

SENTIERS ET ACTIVITÉS



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

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).



LES CHIENS SONT PERMIS!

Vos chiens sont les bienvenus au Parc régional. Ils doivent être tenus en laisse et être surveillés en tout temps. Leurs excréments doivent être ramassés et jetés aux endroits prévus.