



C.P. 444, Succ.A, Rimouski (QC) G5L 7C3

www.cdmrimouski.org – clubmarcherimouski1994@outlook.com

SORTIES RÉALISÉES

1 cœur	Baie-des-Sables.
1 cœur	Bic – Pointe-aux-Anglais, 8 km.
2 cœurs	Bic, Rang 3, 8 km.
1 cœur	Bic, 10 km.
1 cœur	Bic, Lac-des-Joncs, 10 km.
1 cœur	Bic, Rang 2 – Pointe-aux-Anglais, 11 km.
1 cœur	Bic – Saint-Fabien, 12 km.
1 cœur	Bic, Rangs 2 et 3, 13 km.
2 cœurs	Bic, piste La Nôtre 17 km. (ski de fond seulement).
3 cœurs	Bic, Rang 3 – Rang 4 de Saint-Valérien, 20 km.
2 cœurs	Cacouna – Rivière-du-Loup, 12 km.
2 cœurs	Causapscal (S.I.A.), 15 km.
2 cœurs	Centre de plein air Mouski, 10 km (raquette)
2 cœurs	Centre de plein air Mouski, 12 à 18 km (ski de fond)
3 cœurs	Domaine Valga : Montagne du Pain de Sucre, 10 km.
3 cœurs	Domaine Valga : Rivière-Neigette, 12 km.
1 cœur	Forestville sur le bord de la plage, 10 km.
1 cœur	Grand Métis, 14 km.
2 cœurs	Grand-Métis à Matane, 50 km. (2 jours).
1 cœurs	Île-aux-Basques (2 jours).
2 cœurs	Île-aux-Grues – Grosse-Île, (mémorial des Irlandais).
2 cœurs	Île d'Anticosti. (8 jours).
3 cœurs	Île aux Lièvres, 11 à 24 km (2 à 3 jours)
2 cœurs	Kamouraska, les Monadnocks, 14 km.
3 cœurs	La Rédemption – Montagne Saint-Pierre, 8 à 12 km
2 cœurs	Lac Grand Macpes, 10-12 km.
3 cœurs	Lac Métis, sur les traces de l'Original, 12 à 15 km / jour (2 jours).
2 cœurs	Les Escoumins et Tadoussac. (2 jours).
2 cœurs	Les Hauteurs, 10 à 20 km.
2 cœurs	L'Île-Verte, sentier de la Bouette, 4 km.
1 cœur	L'Île-Verte, traversée sur pont de glace, 10 km.
2 cœurs	île Verte (sur l'île), 16 km.
2 cœurs	Matane à Sainte-Anne-des-Monts, sur la plage, 12 à 20 km / jour. (6 jours).
1 cœur	Métis-sur-Mer, 10 km.
1 cœur	Mont-Comi à Saint-Gabriel-de-Rimouski, 10 km.
4 cœurs	Montagnes Blanches N.H. USA (4 jours).

- 2 cœurs Mont-Joli, visite des Murales, 10 km.
- 3 cœurs Montmagny et Saint-Fabien-de-Panet; L'Oxalide (4 jours).
- 2 cœurs MRC des Basques, 15 km.
- 2 cœurs Padoue, 10 à 15 km.
- 1 cœur Parc Beauséjour, sentiers le long de la rivière (Le Draveur - L'Éboulis), 8 km.
- 1 cœur Parc Beauséjour, sentier le long du fleuve (Le Littoral), 10 km.
- 2 cœurs Parc Beauséjour – Boulevard du Sommet (coucher de soleil) 10 km.
- 1 cœur Parc Beauséjour au barrage Boralex, 10 km.
- 2 cœurs Parc Beauséjour, sentier à Clément, 10 km (hiver seulement)
- 2 cœurs Parc Beauséjour, par champs et forêts, Rivière Rimouski vers le Bic, 11 km.
- 2 cœurs Parc Beauséjour, Sentier Le Littoral – Rocher Blanc (retour par plage), 15 km.
- 3 cœurs Parc Beauséjour – Boulevard du Sommet – rue de la Montagne, 17 km.
- 3 cœurs Parc Beauséjour – Sainte-Luce, 19 km.
- 3 cœurs Parc Boréal, Baie-Comeau à Franklin.
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Mont Hog's Back, 6 km.
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Mont Olivine, 10 km.
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Mont Xalibu, 11 km.
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Mont-Albert, 12 km.
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, tour du Mont-Albert, 17 km.
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Mont Richardson, 17 km.
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, La Paruline et le Pluvier, 35 km (2 jours).
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Pic de l'Aube et Pic du Brûlé (2 jours).
- 2 cœurs Parc de la Gaspésie, Mont Logan et Lac Thibault. (2 jours).
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Mont Blanche-Lamontagne et Mont Olivine. (2 jours).
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, refuges Les Mines Madeleine et Le Roselin. (2 jours).
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Monts Olivine, Jacques-Cartier et Ernest-Laforce.
- 3 cœurs Parc de la Gaspésie, Mont Jacques-Cartier, Lac aux Américains, Pic du Brûlé.
- 3 cœurs Parc de la Jacques-Cartier (3-4 jours)
- 1 cœur Parc de la Rivière Mitis, 8 km.
- 2 cœurs Parc des Laurentides; Forêt Montmorency, (2-7 jours)
- 1 cœur Parc du Bic, Mont Chocolat, 2 km.
- 2 cœurs Parc du Bic, Les Anses, Cap Caribou, 3 km.
- 3 cœurs Parc du Bic, Le tour du Cap-à-l'Original, 6 km.
- 1 cœur Parc du Bic, Le Chemin-du-Nord – Le Contrebandier, 8 km.
- 1 cœur Parc du Bic, L'Île-aux-Amours, les Anses, Pointe-aux-Épinettes, 8 km.
- 2 cœurs Parc du Bic, Les Murailles – Belvédère Raoul-Roy (observ rapaces) 9 km.
- 2 cœurs Parc du Bic, La Citadelle, 9 km.
- 1 cœur Parc du Bic, La Coulée-à-Blanchette, 10 km.
- 1 cœur Parc du Bic, La Colonie et Le Chemin-du-Nord, 10 km.
- 3 cœurs Parc du Bic, la traversée complète, 12 km (aller seulement).
- 2 cœurs Parc du Bic, La Citadelle et le Pic-Champlain, 15 km.
- 3 cœurs Parc du Bic, Le Pic-Champlain – Les Murailles (belvédère Raoul-Roy), 15 km.
- 2 cœurs Parc du Bic, Les Anses – Mont Chocolat – La Citadelle, 15 km.
- 3 cœurs Parc du Bic, Pic Champlain – Les Murailles – Coulée-à-Blanchette, 17 km.
- 2 cœurs Parc du Mont-Comi, (clair de lune), 10 km.
- 3 cœurs Parc du Mont Mégantic, Sentier des 3 sommets et du Mont Gosford. (4 jours).

3 cœurs	Parc Forillon, (traversée), 66 km. (5 jours).
2 cœurs	Parc National Île Bonaventure et Carleton-Maria. (2 jours).
3 cœurs	Parc National des Hautes-Georges-de-la-Rivière-Malbaie. (2 jours).
3 cœurs	Parc provincial Mont-Carleton (N.B.) (2 jours)
2 cœurs	Parc régional de la Seigneurie du lac Matapédia, 15 km.
2 cœurs	Parc régional de Val-d'Irène, 14 km .
2 cœurs	Petit Lac Ferré (l'orme centenaire), 10 km.
1 cœur	Pointe-aux-Anglais – Parc du Bic, 10 km.
2 cœurs	Pointe à Santerre à Pointe-aux Anglais, par le bord de mer, 10 km.
1 cœur	Pointe-au-Père, sentier de ski de fond, 6 km.
2 cœurs	Pointe-au-Père, sentier à Marie, 8 km (hiver seulement)
1 cœur	Pointe-au-Père à Sainte-Luce (Moulin Banal) (par le bord de mer), 10 km.
2 cœurs	Pointe-au-Père, Route panoramique, 15 km.
3 cœurs	Porc-Pic à Saint-Simon (Route verte) 15 km.
2 cœurs	Portes de l'Enfer, 12 km.
3 cœurs	Price – Saint-Octave, 21 km
2 cœurs	Québec, Rivière Saint-Charles (2 jours).
2 cœurs	Réserve Duchénier, 8 km.
1 cœur	Réserve faunique Matane, Rivière Matane, 9 km.
3 cœurs	Réserve faunique Matane, la Côte aux perches, 14 km.
3 cœurs	Réserve faunique Matane, Mont de l'Ouest, 16 km.
3 cœurs	Réserve faunique Matane, Mont William Price, 18 km
4 cœurs	Réserve faunique Matane, Mont Blanc, 22 km; Lac Beaulieu, 15 km.
4 cœurs	Réserve faunique Matane, Mont Nicol-Albert, 17 km; Mont-Logan, 20 km.
3 cœurs	Réserve faunique Matane, Lac Beaulieu, Mont Blanc, Montagne à Valcourt.
3 cœurs	Réserve faunique Matane, Mont Charles-Vézina – Côte aux perches.
4 cœurs	Réserve faunique Matane, Mont Nicol-Albert et Chute Hélène. (2 jours).
3 cœurs	Réserve faunique des Chics-Chocs, Mont Vallière-de-Saint-Réal. (4 jours).
2 cœurs	Rimouski, Île Saint-Barnabé, traversée sur pont de glace, 5 km.
1 cœur	Rimouski, Promenade, Léonidas, 2 ^e rue jusqu'au Parc Beauséjour, 8 km.
2 cœurs	Rimouski, de la Cathédrale, des Prés, Route 232, Chemin Panorama, 10 km.
1 cœur	Rimouski, Rocher-Blanc – L'Anse-aux-Sables, 10 km.
1 cœur	Rimouski, Marchethon de la Dignité, 10 km.
1 cœur	Rimouski, sur l'île Saint-Barnabé, 12 km.
2 cœurs	Rimouski-Est (église) au Rocher-Blanc, aller-retour, 15 km.
2 cœurs	Rivière-du-Loup, Parc des Chutes, la Pointe et Mont Cacouna, 15 km.
2 cœurs	Rivière Hâtée à l'Île-au-Massacre, 11 km.
1 cœur	Rivière-Hâtée – Pointe-à-Santerre à Pointe-aux-Anglais, 12 km.
2 cœurs	Saint-Anaclet-de-Lessard, Le Mondrain, 4 km.
2 cœurs	Saint-Anaclet-de-Lessard, Rang 3, Rang 4 et Mondrain, 8 km.
2 cœurs	Saint-Anaclet-de-Lessard vers le lac Bellavance, 10 km.
2 cœurs	Saint-Anaclet-de-Lessard, stationnement Chute Neigette – Lac Gasse, 13 km.
3 cœurs	Saint-Anaclet-de-Lessard, Chute Neigette à Saint-Donat-de-Rimouski, 15 km.
3 cœurs	Saint-Anaclet-de-Lessard, Route du Fourneau-à-Chaux, 16 km.
2 cœurs	Saint-André de Kamouraska, 10 km.
3 cœurs	Saint-Damase, 10 à 15 km.

1 cœur	Saint-Eugène-de-Ladrière, cabane à sucre et raquette, 5 km.
1 cœur	Saint-Eugène-de-Ladrière, 15 km.
2 cœurs	Saint-Eugène-de-Ladrière – Saint-Mathieu-de-Rioux, 19 km.
1 cœur	Saint-Fabien, Belvédère Raoul-Roy – Îlet au Flacon, pour les rapaces, 8 km.
2 cœurs	Saint-Fabien, tour du lac Malobes, 14 km.
2 cœurs	Saint-Fabien – Saint-Simon, 14 km.
2 cœurs	Saint-Juste-du-Lac, Sentier national au Québec S.N.Q., 15 km.
1 cœur	Saint-Marcellin, Lac Noir, 8 km.
1 cœur	Saint-Marcellin, Lac Pierre, 15 km.
1 cœur	Saint-Marcellin, les montées à mon oncle Ti-Nel, 10 à 20 km.
2 cœurs	Saint-Mathieu-de-Rioux, Club Appalaches, 10 km.
1 cœur	Saint-Mathieu-de-Rioux, tour du lac Saint-Mathieu, 13 km.
2 cœurs	Saint-Mathieu-de-Rioux, belvédère du 5 ^e Horizon, 15 km.
1 cœur	Saint-Nil (village fermé)
3 cœurs	Saint-Octave-de-l’Avenir - Relais Chic-Chocs (raquette).
2 cœurs	Saint-Octave-de-Métis, 11 km.
2 cœurs	Saint-Pascal-de-Kamouraska (2 jours).
1 cœur	Saint-Simon-sur-Mer, 10 à 15 km.
3 cœurs	Saint-Simon – sentier Porc-Pic, aller-retour, 18 km.
2 cœurs	Saint-Valérien, Montagne Ronde, 10 km.
2 cœurs	Saint-Vianney à Rivière Matane (S.I.A.), 12 km.
1 cœur	Sainte-Blandine – Village des Sources, 9 km.
1 cœur	Sainte-Blandine : Rang 3 Ouest – Village des Sources, 10 km.
2 cœurs	Sainte-Blandine (Val-Neigette), 10 km.
2 cœurs	Sainte-Blandine, Centre de plein-air Mouski, 10 - 17 km.
2 cœurs	Saint-Léon-Le-Grand, 11 à 20 km.
2 cœurs	Sainte-Angèle-de-Mérici, 15 km.
1 cœur	Sainte-Flavie – Métis-sur-Mer, 15 km.
2 cœurs	Sainte-Irène, 10 à 20 km.
2 cœurs	Sainte-Irène et Lac Humqui, 10 à 18 km.
3 cœurs	Sainte-Jeanne-D’Arc, 12 km.
1 cœur	Sainte-Luce, pépinière, ski de fond, 10 km.
2 cœurs	Sainte-Luce, Sainte-Flavie (bord de mer), 17 km.
2 cœurs	Sainte-Odile, Chemin de la Couronne, 10 à 20 km.
2 cœurs	Sainte-Paule, Lac du Portage, 14 km.
1 cœur	Sainte-Rita, 12 km.
3 cœurs	Sentier des Caps (Charlevoix), 5 jours, 51 km.
1 cœur	Sentier national SNQ, Lac Anna, 8 km.
2 cœurs	Sentier national SNQ, tronçon Sénéscoupé, 9 km.
2 cœurs	Sentier national SNQ, Passerelle des Basques – Trois-Pistoles, 12 km.
2 cœurs	Sentier national SNQ, Saint-Clément – Saint-Cyprien, 12 km.
2 cœurs	Sentier national SNQ, Rang des 7 Lacs – Saint-Cyprien, 12 km.
2 cœurs	Sentier national SNQ, Pont des 3 roches du Moulin Beaulieu, 13 km.
2 cœurs	Sentier national SNQ, Saint-Clément – Saint-Jean-de-Dieu, 14 km.
2 cœurs	Sentier national SNQ, Chute Neigette, rang des Écorchis, aller-retour, 14 km.
2 cœurs	Sentier national SNQ, Chute-Neigette – Mont-Comi. 14 km.

- 2 cœurs Sentier national SNQ, Saint-Jean-de-Dieu – Passerelle Basques, 15 km.
- 2 cœurs Sentier national SNQ, Rivière-Trois-Pistoles, 16 km.
- 2 cœurs Sentier national SNQ, Chute Neigette, rang Écorchis, chemin Neigette, 19 km.
- 2 cœurs Sentier national SNQ, Lac Anna – Ruisseau de l'Étang, 21 km.
- 3 cœurs Sentier national SNQ, Lac Anna et Mont Lennox, 15 et 20 km. (2 jours).
- 3 cœurs Sentier national SNQ, tronçon les Érables, Rang des 7 lacs (2 jours).
- 3 cœurs Sentier national SNQ, Grande-Baie, 14 km. (2 jours).
- 3 cœurs Sentier national SNQ, Dégelis – Montagne à Fourneau, 18 km / jour (4 jours).
- 2 cœurs Sentier national SNQ, Dégelis – Trois-Pistoles, 142 km. (8 jours).
- 1 cœur Trois-Pistoles, Église Notre-Dame-des-Neiges – site ancien barrage, 12 km.
- 2 cœurs Trois-Pistoles, Parc Aventure Basque à la Passerelle des Basques, 12 km.
- 2 cœurs Trois-Pistoles, camping à camping, 15 km.
- 2 cœurs Trois-Pistoles, Parc Aventure Basque–Église Notre-Dame-des-Neiges, 13 km.
- 2 cœurs ZEC du Bas-Saint-Laurent, sentier du Lac Chic-Chocs, 7 km.
- 2 cœurs ZEC du Bas-Saint-Laurent, Mont Longue-Vue, 13 km.
- 2 cœurs ZEC du Bas-Saint-Laurent, Saint-Marcellin, 15 km.