



CARTE DES PISTES ET SENTIERS

Accueil Sorel-Tracy

(Ouvert à l'année de 9 h à 17 h)

3 100, chemin du Golf, Sorel-Tracy • 450 780-5731



EN HIVER (circuits suggérés)

Raquette et randonnée hivernale

| SENTIERS | Longueur | Difficulté | Temps requis | Type |
|---|----------|---------------|--------------|--------------|
| Des Mésanges | 3.9 km | Facile | 1 h 35 | Boucle |
| Sections (A) via Du Ruisseau | 10.5 km* | Intermédiaire | 4 h | Aller/retour |
| Mésanges / Ruisseau / grand Pic / B. Landry | 11 km* | Intermédiaire | 4 h 25 | Boucle |

*Sentier ou piste inter secteurs (d'un accueil à l'autre)

Ski de fond

| SENTIERS | Longueur | Difficulté | Traçage de la piste | Temps requis en ski** | Type |
|---------------|----------|------------|---------------------|-----------------------|--------------|
| Des Chênes | 1.2 km | Facile | Ski classique | 15 minutes | Boucle |
| Des Sablières | 4.2 km | Facile | Ski classique | 50 minutes | Boucle |
| Des Pins | 9.2 km* | Facile | Ski classique | 2 h | Aller/retour |
| Des Pins | 5 km | Facile | Ski patin | 1 h | Aller/retour |

** S.V.P. vous référer à la rubrique « Bien-être et sécurité » afin de transposer le temps requis pour la randonnée estivale

EN ÉTÉ

Randonnée pédestre

Les sentiers utilisés sont les sentiers de raquette (sentiers plus étroits) et les pistes de ski de fond (sentiers plus larges).

Pour votre bien-être et votre sécurité :

- Soyez autonome. Les sentiers ne sont pas patrouillés systématiquement
- Prévoir de l'eau et une collation pour votre randonnée et laissez votre itinéraire à un proche avant de partir
- Bien évaluer votre randonnée en fonction de votre état physique, des conditions météorologiques et du temps disponible en fonction du coucher du soleil
- **Moyenne de temps requis :
À pied : 3 km/heure **En raquette** : 2.5 km/heure **En ski** : 5 km/heure
- Après 17 h, la patrouille n'est pas assurée
- En cas d'urgence, composer le 911 et donner le numéro de la balise d'évacuation la plus proche
- Les enfants attendent toujours leurs parents aux intersections pour éviter que le groupe se divise
- Carte des pistes et des sentiers disponible au poste d'accueil



CARTE DES PISTES ET SENTIERS

Accueil Contrecoeur

(Ouvert de 8 h 30 à 16 h 30, fermé sur semaine en été)

10 350, route Marie-Victorin, Contrecoeur • 450 742-4767



EN HIVER (circuits suggérés)

Raquette et randonnée hivernale

| SENTIERS | Longueur | Difficulté | Temps requis | Type |
|---|----------|---------------|--------------|--------------|
| Bernard Landry | 1.3 km | Facile | 30 minutes | Boucle |
| Bernard Landry / grand Pic | 4.5 km | Intermédiaire | 1 h 50 | Boucle |
| Sections (A) via Du Ruisseau | 10.5 km* | Intermédiaire | 4 h | Aller/retour |
| Bernard Landry / grand Pic / Du Ruisseau / Des Mésanges | 11 km* | Intermédiaire | 4 h 25 | Boucle |

*Sentier ou piste inter secteurs (d'un accueil à l'autre)

Ski de fond

| SENTIERS | Longueur | Difficulté | Traçage de la piste | Temps requis en ski** | Type |
|----------------------|----------|------------|------------------------|-----------------------|----------------------|
| Des Pins / Des Côtes | 2.9 km | Difficile | Classique / non tracée | 35 minutes | Boucle à sens unique |
| Des Pins | 9.2 km* | Facile | Ski classique | 2 h | Boucle |

** S.V.P. vous référer à la rubrique « Bien-être et sécurité » afin de transposer le temps requis pour la randonnée estivale

EN ÉTÉ

Randonnée pédestre

Les sentiers utilisés sont les sentiers de raquette (sentiers plus étroits) et les pistes de ski de fond (sentiers plus larges).

Réglementation

- Merci de circuler exclusivement à l'intérieur des sentiers et des pistes balisés
- La cueillette de champignons est contrôlée. L'enregistrement est obligatoire à l'un des deux postes d'accueil au coût de 5 \$ pour 250 gr de champignons
- Pour offrir un havre de paix aux visiteurs du parc et aux habitants de la forêt, les interdictions suivantes s'appliquent :



Merci de votre précieuse collaboration !

Carte des pistes et sentiers

Pour plus d'informations ou connaître les conditions des pistes, visitez notre site Internet au www.parcregionaldesgrèves.com

COORDONNÉES D'URGENCE - ACCUEILS (DE 9 h À 16 h 30)

Sorel-Tracy : 450 780-5731 911 (police, ambulance)
 Contrecoeur : 450 742-4767 Centre antipoison : 1 800 463-5060

Balises pour évacuation affichées en sentier (pour urgences seulement)

SENTIERS DE RANDONNÉE (4 SAISONS) ET DE RAQUETTE

- Bernard Landry
- Du grand Pic
- Du Ruisseau
- Des Mésanges

PISTES DE SKI DE FOND

- Des Chênes
- Des Sablières
- Des Pins
- Des Côtes

Garde-manger des oiseaux (zone végétalisée)

Zone de conservation

Espace Champlain



ACCUEILS

SERVICES (\$) LOCATION (\$) (ACCUEIL CONTRECOEUR)

POINTS D'INTÉRÊT

Glissade en forêt Patinoire
 Hébertisme Mini-ferme
 Passerelle (1.4 km)
 Promenade sur le fleuve Observatoire La Savoyane
 Interprétation du patrimoine Interprétation de la nature

LÉGENDE

- Piste de ski de fond (classique et pas de patin)
- Sentiers fermés en été (zones humides)
- Sections de sentiers
- Voie ferrée
- Sentier général
- Traverse de chemin de fer
- Distance entre deux points