

FAIRE PARVENIR À
RANDONNEURS DU SAGUENAY

Succursale Racine
C.P. 8116
Chicoutimi, Qc
G7H 5B5



Code d'éthique des Randonneurs du Saguenay

Les consignes du responsable de la sortie, nous suivrons.
De la nature, pleinement nous profiterons, les autres randonneurs nous respecterons.
Le tracé du sentier nous suivrons, et les écosystèmes nous protégerons.
Dans la nature, nulle trace ne laisserons, nos déchets nous rapporterons.

Quoi apporter dans son sac à dos?

Un lunch ou une collation.
Une réserve d'eau d'au moins 1 litre.
Une protection solaire et insectifuge.
Un vêtement imperméable.
Vêtements de rechange.
Ennui de santé ou allergie, apportez avec vous tout ce dont vous pourriez avoir besoin et avisez le responsable.

Niveaux de difficulté des randonnées:

- Facile** Parcours avec dénivelé de moins de 200 mètres et d'une durée de moins de 4 heures.
- Intermédiaire** Parcours avec dénivelé de 200 à 400 mètres et de plus de 4 heures.
- Difficile** Parcours de longue distance et/ou dénivelé de 400 à 600 mètres. Excellente condition physique requise.
- Très difficile** Parcours de longue durée avec dénivelé de plus de 600 mètres sur terrain accidenté, Pour randonneurs aguerris seulement.

Covoiturage

Chicoutimi : Stationnement du CEGEP.
Stationnement du RONA

Jonquière: Stationnement Potvin-Bouchard
Alma : Galeries Lac-Saint-Jean, face à Rossy.

Heure de départ du covoiturage :

Arrivez 15 minutes avant l'heure du rendez-vous.

Le coût :

Le nombre de kilomètres aller-retour est indiqué pour chaque activité. La contribution suggérée est calculée selon le tableau suivant:

Trajet aller-retour	Montant Suggéré
1 à 80 km	5\$
81 à 160 km	10\$
161 à 240 km	15\$
241 km et plus	20\$

La contribution suggérée pour le covoiturage entre Alma et Chicoutimi est de 10\$ pour un aller-retour.

Partenaires:

Ultraviolet Sports

La Voie Maltée

Pharmacie Létourneau (Pharmasoins)

Ville de Saguenay

Société des établissements de plein air du Québec (SEPAQ)



PROGRAMME
ÉTÉ-AUTOMNE
2019



Photo Andrée Gravel

Les Randonneurs du Saguenay

Membre associé de RANDO QUÉBEC

Succursale Racine
C.P. 8116
Chicoutimi, Qc
G7H 5B5

Venez nous visiter sur
Internet
www.RandonneursduSaguenay.qc.ca
&
www.facebook.com/groups/



CALENDRIER DES ACTIVITÉS

** ÉTÉ—AUTOMNE 2019**



La date du jour de sortie hebdomadaire (samedi ou dimanche ou parfois lundi) sera déterminée dans la semaine qui la précède en fonction des prévisions météo les plus favorables. Ce choix sera publié au moins 2 jours à l'avance sur notre site Web ou notre page Facebook, dont vous trouverez les adresses à l'endos du présent document.

Date	Activité	Responsable	Détails
Mardi, 23 avril	Assemblée générale annuelle	Christiane Riverin 418-549-5369	19h00 au local 1-716 Parc Rosaire Gauthier, 700 rue Bégin, Chicoutimi.
Samedi, 4 mai	Le petit Compostelle, Isle-aux-Coudres, 24 km, difficile	Christiane Riverin 418-549-5369	Pour information contactez la responsable de l'activité. Pour l'hébergement contactez: Hébergement-Charlevoix.com ou 1-888-435-5107
FDS 01 ou 02 juin	Cap Jaseux, St-Fulgence 7 km, facile	Dominique Dubuc 418-973-5748	Covoiturage (5\$) 9h30, Cegep de Chicoutimi, face au TBN, Alma 8h30 Rendez-vous: Accueil du parc aventure Cap Jaseux (<i>Frais d'entrée</i>)
FDS 08 ou 09 juin	Sentier de la Statue, Rivière-Éternité 8 km, intermédiaire	Jean Vallée 418-549-0404	Covoiturage (10\$) : 9h00 RONA Chicoutimi, 8h00 Alma. Rendez-vous: Accueil du Parc national du Fjord du Saguenay, 91, rue Notre-Dame, Rivière-Éternité (<i>Frais d'entrée</i>)
FDS 15 ou 16 juin	Mont Du Four, Petit Lac Ha'Ha! 13 km, difficile	Paul Tremblay 418-696-0900	Covoiturage(10\$): 8h30 Rona Chicoutimi, 7h30 Alma. Rendez-vous: Accueil du camping du Petit Lac Ha'Ha!, kilomètre 67, route 381.
FDS 22 ou 23 juin	Sortie à vélo, Véloroute des bleuets, Alma, 46 km	Réjean Arseneault 418-545-1525	Pas de covoiturage pour cette activité. Rendez-vous 9h30, Centre sportif Mario Tremblay, 605 boulevard St-Luc, Alma.
FDS 29 ou 30 juin	Sentier des Marais, St-Charles de Bourget, 7 km, facile	Stéphane Demers 418-973-1743	Covoiturage (5) : 10h Cegep de Chicoutimi, face au TBN, 9h30 Alma. Rendez-vous; Chemin Racine, St-Charles de Bourget
À déterminer juillet	Pique-nique annuel	Danyel Boulianne 418-547-4541	Les détails relatifs à cette activité seront publiés sur nos sites 3 jours à l'avance.
FDS 3 ou 4 août	Rive nord du Saguenay, 12 km, intermédiaire	Louis Langevin 418-548-0903	Covoiturage: 9h00 Alma Rendez-vous: 10h, Stationnement église Ste-Anne, 2592, rue Roussel, Chicoutimi-Nord
**9 au 12 août	Séjour à Stoneham	Christiane Riverin 418-549-5369	Pour information, contactez la responsable de l'activité.
FDS 17 ou 18 août	Chute des Martres, 9km, intermédiaire	Robert De Champlain 418-542-9137	Covoiturage (15\$): 8h30 Rona Chicoutimi, 7h30 Alma. Rendez-vous: Pourvoirie du Lac Moreau, km 55, route 381 (plus 19 km de chemin forestier.)
FDS 24 ou 25 août	Sentier Ouïatchouane, 19 km, très difficile.	Denis Veilleux 418-662-8229	Covoiturage : 7h00 Potvin Bouchard Jonquière, 7h30 Alma. Rendez-vous stationnement du village historique de Val Jalbert. Transport en autobus jusqu'au lieu de départ de la randonnée. <i>Frais d'entrée.</i>
FDS 31 août, 1 ou 2 septembre	Trou-de-la-Fée, Desbiens, 5km, facile	Langis Simard 418-973-1171	Covoiturage(10\$) : 9h30 Potvin & Bouchard Jonquière, 10h Alma. Rendez-vous accueil du Parc de la caverne du Trou-de-la-Fée. <i>Frais d'entrée.</i>
FDS 7 ou 8 septembre	Baie Ste-Marguerite vers Cap Ste- Marguerite, 13km, difficile	Nathalie St-Pierre 418-487-2725	Covoiturage(15\$) : 8h00 Cegep de Chicoutimi, Face au TBN, 7h00 Alma. Rendez-vous: Accueil du Parc national du Fjord du Saguenay, secteur Ste-Marguerite, km 22.1, route 172. Sépaq: Entrée gratuite le samedi, payante le dimanche.
FDS 14 ou 15 septembre	Lac Kénogami de baie Moncouche à la rivière Cyriac 13km, difficile	Louise Simard 418-615-8625	Covoiturage (5\$) : 8h00 RONA Chicoutimi, 7h30 Alma. Rendez-vous: Stationnement de la baie Moncouche, chemin à droite du km 221, route 175 sud.
FDS 21 ou 22 septembre	Mont du lac à l'Empêche, 14 km, très difficile	Jacques Boudreau 418-690-3985	Covoiturage (15\$): 7h30 RONA Chicoutimi, 6h30 Alma. Rendez-vous à l'accueil de la Zec des Martres, km 27, route 381 <i>Frais d'entrée.</i>
FDS 28 ou 29 septembre	Sentier des Poètes, de Petit-Saguenay à l'Anse St-Jean, 10 km, difficile	Éric Lunan 418-272-1137	Covoiturage(15\$) : 8h00 RONA Chicoutimi, 7h00 Alma. Rendez-vous au quai de l'Anse-St-Jean. Transfert en autobus jusqu'à l'entrée du sentier. <i>Frais d'entrée Sépaq.</i>
FDS 5 ou 6 octobre	Pic du Grand Corbeau, parc national des Monts Valin, 11km, difficile	Diane Blackburn 418-547-9906	Covoiturage(5\$) : 8h30 Cegep de Chicoutimi, 7h30 Alma. Rendez-vous accueil du parc, rang St-Louis, St-Fulgence. <i>Frais d'entrée Sépaq.</i>
FDS 12, 13 ou 14 octobre	Les Palissades de Charlevoix 8km, intermédiaire	Linda Beaumier 418-545-1525	Covoiturage(20\$) : 8h00 RONA Chicoutimi, 7h00 Alma. Rendez-vous à l'accueil du parc, km 11, route 170. <i>Frais d'entrée.</i>
FDS 19 ou 20 octobre	Paroi FX Garneau, Sentier Eucher 9km, très difficile	Andrée Gravel 418-690-5199	Covoiturage (5\$) : 9h00 RONA Chicoutimi, 8h00 Alma. Rendez-vous: Stationnement de la Marina, Anse-à-Benjamin, La Baie.
Dimanche 3 novembre	Brunch annuel	Christiane Riverin 418-549-5369	Inscription et paiement en ligne sur notre site internet ou auprès de la responsable. 10h00 au Centre de loisirs Joseph-Nio, 555 rue Ste-Marthe, Chicoutimi.

****Séjour dans un chalet du village alpin de Stoneham, du 9 au 12 août prochain. 3 nuitées en chalet de luxe, chaque chambre avec salle de bain, incluant 7 repas. Activités et randonnées. Places limitées à 24.**

FORMULAIRE D'ADHÉSION DU 1^{ER} AVRIL 2019 AU 31 MARS 2020

Nom _____ Prénom _____ Courriel _____ Date _____

Conjoint(e) _____ Ville _____

No et rue _____ Tél. bur. _____ Cel. _____

Code Postal _____ Tél. rés. _____

Coût de la carte individuelle _____ 25\$

Coût de la carte familiale (n'oubliez pas d'inscrire le nom du conjoint-e) _____ 35\$

*Membre associé Rando Québec. Pour s'inscrire, visitez le site: www.randoquebec.ca/fr

Paiement joint: chèque argent

***Adhésion en ligne possible à <http://randonneursdusaguenay.qc.ca/>



Randonneurs du Saguenay