

SENTIERS ET ACTIVITÉS

Les chiens en laisse
sont les bienvenus
au Parc régional!



SECTEUR	SENTIER	ACTIVITÉ				LONGUEUR	TYPE	NIVEAU
		PÉDESTRE	RAQUETTE	SKI DE FOND	VÉLO			
POINTE-DES-PÈRES	L'ABBAYE	X	X			0,2	LINEAIRE	FACILE
POINTE-DES-PÈRES	L'AMÉLANCHE	X	X			0,3	LINEAIRE	FACILE
POINTE-DES-PÈRES	LE GRAND PIC	X	X			0,3	LINEAIRE	FACILE
POINTE-DES-PÈRES	LA MISTASSIBI	X	X			0,3	LINEAIRE	FACILE
POINTE-DES-PÈRES	LE PORTAGE	X	X			1,4	LINEAIRE	FACILE
POINTE-DES-PÈRES	LE TRAPPISTE	X	X			1,1	LINEAIRE	FACILE
POINTE-DES-PÈRES	LE VILLAGE	X	X			0,7	LINEAIRE	FACILE
POINTE-DES-PÈRES	CHEMIN DES MONASTÈRES TRAPPISTES	X				28,3	BOUCLE	FACILE
RACINE-VAUVERT	LA RACINE	X		X	X	7,5	LINEAIRE	FACILE
RACINE-VAUVERT	LA SAVARD	X		X	X	1,3	LINEAIRE	FACILE
RACINE-VAUVERT	LA PTARMIGAN	X		X	X	1,3	LINEAIRE	FACILE
RACINE-VAUVERT	LA POINTE-RACINE	X		X	X	5,5	LINEAIRE	FACILE
RACINE-VAUVERT	LA SAINTE-MARGUERITE	X			X	9,6	LINEAIRE	FACILE
RACINE-VAUVERT	L'ÉCUREUIL		X			3,5	BOUCLE	FACILE
RACINE-VAUVERT	LE MULOT		X			0,6	LINEAIRE	FACILE
RACINE-VAUVERT	LE CASTOR		X			1	LINEAIRE	FACILE
RACINE-VAUVERT	LE LYNX		X			5	LINEAIRE	FACILE
EAUX-VIVES	LE RAFT	X				2,2	LINEAIRE	INTERMÉDIAIRE
L'ÉCLUSE	L'ÉCLUSE	X				0,8	BOUCLE	FACILE
CHUTE-À-L'OURS	ARBORETUM	X				2,7	BOUCLE	FACILE
CHUTE-À-L'OURS	MASK&ATIK&ICHE	X				2,4	BOUCLE	FACILE
CHUTE-À-L'OURS	LA PETITE-CHUTE	X				0,2	LINEAIRE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LA FAMILIALE			X		10	BOUCLE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LA 9 ^e CHUTE			X		15	LINEAIRE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LA TRAVERSE			X		5	LINEAIRE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LA SAPINIÈRE			X		3,5	BOUCLE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LA PISTE ÉCOLE			X		0,5	BOUCLE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LE RENARD		X			3	LINEAIRE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LE LIÈVRE		X			3	BOUCLE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LA PERDRIX		X			3	LINEAIRE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LE CHEVREUIL		X			2	LINEAIRE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	LES PETITES COLLINES		X			2	BOUCLE	FACILE
ALBANEL - ASSOCIATION-DES-SPORTIFS	AU FIL DES RIVIÈRES				X	15	LINEAIRE	FACILE
ALBANEL - 9 ^e CHUTE	LE TOUR DE L'ÎLE	X				2,6	BOUCLE	FACILE
CHUTE-BLANCHE	LA CHUTE BLANCHE	X				0,7	LINEAIRE	FACILE
CHUTE-BLANCHE	L'EXPLORATEUR	X				0,8	LINEAIRE	DIFFICILE
BOULEAU-JAUNE	DU GROS MERISER	X				0,4	LINEAIRE	FACILE
L'ÉNERGIE	LE PORTAGE	X				0,4	BOUCLE	FACILE
L'ÉNERGIE	LA MISTASSINI	X				0,6	BOUCLE	FACILE
L'ÉNERGIE	LE PIERRE-DOUCET	X				1,1	LINEAIRE	FACILE

AIDE- MÉMOIRE SÉCURITÉ

- Évaluez vos compétences et votre forme physique;
- Informez-vous des prévisions météorologiques, du niveau d'eau des cours d'eau et des dangers de feux de forêt;
- Apportez de l'eau et de la nourriture en quantité suffisante et portez des vêtements appropriés;
- Apportez du chasse-moustique et de la crème solaire;

- Ne comptez pas sur votre cellulaire, les réseaux ne sont pas disponibles partout;
- Avisez un proche de votre itinéraire et du moment prévu de votre retour;
- Consultez une carte du territoire;
- Ne laissez jamais un enfant sans surveillance (nombreux cours d'eau);
- Ne nourrissez pas les animaux sauvages.

EN CAS D'URGENCE, CONTACTEZ LE 911 OU LA SÛRETÉ DU QUÉBEC (310-4141) OU PAR CELLULAIRE *4141 (LÀ OÙ LES RÉSEAUX CELLULAIRES SONT ACCESSIBLES).

Faites d'ONDAGO
VOTRE COMPAGNON D'AVENTURE!



À vos cartes, prêts, partez!

