

(1)
Vendredi le 19 août
5 à 7 de début de saison

PAVILLON COMMUNAUTAIRE
SALLE A, 350 Côte Richelieu, Trois-Rivières
(Arrière de Floriculture Gauthier)

**Veillez noter que les non-membres doivent
Ajouter 5 \$ au coût des activités d'une journée
et 10 \$ à celles de 2 jours et plus.**

AOÛT
(2)



20 août (Samedi)
PARC DE LA RIVIÈRE BATISCAN
ENTRÉE ST-NARCISSE

Randonnée pédestre de 8 à 10 km
Départ : 13 h Tim Hortons rue Barkoff
Durée du trajet : 45 minutes.
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût d'entrée : 6,75 \$
Responsable : Jean-Pierre Boyte 819-379-2230

(3)



27 août (Samedi)
INAUGURATION DE 2 TRONÇONS
SENTIER NATIONAL ST-ALEXIS-DES-MONTS

Randonnée pédestre, 14,5 km ou 15 km au choix
Départ : 7 h 45 Aréna Jérôme-Cotnoir T-R-O.
Durée du trajet : 60 minutes
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût d'entrée : Aucun
Responsable : François Labrecque 819-378-9051

SEPTEMBRE
(4)



2 au 5 septembre
(Vendredi au lundi)

RANDO ET VÉLO
SUTTON

Randonnée pédestre ou vélo, au choix
Activité conjointe avec Cyclotour
Durée du trajet : 2 h 25
Inscriptions déjà faites en avril (18 inscriptions)
Coût : 220 \$ pour l'hébergement. Coûts quotidiens
d'accès en sus
Responsables pour Zahra :
Jean-Pierre Boyte 819-379-2230
Denise Tellier 819-694-7650
Responsables pour Cyclotour :
Pierre Gosselin 819-699-6257
René Bacon 819-377-4370

(5)



10 septembre (Samedi)
LAC EN CROIX
(ST-MATHIEU DU PARC)

Randonnée pédestre d'environ 12 km
Départ : 8 h 30 Aréna Jérôme-Cotnoir T-R-O.
Durée du trajet : 1 h
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût : Aucun
Responsable : Emery Leblanc 819-373-6140

(6)



17 septembre (Samedi)
RALLYE GPS
ET PARCOURS D'ARBRE EN ARBRE
RAWDON

Rallye GPS en forêt, carte topographique en main
Parcours d'hébertisme aérien
Départ : 9 h 30 Aréna Jérôme-Cotnoir T-R-O.
Durée du trajet : 1 h 40
Nombre d'inscriptions : Illimité
Inscriptions avant le 3 septembre
Équipement fourni sur place
Coût d'entrée : 32 \$
Responsables : Renée Lalonde 819-377-7024
Michel Bourbeau 819-374-9812

(7)

22 septembre (Jeudi)
CONFÉRENCE SUR L'ALIMENTATION

Conférence de Mme Louise Boisvert (diplômée en
médecine) sur les enjeux de l'alimentation santé et
des bonnes habitudes de vie
À 19 h au Pavillon Maurice-Pitre, salle 1
6455 rue Notre-Dame Ouest, T-R-O (près du pont
Laviolette)
Inscription avant le 15 septembre
Conférence de 2 h
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût : Aucun
Responsable : Renée Lalonde 819-377-7024

(8)



23 au 25 septembre
(Vendredi au dimanche)
ÎLE AUX LIÈVRES

Randonnée pédestre
Départ vendredi 8 h
Durée du trajet : 3 h
Nombre d'inscriptions : 14 personnes
Inscriptions avant le 31 août
Coût : 165 \$
Responsables : Renée Lalonde 819-377-7024
Michel Bourbeau 819-374-9812

OCTOBRE

(9)



1^{er} octobre (Samedi)
QUÉBEC EN ESCALIERS

Randonnée pédestre de 12,5 km
Départ : 8 h Tim Hortons rue Barkoff
Durée du trajet : 1 h 30
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût : Aucun
Responsables : Emery Leblanc 819-373-6140
Sylvie Plante 819-379-3830

(10)



7 au 10 octobre
(Vendredi au lundi)
PARC ACADIA
MAINE

Randonnée pédestre :
8 octobre : Mont Champlain 9 km ou 12,6 km
9 octobre : Mont Cadillac 9,2 km (+ Jordan Pound
Trail 5,3 km, en option)
10 octobre : Great Head Trail 3,1 km
Durée du trajet : 7 h
Nombre d'inscriptions : 22 personnes
Inscriptions avant le 20 août
Hébergement : 117 \$. Coûts d'accès en sus
Responsables : Jean Soulard 819-379-8021
Richard Dubé 819-293-5692

(11)



16 octobre (Dimanche)

SENTIERS DU MOULIN
LAC BEAUPORT

Randonnée pédestre de 8 km ou de 16 km
Départ : 8 h Tim Hortons rue Barkoff
Durée du trajet : 2 h
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût : Entrée 6 \$
Responsables : Céline Rivard 819-693-9026
Yvon Raby 819-695-2171

(12)



23 octobre (Dimanche)

PARC NATIONAL DE LA MAURICIE
REFUGE PIMBINA

Randonnée pédestre de 15 km environ
Départ : 9 h Aréna Jérôme-Cotnoir T-R-O.
Durée du trajet : 45 minutes
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût : Aucun
Responsables : Nicole Verville 819-233-4958
Raymonde Verville 819-378-7236

(13)



29 et 30 octobre
(Samedi et dimanche)

VISITE DE MONTRÉAL

Randonnée pédestre et touristique
Jour 1 : 10 km environ ; Base militaire, Tour du
stade, Biodôme, Insectarium, Jardin botanique
Jour 2 : 15 km environ ; Mont-Royal, Cimetière,
Oratoire St-Joseph, Hôpital Ste-Justine, HEC, École
Vincent d'Indy, Église St-Denis, Musée de
l'Holocauste et des Hospitalières
Départ : 7 h Aréna Jérôme-Cotnoir T-R-O.
Durée du trajet : 1 h 30
Nombre d'inscriptions : 22 personnes
Inscriptions au 5 à 7 du 19 août
Coût : + / - 110 \$ hôtel, métro et accès inclus
Responsables : Louise Gélinas et
Richard Bergeron 514-352-4905

NOVEMBRE

(14)



5 novembre (Samedi)

ENTRETIEN DE SENTIER
PARC DE ST-MATHIEU

Entretien du sentier de la chute du Diable
sur 11 km
Apportez vos gants, un sécateur si possible,
et votre lunch
Départ : 8 h 30 Aréna Jérôme-Cotnoir T-R-O.
Durée du trajet : 45 minutes
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût d'entrée : Aucun
Responsable : Jean-Pierre Boyte 819-379-2230

(15)



12 novembre (Samedi)

MONTAGNE DE LA TOUR
ST-ALBAN

Randonnée pédestre 12 km
Départ : 8 H 30 Aréna Jérôme-Cotnoir T-R-O.
Durée du trajet : 1 h 30
Nombre d'inscriptions : Illimité
Coût : Aucun
Responsables : René Bacon 819-377-4370
Jeannot Richard 819-376-2090

(16)

Vendredi le 18 novembre
5 à 7 de fin de saison

PAVILLON MAURICE PITRE
Salle 1, 6455, rue Notre-Dame Ouest
Trois-Rivières
(Près du pont Laviolette)

(17)

31 décembre au 3 janvier
(Vendredi au lundi)



WEEK-END DU JOUR DE L'AN
AU BALUCHON

Comprend : Réveillon du 31/12/2011, raquette, ski
de fond, patin, glissade...
Durée du trajet : 45 minutes
Nombre d'inscriptions : 18 personnes
Inscriptions avant le 8 octobre 2011
Coût : 399 \$ + taxes par chambre en occupation
double (pour deux couchers et les repas)
Responsables : Louise Gélinas et
Richard Bergeron 514-352-4905
bergel@sympatico.ca

CONSEIL D'ADMINISTRATION 2011-2012

Officiers :
Président : Jean-Pierre Boyte 819-379-2230
Vice-président : Richard Dubé 819-293-5692
Secrétaire : Carmen Pellerin 819-371-0349
Trésorier : Jean Soulard 819-379-8021

Directeurs :
Communications : Pierrette Giguère 819-377-6257
Activités : Michel Bourbeau 819-374-9812
Calendrier : Line Desgagné 819-697-3455
Projets spéciaux : Lucie Bouchard 819-374-4795

RESPONSABLE DU SITE WEB

Alain Proulx 819-233-4958