

HORAIRE

Mercredi 9h à 12h
AUTOMNE 2026

RANDONNÉE EN MONTAGNE

sercovie

16 sept

Gratuit

Bois Beckett (facile, 7 km, dénivelé 200 m)

Prenez la 12^e av. N, puis tournez à droite sur la rue Terrill, ensuite à droite sur la rue Dufferin puis à droite sur la rue Prospect. Continuez jusqu'au boul. Jacques-Cartier et tournez à droite, continuez jusqu'au bout. Vous pouvez vous stationner au Parc Saint-Alphonse-de-Liguori à votre droite ou dans la rue en bordure du sentier au coin du boul. Jacques-Cartier et de la rue Beckett.

Le début de la randonnée se fera au coin de ces rues.

Covoiturage : 2 \$
Galeries 4 Saisons
8 h 30

Départ : 9 h
1615, rue Beckett,
Sherbrooke

23 sept

Sépaq
Orford

Lac Larouche : boucle du refuge, Racine (facile, 8 km, dénivelé 60 m)

Prenez l'aut. 410, puis l'aut. 55 N vers Drummondville. Empruntez la sortie 58 vers St-Denis-de-Brompton / Valcourt. Tournez à droite sur la route 222 O, passez le village de St-Denis et le camping Mackenzie. Suivez les indications pour le stationnement, repérez l'enseigne «P», qui se trouvera à votre droite juste avant une grande côte. Gareez-vous au Stationnement S24.

Covoiturage : 9 \$
Carrefour de l'Estrie
8 h 20

Départ : 9 h
818, ch. du Grand-
Brompton (route 222),
Racine

30 sept

Gratuit

Mont Chagnon, Orford (intermédiaire, 8 km, dénivelé 200 m)

Allez sur l'aut. 10 O et prenez la sortie 115. Ensuite, tournez à gauche pour suivre la 112 O vers Eastman. Dépassez le sentier Ruisseau-Des-Chênes puis tournez à gauche sur le ch. North. Tournez ensuite à gauche sur ch. des Floraties où vous pouvez vous stationner en bordure de rue. Stationnement S43.

Covoiturage : 11 \$
Carrefour de l'Estrie
8 h 20

Départ : 9 h
ch. des Floraties, Austin

7 oct

Sépaq
Orford

Sentier Pékan, SÉPAQ Mont-Orford (intermédiaire, 7 km, dénivelé 250 m)

Rejoignez l'aut. 10 O en direction de Montréal et empruntez la sortie 118. Tournez à droite sur le ch. du Parc (141 N), roulez 4 km et tournez à droite sur le ch. du Camping (secteur Stukely), continuez jusqu'à la guérite. Mentionnez à la guérite que vous faites partie du groupe de Sercovie. Payez à la responsable de l'activité sur place.

Covoiturage : 11 \$
Carrefour de l'Estrie
8 h 20

Départ : 9 h
200, ch. du
Camping, Orford,

Grande randonnée (9h30 à 15h30)

14 oct

Sépaq
Mégantic

Franceville, Sentier des Cimes (intermédiaire, 14km, dénivelé 390m)

Rejoignez l'aut. 610 E. vers Thetford Mines. Empruntez la sortie Route 112 E. en direction d'East Angus. Au carrefour giratoire, empruntez la 2^e sortie vers Rue King E/Route 112 E. Tournez légèrement à droite sur Rue Angus/214 E. jusqu'à Bury puis Scotstown. Après Scotstown, continuez sur la 214 quelques km, puis tournez à droite sur le chemin de Franceville. Suivez les panneaux indicateurs «Parc national du Mont-Mégantic, secteur de Franceville». Nous nous rejoignons à l'accueil.

Covoiturage : 21 \$
Galeries 4 saisons
8h20

Départ : 9h30
520 Che. de
Franceville,
Scotstown, QC

Veillez prévoir un dîner que vous pourrez manger sur la montagne.

21 oct

Gratuit

Sentier Massawippi, Ste-Catherine-de-Hatley (intermédiaire, 7,5 km, dénivelé 115 m)

Prenez l'aut. 410 E à partir du boul. Portland. Prenez la sortie 7 et tournez à droite sur le ch. de Sainte-Catherine 216 O. Restez sur la route 108 O. en direction du ch. de la Montagne, à Ste-Catherine-de-Hatley. Continuez sur le ch. de la Montagne et tournez à gauche sur le ch. Gingras et à droite sur le ch. Côte du Piémont.

Covoiturage : 8 \$
Carrefour de l'Estrie
8 h 20

Départ: 9 h
85, Côte du Piémont,
Ste-Catherine-de-
Hatley

28 oct

Sentiers
de l'Estrie

Mont John-Guillemette, Stoke (intermédiaire 7 km, dénivelé 180 m)

Empruntez la 13^e av. N et poursuivez jusqu'à la municipalité de Stoke. Roulez jusqu'au rang 10 et tournez à droite. Stationnement S 36. ***Veillez prévoir un peu plus de 3 h pour cette sortie.**

Covoiturage : 7 \$
Galeries 4 Saisons
8 h 20

Départ : 9 h
10e rang Est, Stoke

4 nov

Sentier de Beauvoir (facile, 8,8 km, dénivelé 90 m)

Aucun covoiturage

Prenez la 12e av. N et tournez à droite sur la rue Terrill, puis à droite sur la rue Chicoyne et continuez jusqu'à la rue Lévesque pour y tourner à gauche. Stationnement S40.

**Départ 9 h
23, rue Lévesque**

11 nov

Ruisseau David vers Mont Chauve, SÉPAQ Mont-Orford (intermédiaire, 8 km, dénivelé 150 m)

Covoiturage : 7 \$
Carrefour de l'Estrie
8 h 20

Tournez à gauche sur boul. de Portland et passez le viaduc de la 410. Prenez le ch. de St-Élie (220 0 vers Orford). Continuez 20 km et dépassez le lac Fraser. Le ch. de la Sucrierie sera à votre gauche environ 3 km plus loin. Un grand stationnement s'y retrouve à votre droite en face du départ des sentiers.

**Départ 9 h
6, ch. de la
Sucrierie, Orford**

18 nov

À déterminer

Avant chaque sortie...

Pour obtenir les mises à jour concernant votre activité, veuillez consulter votre courriel ou appeler le numéro de téléphone mobile dédié pour accéder au message vocal (819 570-5765 dès 7h30 le jour de votre activité).

Si vous ne recevez **aucune notification d'annulation par courriel ou sur la boîte vocale**, cela signifie que l'**activité est maintenue comme prévu**.

Légende associée aux frais de sentiers



- Tarif unitaire journalier: 9 \$/personne **ou**
- Carte des Sentiers de l'Estrie: 15 \$/session **ou**
- Carte annuelle des Sentiers de l'Estrie: 60 \$/an



- Tarif unitaire journalier : 9,15 \$/personne **ou**
- Carte annuelle Sépaq



- Aucun frais

Matériel nécessaire

- Carte d'assurance maladie obligatoire
- Bottes ou chaussures de marche
- Eau et collation et (prévoyez des collations faciles à manger et nourrissantes)
- Vêtements adaptés aux conditions
- Bâtons de marche (facultatif)
- Sac à dos et vêtements de rechange (facultatif)

Fonctionnement des sorties

- Le début de l'activité s'effectue au stationnement de l'endroit visité à l'heure inscrite à chaque sortie.
- La randonnée est d'une durée d'environ 3 h.
- Vous devez respecter le rythme de marche établi (rythme de la personne la plus lente pouvant réaliser l'activité) et garder une distance raisonnable avec les participants.
- Les frais de sentiers doivent être remis en argent au kinésiologue avant chaque sortie, avec le montant exact.
- Vous devez rester avec le groupe et aviser la ou les personne(s) responsable(s) si vous quittez ou si vous avez un problème. Si vous quittez le groupe avant la fin de l'activité, notre responsabilité s'arrête au moment de votre départ.

Covoiturage

- Assurez-vous d'arriver à l'avance au point de rencontre puisque le départ se fait à l'heure indiquée pour chaque sortie.
- Vérifiez les coûts de covoiturage reliés à chacune des sorties et apportez le montant exact. Le montant de covoiturage est calculé par personne.
- L'endroit du covoiturage est également inscrit vis-à-vis chaque sortie.
 - Carrefour de l'Estrie : dans le stationnement du nouveau Winners, en face de Bouclair.
 - Galeries 4 Saisons : dans le stationnement, près de l'affiche du centre commercial au coin des rues des Quatre Saisons et 13e Avenue N.

