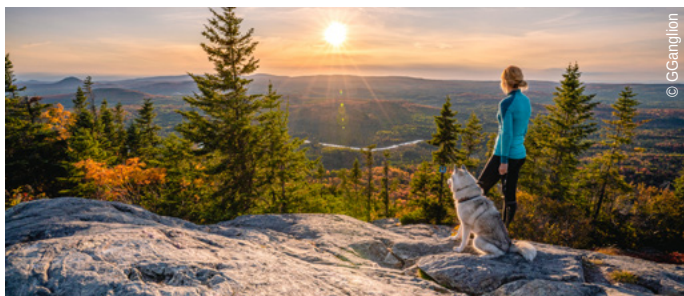




— NOS COUPS DE CŒUR —



Un point de vue à couper le souffle

Autrefois utilisé comme tour de garde-feu, le mont Sugar Loaf est un incontournable du Parc. En toute saison, son sommet presque dénudé à une altitude de 650 mètres offre une vue imprenable sur le territoire. Découvrez une forêt aux couleurs flamboyantes en saison automnale et l'hiver venu, son manteau de neige d'un blanc immaculé.

Découvrez ce secteur par le sentier **11** - 7.5 km aller-retour



Découvrez la tourbière de Saint-Just à vélo

Situés au sud du Parc, les sentiers cyclables des Tourbières offrent 15 km de plaisir assuré. En vélo de montagne ou hybride, profitez de ce magnifique parcours sillonnant un écosystème exceptionnel. Appréciez la vue offerte sur la tourbière grâce à sa tour d'observation située à mi-parcours. Aurez-vous la chance d'apercevoir l'un de ses habitants panachés ?

Découvrez ce secteur par les sentiers **15 16 17**



Naviguez sur la rivière Noire Nord-Ouest

Cette rivière en eau calme, navigable en aller-retour, vous transporte jusqu'au lac Frontière sur une distance de 7 km. Profitez du calme de la nature en famille, entre amis ou avec votre compagnon canin ! Prenez un moment pour naviguer dans les baies pour y observer la faune et la flore. En kayak, en canot ou en planche à pagaie, laissez-vous porter par la rivière !

Location d'embarcations à l'accueil de Sainte-Lucie-de-Beauregard



Profitez de la chute du Ruisseau des Cèdres

Seule au cœur d'une dense forêt de conifères parsemée de magnifiques grands thuyas occidentaux, cette chute est la plus impressionnante du Parc avec ses 60 mètres et ses quatre paliers. Une passerelle aménagée au-dessus de la chute vous permettra de savourer votre traversée !

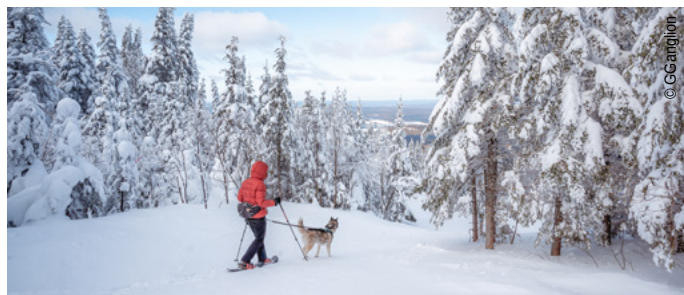
Découvrez ce secteur par les sentiers **3** et **1** (boucle de 6 km)



Des passerelles vers la nature

Le Parc est sillonné par de multiples cours d'eau. Afin de les traverser, une trentaine de passerelles arquées ou suspendues ont été aménagées et valent le détour à elles seules. Prévoyez une visite pour les découvrir !

Découvrez trois passerelles via la boucle de la Devost de 6 km par les sentiers **5** et **6**



Les fantômes de la montagne Grande Coulée

Secteur le plus enneigé du Parc, cette montagne offre le paysage hivernal par excellence avec ses arbres aux allures de fantômes. Rendez-vous au sommet pour un 5 km aller-retour ou relevez le défi de parcourir la boucle du sentier Les Fantômes pour un parcours totalisant 9 km et 350 mètres de dénivelé. Chaussez vos raquettes et allez chasser les fantômes !

Découvrez ce secteur par le sentier **7**

- TABLEAU DES sentiers -

SENTIERS	Nombre de km (aller)	Niveau de difficulté	Points d'intérêt	Niveau d'intérêt	Activités
SECTEUR CASCADES-DE-LA-LOUTRE					
Sentier Le Gros-Rocher	2,6	Facile	Rivière, passerelle	**	
Sentier Les Cascades-de-la-Loutre	1,5	Facile	Rivière, passerelles, cascades et pêche	***	
SECTEUR MONTAGNE-GRANDE-COULÉE					
Sentier La Coulée 7	3,8	Difficile	Rivière, vue panoramique, lac, érablière, eskers, milieux humides, cascades	***	 
Sentier Les Fantômes 19	2,7	Difficile	Vue panoramique, arbres givrés	***	 
Sentier Le Serpentin 22	0,9	Difficile	Sentier sinueux, rochers, vue panoramique	***	 
Sentier des Orignaux 20	5,6	Modéré	Escher, érablières, cascades	***	 
Sentier La Rolette 23	1,4	Modéré	Escher, érablières, point de vue	***	 
Sentier Les Eskers 27	3,6	Modéré	Eskers, ruisseaux, érablières, vieilles forêts, cascades	***	 
SECTEUR SENTIERS DE SAINT-FABIEN-DE-PANET					
Sentier du lac-Talon 1	9,6	Modéré	Lac, tourbières, ruisseaux, rochers, cédrières	***	 
Sentier Les Parois 8	2,9	Difficile	Parois rocheuses	***	 
Sentier de L'Érablière 2	2,6	Difficile	Point de vue sur le lac Talon, érablière	***	 
Sentier Les Cabourons 25	0,8	Très difficile	Percées visuelles, rochers	***	 
Sentier Le Parcours-des-Caps 28	5	Difficile	Caps rocheux, vieilles forêts, percées visuelles	****	 
Sentier des Chutes-du-ruisseau-des-Cèdres 3	4,2	Modéré	Chutes à paliers et ruisseau, passerelles, vieille forêt	****	 
Sentier du Petit-lac-des-Vases 4	4	Facile	Érablière, milieu humide, sarracénie pourpre, lac	**	 
Sentier des Chutes-de-la-Devost 5	2,5	Modéré	Chutes, eskers, passerelles, percées visuelles	***	 
Sentier Le Portage 6	2,8	Modéré	Passerelles, rivière, bloc erratique, cascades	***	 
Sentier Le Pêcheur 26	2	Facile	Accès à la rivière Noire Nord-Ouest	*	 
SECTEUR LAC-CARRÉ					
Sentier Les Collines 9	3,4	Facile	Lac et passerelle	**	
SECTEUR MONT-SUGAR LOAF					
Sentier du Pont-brûlé 10	7	Difficile	Passerelle, esker, rivière, percées visuelles	***	 
Sentier du Garde-feu 11	3,7	Difficile	Sommet du mont Sugar Loaf, panoramas, passerelle	****	 
Sentier Les Castors 14	6,9	Modéré	Barrage de castors, percées visuelles, passerelle, chutes	***	 
Sentier Le Beauregard 12	4,1	Facile	Rivière, passerelles, abri de jour	***	 
Sentier Le Défricheur 13	7,5 (boucle)	Facile	Tourbières, rivière Noire Nord-Ouest, cédrière	***	 
SECTEUR TOURBIÈRES DE SAINT-JUST-DE-BRETENIÈRES					
Sentier Le Trappeur 15	4,2	Facile	Pessière, abri de jour, ruisseaux, sentier cyclable	***	  
Sentier Le Frontalier 16	3,8	Facile	Borne frontalière, cédrière, sentier cyclable	***	  
Sentier des Tourbières 17	4,5	Facile	Belvédère, tourbières, sarracénie pourpre, sentier cyclable, trottoir de 1 km	***	 
Sentier Le Petit-Maine 18	0,9	Facile	Rivières, passerelles	**	
SECTEUR SENTIERS DE L'INCONNU (HIVER SEULEMENT)					
Sentier Le Merisier 44	4,7	Facile	Lac, vieille forêt, milieux humides, belvédère	***	
Sentier Le Bûché 46	5,7	Facile	Milieux humides, vieille forêt	**	
Sentier Le Geai-Gris 48	4,3	Facile	Plantation dégagée	**	
SECTEUR LAC-FRONTIÈRE					
Sentier de la Montagne-du-Lac	1,8	Facile	Érablière, ruisseau	**	 

LÉGENDE

	Randonnée pédestre	*	Sentier intéressant
	Randonnée hivernale	**	Sentier très intéressant
	Raquette	***	Sentier très intéressant avec un point d'intérêt particulier
	Trotinette des neiges	****	Sentier très intéressant avec un point d'intérêt exceptionnel
	Vélo ou Fatbike		

Soyez un randonneur conscientisé, achetez votre accès ici ! 



CONTRIBUEZ À LA CONSERVATION DU MILIEU NATUREL du Parc

- Enregistrez-vous à l'accueil.
- Circulez dans les sentiers lors de vos randonnées pédestres.
- Respectez la signalisation.
- Pratiquez vos activités aux endroits aménagés à cette fin.
- Ne coupez pas d'arbres et ne prélevez pas d'espèces végétales.
- Évitez de nourrir les animaux.
- Signalez toute situation d'urgence, anomalie ou détérioration dans les sentiers au personnel du Parc.
- Laissez les lieux d'hébergement dans un état de propreté impeccable.
- Rapportez tous vos déchets.
- Respectez la quiétude des lieux et le couvre-feu.



Disponible sur
Avenza Maps



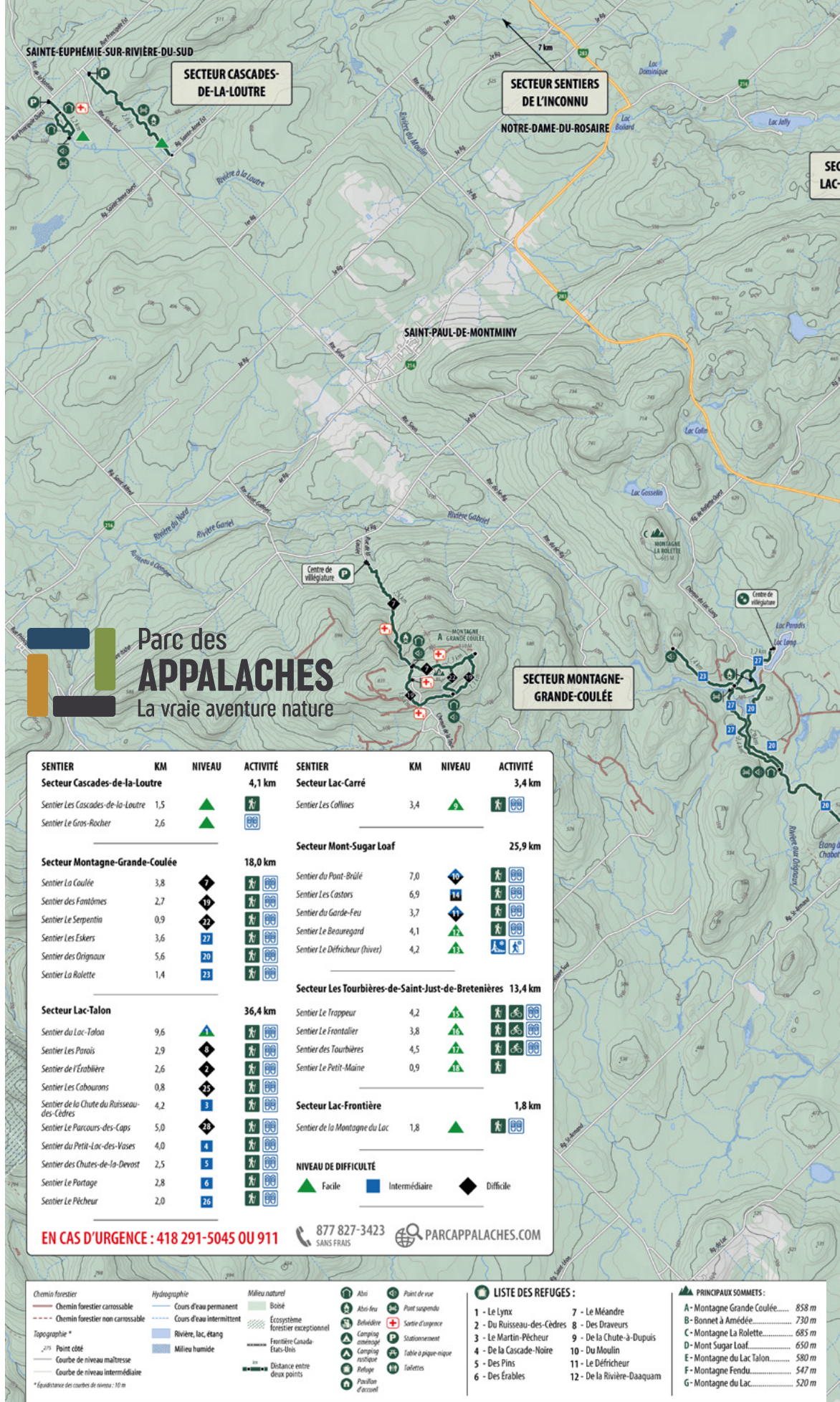
Disponible sur
ONDAGO

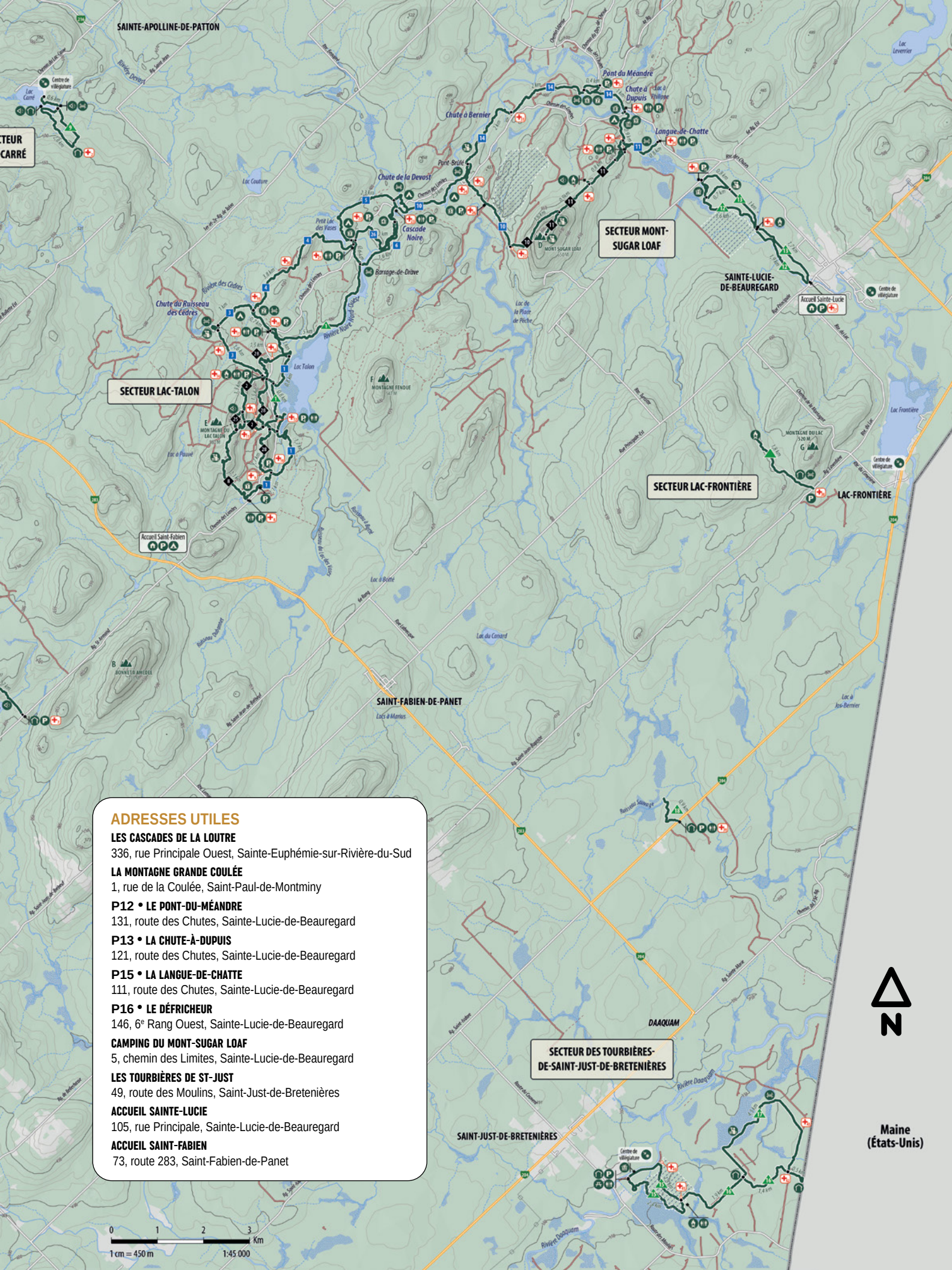
Cette carte intègre de l'information issue de sources gouvernementales. Pour des besoins de représentation, certaines données ont pu subir des modifications qui ont changé la donnée originale.

Source de données :
© Gouvernement du Québec, 1992-2023
© Parc régional des Appalaches, 2023
© Rando Québec, 2023

RANDO QUÉBEC

Conception et cartographie : © Rando Québec, 2023





ADRESSES UTILES

LES CASCADES DE LA LOUTRE

336, rue Principale Ouest, Sainte-Euphémie-sur-Rivière-du-Sud

LA MONTAGNE GRANDE COULÉE

1, rue de la Coulée, Saint-Paul-de-Montminy

P12 • LE PONT-DU-MÉANDRE

131, route des Chutes, Sainte-Lucie-de-Beauregard

P13 • LA CHUTE-À-DUPUIS

121, route des Chutes, Sainte-Lucie-de-Beauregard

P15 • LA LANGUE-DE-CHATTE

111, route des Chutes, Sainte-Lucie-de-Beauregard

P16 • LE DÉFRICHEUR

146, 6^e Rang Ouest, Sainte-Lucie-de-Beauregard

CAMPING DU MONT-SUGAR LOAF

5, chemin des Limites, Sainte-Lucie-de-Beauregard

LES TOURBIÈRES DE ST-JUST

49, route des Moulins, Saint-Just-de-Bretonnières

ACCUEIL SAINTE-LUCIE

105, rue Principale, Sainte-Lucie-de-Beauregard

ACCUEIL SAINT-FABIEN

73, route 283, Saint-Fabien-de-Panet

0 1 2 3 km
1 cm = 450 m 1:45 000



Maine
(États-Unis)

— ACTIVITÉS estivales —



Randonnée pédestre

Le territoire du Parc offre 120 km de sentiers sillonnés par de multiples ruisseaux, lacs et rivières. Appréciez la nature en bordure de ces plans d'eau et profitez de leur fraîcheur en été lors de votre randonnée!

Trésor caché, le secteur des Cascades de la Loutre à Sainte-Euphémie-sur-Rivière-du-Sud plaira à l'amateur de courte randonnée grâce à son sentier de 1,5 km faisant le tour d'une magnifique cascade.



© DanielTPHoto



Parcours cyclable

Découvrez l'écosystème fascinant des tourbières de Saint-Just-de-Bretenières à vélo grâce au circuit de trois sentiers dont une portion sur trottoirs de bois.

- 15 Le Trappeur 4,2 km
- 16 Le Frontalier 3,8 km
- 17 Les Tourbières 4,5 km



© GGanglion

La rivière Noire Nord-Ouest

Cette magnifique rivière à méandres offre un paysage très sauvage, riche en faune et en flore. Sa zone d'eau calme de 7 km est parfaite pour les balades familiales en kayak ou lors d'une croisière à bord du ponton l'Aventurier II. Tous les départs s'effectuent à l'accueil de Sainte-Lucie-de-Beauregard.

Frais de mise à l'eau et lavage exigés pour les embarcations privées.

ACTIVITÉS	TARIF* (TAXES EN SUS)			
	1 HEURE	2 HEURES	4 HEURES	1 JOURNÉE
Canot	18\$	35\$	45\$	60\$
Kayak simple	13\$	25\$	35\$	50\$
Kayak double	18\$	35\$	45\$	60\$
Planche à pagaie	13\$	25\$	35\$	50\$
Croisière en ponton	Horaire disponible au parcappalaches.com sur réservation seulement			

**Prix sujet à changement sans préavis.*

— ACTIVITÉS hivernales —

© Dan de Guise



Raquette

Un réseau de plus de 70 km de sentiers permet la pratique de la raquette et l'observation de magnifiques paysages hivernaux. Pour les aventuriers, des refuges rendent possible une excursion de deux ou trois jours.

Location de raquettes

Accueil de Sainte-Lucie-de-Beauregard



Trottinette des neiges

Une activité originale à partager avec votre ami canin qui vous procurera des heures de plaisir! Découvrez la trottinette des neiges sur le sentier Le Défricheur pour un parcours de 7,5 km.

Location de trottinette des neiges

Accueil de Sainte-Lucie-de-Beauregard



Ski de montagne | Grande Coulée

Par amour de la montagne, le Parc a voulu donner une nouvelle vie au sommet de la montagne Grande Coulée. Découvrez les secteurs de glisse proposés dans ce véritable paradis de poudreuse et de bouleaux jaunes.

Tarif à la journée ou pour la saison

Billets en vente au parcappalaches.com

*Carte de membre de la FQME obligatoire.



Les sentiers de l'Inconnu

Le secteur des Sentiers de l'Inconnu offre un parcours de 23 km de fatbike, 18 km de pistes de ski de fond classique, des sentiers de raquettes et deux refuges chauffés.

Location de fatbike

Accès payant au site

220, route 283, Notre-Dame-du-Rosaire
418-941-2203 | sentiersdelinconnu.com

 Les Sentiers de l'Inconnu

PROFITEZ DE L'HIVER EN TOUTE SÉCURITÉ

- Prévoyez un itinéraire en fonction de vos capacités (vitesse moyenne de 2 km/h) et du temps d'ensoleillement qui est réduit en cette saison.
- Assurez-vous que vos équipements sont adéquats.
- Apportez dans votre sac une lampe frontale, des allumettes et une trousse de premiers soins.
- Prévoyez suffisamment de nourriture et d'eau (minimum 2 litres/jour).
- Ne partez jamais en randonnée sans en aviser l'équipe d'accueil.
- Les sentiers du Parc sont balisés, mais non damés. Pour votre sécurité et pour être en mesure de vous relayer, ne randonnez jamais seul.
- Les téléphones portables ne fonctionnent qu'à quelques endroits et généralement aux sommets.
- Rapportez vos déchets en tout temps.

— SÉJOURNEZ EN PLEINE nature —

DORMEZ EN CAMPING AU PARC !

Profitez des différents lieux pour la pratique du camping! Certains sont situés en milieux forestiers ou en bordure d'une rivière. La vie en camping vous permettra de vous reconnecter avec la nature et de passer de bons moments autour du feu de camp!



Camping du Randonneur

CITQ 223064

73, route 283, Saint-Fabien-de-Panet
877 827-3423 | parcappalaches.com

- Emplacements rustiques
- Tentes prêt-à-camper



Camping du mont Sugar Loaf

CITQ 628186

5, chemin des Limites
Sainte-Lucie-de-Beauregard
877 827-3423 | parcappalaches.com

- Emplacements pour tentes, van et VR
- Tentes prêt-à-camper



Camping rustique

Emplacements rustiques sur plate-forme de bois soigneusement aménagés le long du réseau de sentiers de randonnée.

CAMPEZ EN BORDURE D'UN LAC !



Camping municipal Lac-Frontière

CITQ 202775

282, route 204, Lac-Frontière
418 245-3554
campingmunicipal-lacfrontiere.com



Centre plein air de Sainte-Apolline

CITQ 084615

201, chemin du lac Carré, Sainte-Apolline
418 469-2515
centrepleinairsteapolline.com



CITQ 223064

Séjourner en refuge, c'est vivre un dépaysement nocturne et une expérience en forêt hors du commun. Seul ou en groupe, vous profitez du refuge en exclusivité.

Choisissez votre refuge selon vos activités au parcappalaches.com

Consultez l'offre complète d'hébergement dans le Parc des Appalaches en visitant le parcappalaches.com

Dans le cadre du Fonds pour le développement du sport et de l'activité physique, Le Parc des Appalaches a bénéficié d'une aide financière pour investir dans plusieurs sentiers et infrastructures :

- Construction d'une passerelle à la montagne Grande Coulée
- Amélioration du pont du Méandre
- Amélioration du sentier des Orignaux
- Amélioration du sentier du Ruisseau des Cèdres
- Amélioration du sentier Le Trappeur

Québec

BESOIN DE CONSEILS ?

Notre équipe est disposée à vous aider dans le choix de votre hébergement afin de vous permettre de passer le plus agréable des séjours en nature!

877 827-3423 | info@parcappalaches.com | parcappalaches.com