3107
<b>Sam 31</b>	Randonnée pédestre	Parc Dufresne - Laurentides	Intermédiaire	10h (détails auprès du club)	<b>Club Volksmarche La Foulée (Laurentides)</b> Johanne Gagnon 514 913-6283
<b>Sam 31</b>	Randonnée pédestre	Parker-Trappeur - Parc national de la Mauricie	15,8km / 400m / intermédiaire +	Départ du Métro Jean XXIII à Trois-Rivières à 8h30	<b>Club Moi, Mes souliers (Mauricie)</b> Lucie Dufresne 819 247-3212

*Informations récoltées grâce à l'implication active des clubs de marche membres de la Fédération. – 1<sup>er</sup> septembre 2020  
Pour pratiquer la randonnée pédestre en toute sécurité, merci de vous renseigner auprès des clubs afin de connaître les mesures sanitaires mises en place.  
Retrouvez également le code des pratiquant-e-s en contexte de pandémie de COVID-19 sur le site Web de Rando Québec.*