

| | | | | |
|----------------------------|--|---|--|--------------|
| QUAND | Tous les mercredis | Responsables : | Arlette Savard | 418-661-6879 |
| | | | Denis Légaré | 418-621-0929 |
| DÉPART DE LA MARCHÉ | 13 h (à partir du lieu de l'activité) ou heure modifiée pour certaines sorties - Voir sur la programmation | | Aline Harbour | 418-997-5650 |
| | | | Richard Gagné | 418-661-8972 |
| DURÉE | Marche d'environ 1 h 30 | Inscriptions : Voir sur le site : | www.loisirsduplateau.com | |
| TRANSPORT | 4 \$ si covoiturage (ou plus selon votre décision : prix de l'essence) Les membres s'organisent entre eux pour le covoiturage | Audrey Mongrain (Loisirs du Plateau) | 418-624-7220 | |

Un message par courriel est envoyé seulement si la marche est annulée en cas de pluie ou de tempête ou s'il y avait y avoir des précisions particulières pour une sortie.

| DATE | LIEU DE L'ACTIVITÉ | HEURE DE DÉPART DE LA MARCHÉ | INFORMATIONS SUR L'ACTIVITÉ ET TRAJETS À PARTIR DU CENTRE COMMUNAUTAIRE DU PLATEAU | BÂTONS DE MARCHÉ | COÛT |
|----------|--------------------------------------|------------------------------|--|------------------|---------|
| 14 sept. | Plage Jacques-Cartier Pique-nique | 12 h | Tourner à droite au boul. Cloutier, puis à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'au boul. La Morille et tourner à gauche. Sur de la Morille, rouler jusqu'au bout. Au boul. Robert-Bourassa (740-S), tourner à gauche. Prendre la (sortie 4-E) pour le boul. du Versant-Nord vers l'Ouest. Tourner à droite sur chemin Ste-Foy qui devient Côte de Cap-Rouge. À la lumière, à la mi-côte, tourner à droite rue Provancher. Stationnement de l'église. Les tables à pique-nique sont près du bâtiment sanitaire (environ 40 minutes de marche du départ). | Pas nécessaires | Gratuit |
| 21 sept. | Rivière des Sept ponts | 13 h | Boul. Jean-Talon à gauche. Prendre l'autoroute 73-N et plus loin prendre la sortie George-Muir à droite. Rouler jusqu'au boul. Henri-Bourassa et tourner à gauche. Ensuite, tout près, tourner à droite sur la rue Dublin. Au bout, tourner à gauche sur la rue de l'Aventure. Rouler jusqu'au stationnement du Centre de ski de fond de Charlesbourg | Recommandés | Gratuit |
| 28 sept. | Parc Montchâtel | 13 h | Boul. Cloutier à droite. Tourner à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'au boul. La Morille et tourner à gauche. Rouler jusqu'au boul. Robert Bourassa (740-S) et tourner à gauche. Prendre la sortie 4-O pour le boul. Charest Ouest (440-O). Prendre la (sortie 307) pour Shannon (autoroute Henri-IV Nord). Sur Henri-IV, prendre la (sortie 5) Route Ste-Geneviève. Rester sur la voie de gauche pour tourner à gauche sur la rue de la Volière. Cette rue tourne plus loin et devient le boul. des Cimes. Tourner à gauche rue Duhamel. Stationnement au fond au centre communautaire. | Recommandés | Gratuit |

| DATE | LIEU DE L'ACTIVITÉ | HEURE DE DÉPART DE LA MARCHÉ | INFORMATIONS SUR L'ACTIVITÉ ET TRAJETS À PARTIR DU CENTRE COMMUNAUTAIRE DU PLATEAU | BÂTONS DE MARCHÉ | COÛT |
|---------|---|------------------------------|--|------------------|---------|
| 5 oct. | Sentiers du Lac St-Augustin | 13 h | Tourner à droite au boul. Cloutier, puis à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'au boul. La Morille et tourner à gauche. Rouler jusqu'au bout. Au boul. Robert-Bourassa, tourner à gauche (740-S). Ensuite prendre la sortie 4-O pour le boul. Charest Ouest (440-O) vers l'Ouest. Prendre la sortie 300 Chemin du Lac. Tourner à gauche sur Chemin du Lac et rouler quelques kilomètres. Passer le rond-point et rouler jusqu'à la rue Adrienne-Choquette. Tourner à gauche. Stationnement dans la rue. | Facultatifs | Gratuit |
| 12 oct. | Espace Félix-Leclerc | 13 h | Boul. Jean-Talon à gauche. Prendre l'autoroute 73-S. Sortir à la sortie 40-E pour Ste-Anne-de-Beaupré. Prendre la sortie 325 pour l'Île d'Orléans. À la lumière, tourner à gauche. L'espace Félix-Leclerc est à votre droite au no 1214, chemin Royal – Ste-Pétronille | Recommandés | Gratuit |
| 19 oct. | Rivière Lorette | 13 h | Tourner à droite boul. Cloutier; Tourner à droite sur boul. Louis-XIV. (Qui devient boul. Bastien). Tourner à gauche sur av. Chauveau et rouler quelques kilomètres. Traverser le boul. de l'Ormière et continuer jusqu'au bout. Tourner à gauche sur la rue Le point du jour. Tourner à droite sur le boul. de l'Auvergne qui devient boul. Chauveau O. Rouler sur le boul. Chauveau environ 2.7 kilomètres. Tourner à gauche sur av. Notre-Dame, tourner à gauche rue des Loisirs, au rond-point aller vers la droite. Rouler jusqu'au Complexe sportif de l'Ancienne-Lorette. Stationnement devant le complexe. | Facultatifs | Gratuit |
| 26 oct. | Parc Chauveau Sud | 13 h | Tourner à droite au boul. Cloutier, puis à droite sur le boul. Louis-XIV. Tourner à gauche à l'av. Chauveau. Rouler sur av. Chauveau jusqu'au niveau du boul. St-Jacques. Traverser la lumière. Le stationnement du parc est à votre gauche, un peu dépassé boul. St-Jacques. ****(Aujourd'hui, le 16 avril 2022) <u><i>Nous espérons avoir la salle au Centre communautaire du Plateau pour notre dîner de Noël qui se tiendra le 14 décembre prochain. Si tout est confirmé, nous commencerons, dès la semaine du 9 novembre, la vente des cartes à cet effet. Des informations pour le repas de Noël (le coût et le traiteur) vous seront transmises ultérieurement.</i></u> | Facultatifs | Gratuit |
| 2 nov. | Parc naturel du mont Bélair Base de plein-air La Découverte | 13 h | Tourner à droite sur le boul. Cloutier. Tourner à droite sur le boul. Louis-XIV. Tourner à gauche à l'av. Chauveau et rouler quelques kilomètres. Traversez le boul. de l'Ormière et plus loin, tourner à gauche sur la rue Le point du jour. Tourner à droite sur le boul. de l'Auvergne qui devient boul. Chauveau Ouest et continuer jusqu'à la route de l'Aéroport. Tourner à droite et rouler quelques kilomètres jusqu'à l'église qui sera à votre gauche. À l'église, tourner à gauche sur la rue de la Montagne Ouest. Continuer quelques kilomètres puis vous verrez à droite Parc naturel du Mont Bélair, 2 rue de la découverte. Stationnement à gauche. | Facultatifs | Gratuit |

| DATE | LIEU DE L'ACTIVITÉ | HEURE DE DÉPART DE LA MARCHÉ | INFORMATIONS SUR L'ACTIVITÉ ET TRAJETS À PARTIR DU CENTRE COMMUNAUTAIRE DU PLATEAU | BÂTONS DE MARCHÉ | COÛT |
|---------|--|------------------------------|---|------------------|-----------------------|
| 9 nov. | Parc de Champigny Sentiers de la Rivière du Cap-Rouge | 13 h | Tourner à droite au boul. Cloutier, puis à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'au boul. La Morille et tourner à gauche. Rouler jusqu'au bout. Au boul. Robert-Bourassa, tourner à gauche (740S). Prendre la (sortie 4-O) pour le boul. Charest Ouest (440-O), puis la (sortie 304) av. Le Gendre. À la lumière, tourner à gauche avenue Jules-Verne et rouler jusqu'au Parc Champigny à votre droite. Stationnement dans le chemin de gravier. | Facultatifs | Gratuit |
| 16 nov. | Parc linéaire de la rivière Saint-Charles (secteur du Parc Les Saules) Maison O'Neill | 13 h | Tourner à droite au boul. Cloutier, puis à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'au boul. La Morille et tourner à gauche. Rouler jusqu'au bout. Au boul. Robert-Bourassa, tourner à gauche (740-S). Prendre la (sortie 7) pour le boul. Hamel Ouest. Passer le 3160, boul. Hamel, tourner à droite à la lumière (rue Foucault). Stationnement à droite. Si complet : Il y a un autre stationnement près de la maison O'Neill. On se rejoint au pavillon derrière la maison O'Neill pour le départ de la marche. | Facultatifs | Gratuit |
| 23 nov. | Corridor des Cheminots Secteur Loretteville | 13 h | Boul. Cloutier à droite et ensuite prendre le boul. Louis-XIV à droite qui, plus loin, devient le boul. Bastien (369). Continuer toujours jusqu'au village Hurons. À Loretteville, le nom changera à nouveau pour devenir le boul. des Étudiants. Après le parc Jean-Roger Durand qui se trouve à votre droite, rouler environ 500 mètres et tourner à droite sur la rue St-Armand. Le stationnement est au fond à droite près du Colisée de Loretteville, | Pas nécessaires | Gratuit |
| 30 nov. | Base de Plein-air de Ste-Foy | 13 h | Boulevard Cloutier à droite. Tourner à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'au boul. La Morille, tourner à gauche et rouler jusqu'au bout. Tourner à gauche le boul. Robert-Bourassa Sud (740S). Ensuite prendre la sortie 4-O pour le boul. Charest Ouest (440-O) vers l'Ouest. Plus loin prendre la sortie 306 Blaise-Pascal. Au stop tourner à gauche et continuer tout droit devant... Le stationnement est immédiatement à votre droite. | Facultatifs | Gratuit |
| 7 déc. | Corridor des Cheminots Secteur Charlesbourg | 13 h | Boul. Cloutier à gauche. Prendre le boul. Henri-Bourassa vers le sud. Stationnement au Provigo, coin 46 ^e Rue et Henri-Bourassa. | Facultatifs | Gratuit |
| 14 déc. | Parc de l'Escarpement | 10 h | Tourner à droite au boul. Cloutier, puis à droite sur le boul. Louis-XIV. Rouler jusqu'au boul. La Morille et tourner à gauche. Plus loin, tourner à gauche sur la rue Thérèse-Casgrain et rouler jusqu'au boul. Lebourgneuf. Tourner à droite sur le boul. Lebourgneuf et dirigez-vous vers le Walmart. Stationner à côté de Walmart, près du boisé. | Facultatifs | \$\$ Dîner de Noël |