

**QUAND** Tous les mercredis  
**DÉPART** Les membres se rencontrent à compter de 12 h 45 sur le stationnement de l'église Sainte-Cécile – côté Sud. Plus tôt, s'il y a lieu. Voir la programmation  
**SERVICES** Toilettes au Centre communautaire du Plateau au 8805, av Jean-Paquin (en face du stationnement)  
**DURÉE** Marche d'environ 1 h 30 pour les quatre premiers groupes.  
 Marche d'une heure pour le cinquième groupe  
**COÛT** Covoiturage 3 \$

**Responsables :**

Lily Tremblay	418-622-2983
Aline Harbour	418-623-5651
Nicole Charbonneau	418-623-2863
Claude Breton	418-626-4445
Francine Champoux	581-742-9779
Guylaine Potvin	418-664-0822
Arlette Savard	418-661-6879

**Inscriptions:**  
**Lily Tremblay** 418-576-4413 cell  
**Marie-Josée Racine** 418-624-7220

**La marche est annulée en cas de pluie ou de tempête et vous recevrez un courriel s'il y a lieu**

DATE	LIEU DE L'ACTIVITÉ	DÉPART	INFORMATIONS SUR L'ACTIVITÉ	COÛT
11-sept-2019	Base de plein air de Sainte-Foy	13h00	Boul. Cloutier à droite, tourner à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'à la rue de la Morille. Tourner à gauche et rouler jusqu'au bout. Tourner à gauche le boul. Robert-Bourassa Sud (740-S). Ensuite sortie pour le boul. Charest Ouest (440-O). Ensuite prendre la sortie 306. Au stop, tourner à gauche et autre stop, droit devant vous. Le stationnement est à votre droite.  BÂTONS DE MARCHE FACULTATIFS	GRATUIT
18-sept-2019	Promenade Samuel-de Champlain	13h00	Boul. Cloutier à droite, tourner à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'à la rue de la Morille. Tourner à gauche et rouler jusqu'au bout. Tourner à gauche sur le boul. Robert-Bourassa Sud (740-S) et rouler jusqu'au bout. Tourner à gauche sur boul. Laurier et puis tourner à droite sur rue Charles-Huot, rouler jusqu'à Chemin Saint-Louis. Continuer tout droit (Charles-Huot devient Côte-à Gignac) et aller jusqu'au boul. Champlain. Tourner à droite sur boul. Champlain. Rouler 1.5km et stationner en face de la station des Cageux (grosse bâtisse brune avec observatoire, près du fleuve).  BÂTONS DE MARCHE FACULTATIFS	GRATUIT
25-sept-2019	Parcours des Anses Parc du Domaine Etchemin Lévis	<b>10h00</b>	Boul. Cloutier à droite, tourner à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'à la rue de la Morille. Tourner à gauche et rouler jusqu'au bout. Tourner à gauche sur le boul. Robert-Bourassa Sud (740-S). Prendre la sortie pour le boul. Charest et ensuite, la sortie 305 sortie autoroute Duplessis pour le Pont Pierre-Laporte (73-S), direction 20-E, direction Rivière-du-Loup, sortir rue Taniata Nord (275-N) jusqu'à rue Guillaume Couture (132-E), tourner à droite, passer la rivière Etchemin, et tourner à gauche sur la rue Jean-Huard. Stationnement à gauche <b>Apporter votre lunch pour le pique-nique</b>  BÂTONS DE MARCHE FACULTATIFS	GRATUIT

2-oct-2019	Parc linéaire de la Rivières-des-Roches	13h00	Boul. Jean-Talon Est, tourner à gauche avenue des Platanes, et tourner à droite rue des Pigamons. Stationner sur la rue des Pigamons  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS	GRATUIT
9-oct-2019	Station Duchesnay	<b>12h30</b>	Boul. Cloutier à droite, tourner à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'à la rue de la Morille. Tourner à gauche et rouler jusqu'au bout. Tourner à gauche sur le boul. Robert-Bourassa Sud (740-S). Prendre la sortie pour le boul. Charest ouest (440-O). Rouler vers l'ouest et prendre la sortie 295. Suivre la route 367 Nord (367-N). À Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, en haut de la grande côte, tourner à gauche pour route 367 Nord, vers St-Raymond. À la station Duchesnay, tourner à droite vers le stationnement (au bout de la côte sur le talus). Le stationnement est à votre gauche.  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS	GRATUIT
16-oct-2019	Parc national de la Jacques-Cartier	<b>12h30</b>	Autoroute Laurentienne Nord (73-N), prendre la sortie 182. Après la guérite, rouler environ 10 km jusqu'au centre de service.  <b>Prévoir le montant juste (7,75 \$) à remettre aux responsables avant le départ.</b>  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS	\$\$
23-oct-2019	Ski de fond de Charlesbourg	13h00	Boul. Henri-Bourassa Nord jusqu'à la rue Dublin, tourner à droite sur la rue Dublin, puis tourner à gauche sur la rue de l'Aventure jusqu'au stationnement.  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS	GRATUIT
30-oct-2019	Parc de la Rivière-Beauport sud	13h00	Prendre Jean-Talon Est jusqu'à l'av. des Diamants, tourner à droite puis descendre l'av. des Diamants direction sud jusqu'à Louis-XIV. Tourner à gauche à la lumière sur Louis-XIV et rouler jusqu'à la prochaine lumière. Tourner à droite sur l'av. du Bourg-Royal, descendre et passer le viaduc de l'autoroute de la Capitale, tourner à gauche sur la rue Cambronne, se rendre jusqu'à l'avenue des Cascades et tourner à droite. Stationner à droite.  BÂTONS DE MARCHE FACULTATIFS	GRATUIT
6-nov-2019	Parc linéaire de la Rivière Saint-Charles (secteur du Parc Les Saules Maison O'Neill)	13h00	Boul. Cloutier à droite, tourner sur le boul. Louis-XIV à droite. Rouler jusqu'à la rue de la Morille. Tourner à gauche et rouler jusqu'au bout. Tourner à gauche le boul. Robert-Bourassa Sud (740-S). Prendre Sortie 7 pour le boul. Hamel Ouest. Passer le 3160 boul. Hamel, tourner à droite à la lumière (rue Foucault), stationnement à droite.  BÂTONS DE MARCHE FACULTATIFS	GRATUIT
13-nov-2019	Centre de plein air de Beauport	13h00	Boul. Louis-XIV vers l'Est. Après le boul. Raymond, tourner à la 2 <sup>e</sup> lumière (à gauche) sur la rue Sérénité. Stationner au fond.  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS	GRATUIT

20-nov-2019	Parc Chauveau sud	13h00	Boul. Louis-XIV direction Ouest, tourner à gauche av. Chauveau. Dépasser le boul. St-Jacques et stationner au parc à gauche.  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS	GRATUIT
27-nov-2019	Maison Dorion-Coulombe	13h00	Boul. Jean-talon à gauche pour prendre autoroute Laurentienne sud (73-S), sortie rue du Cardinal Roy. Tourner à droite et passer sous l'autoroute. Tourner à gauche sur la rue Lee. Ensuite, tourner à gauche sur rue de la Pointe-aux-Lièvres. Le stationnement est à gauche devant le centre communautaire 51, rue de la Pointe-aux-Lièvres.  BÂTONS DE MARCHE FACULTATIFS	GRATUIT
4-déc-2019	Rivière des Sept-Ponts	13h00	Boul. Henri-Bourassa vers le Nord, après la rue Georges-Muir, vous verrez plus loin à gauche une petite église... à la lumière, tourner à droite sur la côte Bédard. À la troisième rue, tourner à droite sur la rue Hector-Bédard, stationner au bout de la rue.  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS <b>Prévoir un montant de \$20.00 à remettre aux responsables Nicole Charbonneau et Francine Champoux dans les semaines précédant le dîner de Noël, lunch chaud et froid, au centre communautaire du Plateau, 8815, av. Jean-Paquin.</b>	GRATUIT
11-déc-2019	Parc de l'Escarpement	13h00	Boul. Cloutier, puis tourner à droite sur boul. Louis XIV jusqu'à rue de la Morille. Tourner à gauche sur de la Morille jusqu'à la rue Thérèse-Casgrain, et poursuivre jusqu'à boul. Lebourgneuf, tourner à droite sur Lebourgneuf et vous diriger vers le Walmart. Se stationner à l'arrière du Walmart près du boisé.  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS	GRATUIT
18-déc-2019	Parc des Moulins	<b>10h00</b>	Boul. Jean-Talon Ouest. Prendre l'autoroute Laurentienne nord (73-N). Ensuite, prendre la sortie 154 rue de la Faune. Tourner à gauche sur rue du Marigot et à gauche sur rue de la Faune. Tourner à gauche pour vous stationner au stationnement de l'ancien Zoo à droite. (au fond à l'Ouest).  BÂTONS DE MARCHE RECOMMANDÉS  <b><u>Dîner rencontre pour célébrer le temps des Fêtes à la salle des loisirs au Centre communautaire du Plateau de 12h30 à 15h00.</u></b>	GRATUIT