

LAC-HUMQUI



Sentier autour du lac
152, route 195 à Lac-Humqui

Longueur de la piste : 8 km, autour du lac, facile
Point de départ : Stationnement de la salle multifonctionnelle
Autre précision : Sentier asphalté

SAINTE-IRÈNE



Parc régional de Val-d'Irène
115, route de Val-d'Irène à Sainte-Irène

Longueurs des pistes : **Versant sud :** 2 sentiers faciles à plat de 2.54 km ou 4.09 km • 2 sentiers difficiles en montée de 1.20 km et 2.53 km
Versant nord : 1 sentier facile à plat 1.4 km et 1 sentier intermédiaire en montée 2.83 km
Point de départ : Départ derrière le chalet principal de la station de ski
Pour plus d'information : direction@valdi.ski

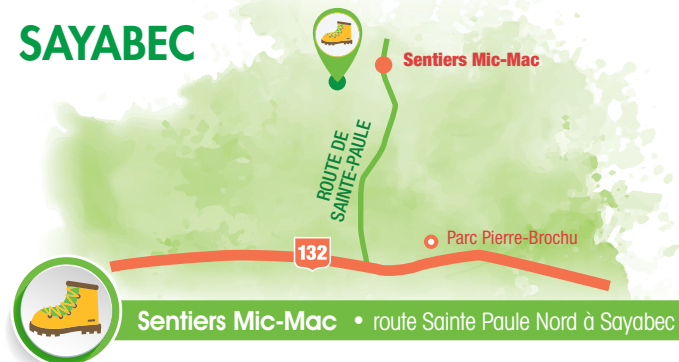
VAL-BRILLANT



Sentier des Bois et Berges
10, rue des Cèdres à Val-Brillant

Point de départ : Départ du stationnement du camping
Longueur de la piste : Distance totale 1.6 km (aller-retour), facile
Pour plus d'information : valbrillant.adm@mrcmatapedia.quebec 418 742-3212

SAYABEC



Longueurs des pistes : 6 sentiers entre 1 et 8 km
Pour plus d'information : Groupe : Sentiers Mic-Mac Sayabec

SAINT-MOÏSE



Longueur de la piste : +/- 5 km, facile
Point de départ : Derrière le centre communautaire
Pour plus d'information : stmoise@mrcmatapedia.quebec 418 742-3212 loisirsouest@mrcmatapedia.quebec

SAINT-NOËL



Longueur de la piste : +/- 1 km, facile
Pour plus d'information : stnoel@mrcmatapedia.quebec • 418 776-2936 loisirsouest@mrcmatapedia.quebec • 418 631-9834

SAINT-DAMASE



Sentier du Parc historique bois BSL
route 297 à Saint-Damase

Point de départ : Situé à l'entrée du village, dans le Parc historique Bois BSL
Pour plus d'information : stdamase@mrcmatapedia.quebec • 418 776-2183 loisirsouest@mrcmatapedia.quebec • 418 631-9834

PARC RÉGIONAL DE LA SEIGNEURIE-DU-LAC-MATAPÉDIA

Route Soucy, Amqui

Découvrez une série de sentiers pédestres de niveaux facile à intermédiaire avec des dénivelés impressionnants vous offrant une vue imprenable sur le lac Matapédia et la Vallée. Découvrez ci-dessous nos 3 coups de cœur.

Précision : Tout au long de la route Soucy, accès aux différents sentiers et leurs stationnements respectifs.

Pour plus d'information : 418 629-2053, poste 1035

Accès par Amqui, prenez le rang Saint-Jean-Baptiste (Anse-Saint-Jean), tournez sur la route Labrie. Faites environ 3 km et empruntez la route Soucy.

Accès par Sayabec, prenez la route de Sainte-Paule à son intersection avec la route 132. Faites environ 4.8 km et empruntez la route Soucy.



Longueurs de la piste : 3,8 km aller-retour
Niveau : Difficile par endroit

Précision : Après une montée abrupte, points de vue tout le long de la crête. Belvédère sur place.



Longueurs de la piste : Boucle de 4 km

Niveau : Facile

Précision : Observation de la diversité de la faune.



Longueurs de la piste : Boucle de 5,3 km

Niveau : Intermédiaire

Précision : 3 montagnes voisines qui offrent de belles percées visuelles sur le lac Matapédia. Le sentier est partagé en grande partie avec le Sentier international des Appalaches (SIA). Belvédère avec banc et refuge sur place.

Pour en savoir plus et connaître les autres sentiers :

Réalisé au printemps 2023



DÉFIEZ l'été



Répertoire

des

sentiers de marche et pédestre
de la MRC de La Matapédia

DÉFIEZ LA VALLÉE!



Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent

Québec

CAUSAPSCAL



Sentier boisé (Pointe du curé)
15, rue des Pins à Causapscal

Longueur de la piste : +/- 2 km aller-retour, facile

Point de départ : Situé derrière la salle des 50 ans et plus et derrière la caserne de pompier qui est située au 15, rue des Pins (ne pas se stationner devant la caserne)

Autre précision : Descente jusqu'à la rivière et remontée

Pour plus d'information : Service des loisirs de Causapscal



Parc de la Pointe

Longueurs des pistes : 4 parcours : Boucle du parc de la Pointe, facile moins de 1 km • Rond de course, facile 2,24 km • Rue Beaulieu, facile 3,33 km
Trois passerelles, avancé 5,9 km

Point de départ : Parc de la Pointe

Autre précision : Une carte sur place vous indique les détails

Pour plus d'information : Service des loisirs de Causapscal



Sentier Les Berges et Les Mémoires
5, rue Saint-Jacques Sud à Causapscal

Longueur des pistes : 6,7 km de sentiers, facile

Point de départ : Kiosque d'information touristique de Causapscal, où l'on peut y laisser sa voiture. Le départ des sentiers se situe au bout de la rue Blanchard, le long de la rivière Causapscal

Autre précision : Accessible de juin à novembre

Pour plus d'information : Service des loisirs de Causapscal

SAINTE-MARGUERITE



Sentier des geais bleus • 15, route de la Vérendrye à Sainte-Marguerite (Derrière le bureau municipal)

Longueur de la piste : Environ 5 km, intermédiaire

Point de départ : Derrière le bureau municipal

LAC-AU-SAUMON



Parc du Centenaire
162, rue Saint-Edmond à Lac-au-Saumon

Longueur de la piste : Boucle d'environ 1,8km, facile

Autre précision : Stationnement sur place

SAINT-LÉON-LE-GRAND



Sentier de la montagne
300, rue Plourde à Saint-Léon-le-Grand

Longueur de la piste : 1,2 km aller ou 2,4 km aller-retour, intermédiaire

Point de départ : Le départ du sentier est situé près du garage municipal

Autre précision : Descente difficile

Pour plus d'information : loisirses@mrmatapedia.quebec, 418 743-2914 p. 1655

SAINT-ALEXANDRE-DES-LACS



Sentier du site des Chutes et Marais
52-46, chemin de la Rivière Causapscal à Saint-Alexandre-des-Lacs

Longueurs des pistes : 2 parcours qui couvrent près de 15 km et sur certaines distances, de calibre intermédiaire, avec plus d'une centaine de marches

Autre précision : Ces deux sentiers d'interprétation et d'observation légèrement aménagés vous feront découvrir des paysages d'une rare beauté en plus de vous en apprendre plus sur l'habitat, la faune et la flore du milieu aquatique



Chute à Philomène
Rang Saint-Louis Sud à Saint-Alexandre-des-Lacs

Longueur de la piste : Intermédiaire, avec plus de 200 marches

Autre précision : Accessible de juin à novembre

SAINT-VIANNEY



Sentier de la montagne à Saint-Vianney

Longueur de la piste : 400 m avec altitude de 335 mètres, intermédiaire

Point de départ : Intersection de l'avenue Centrale et du rang de la Tour

Autre précision : Toilette sur place, vue imprenable sur le village et les attraits, stationnement, gazébo et tables de pique-nique au sommet de la montagne

Pour plus d'information : comitedeveloppement@outlook.com
 de la municipalité

AMQUI



Sentier du ruisseau Pearson au parc Théodore-Gagné
Au bout de la rue des Pompes à Amqui

Longueur de la piste : 2 km, facile

Pour plus d'information : 418 629-4242



Sentier du Parc Marcel-Rioux
24, Promenade Marcel-Rioux à Amqui

Longueur de la piste : 1,5 km, facile

Point de départ : Bibliothèque Madeleine-Gagnon

Autre précision : Accessible par la passerelle

Pour plus d'information : 418 629-4242

Vous êtes intéressés ou motivés par des sentiers et des randonnées plus longues?

Il est possible de faire de plus longs séjours autonomes (2 jours et plus) sur le **SIA** (Sentier International des Appalaches)

<https://www.sia-iat.com>

N'oubliez pas d'être bien préparé avant de partir en randonnée et de ne pas surestimer vos compétences !



Retrouvez la liste des activités, des infrastructures et toutes les informations utiles :

www.lamatapedia.ca/guide