



## 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](http://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

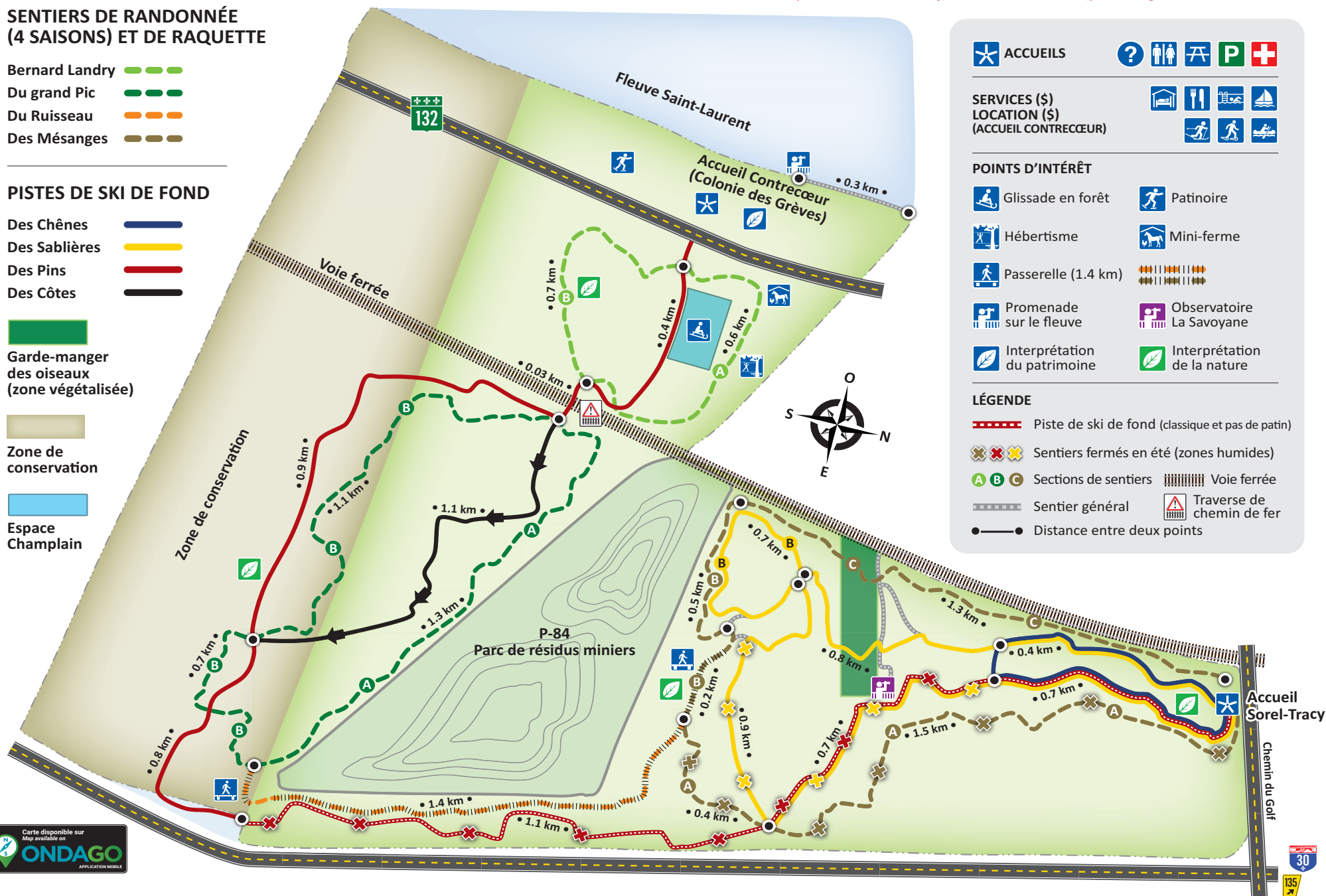
### PISTES DE SKI DE FOND

- 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
- Hébertisme
- Passerelle (1.4 km)
- Promenade sur le fleuve
- Interprétation du patrimoine
- Patinoire
- Mini-ferme
- Observatoire La Savoyane
- 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